



¿Qué es la sexualidad? Concepciones desde las voces de las personas mayores

What do sexuality means? Understandings from the voices of the elderls

Javiera Romero¹

Pontificia Universidad Católica de Chile

Francisca Munchmeyer²

Pontificia Universidad Católica de Chile

Bárbara Danús³

Universidad de Chile

Leslie Olivares⁴

Pontificia Universidad Católica de Chile

Catalina de la Barra⁵

Universidad de Sevilla

Otras autoras⁶

Resumen

El objetivo de esta investigación de carácter mixto es explorar cómo las personas mayores comprenden su sexualidad a partir de la participación en los talleres "Hablemos de sexualidad", llevados a cabo por el proyecto Bienestar Mayor en la Región Metropolitana durante el año 2022. Las palabras con las que mayormente asociaron la sexualidad es amor y placer. Los resultados revelaron que las personas mayores tienen diversas concepciones acerca de la sexualidad. Entre ellas destacan las concepciones de sexualidad vinculadas al amor y las concepciones de sexualidad vinculadas al placer.

Palabras claves: Sexualidad, Persona mayor, Bienestar, Amor, Placer.

Abstract

The aim of this mixed methods research is to explore how elderly people understand their own sexuality. We analyze the discourses they elaborated while being participating in the 20 "Let's talk about sexuality" workshops, carried out by the "Bienestar Mayor" project in Santiago de Chile during 2022. The words which they associated sexuality the most are "love" and "pleasure". The results revealed that older people have diverse understandings about sexuality; among them, we highlight those linked to love and the ones associated to pleasure.

Keywords: Sexuality, Older person, Well-being, Love, Pleasure.

Fecha de recepción: 29 de agosto de 2023

Fecha de aceptación: 1 de diciembre de 2023

¹ Estudiante de Trabajo Social, Facultad de Ciencias Sociales UC. Email: jzromero@uc.cl

² Licenciada en Sociología en el Instituto de Sociología UC. Email: fcmunchmeyer@uc.cl

³ Licenciada en Sociología en FACS, Universidad de Chile. Email: danus.barbara@gmail.com

⁴ Estudiante de Sociología, Instituto de Sociología UC. Email: leslieolivares@uc.cl

⁵ Máster en sexología en la Universidad de Sevilla. Email: delabarrulloa@gmail.com

⁶ Juan Pablo Salamanca, Victoria Pavez, Pablo Tolis, Catalina Tapia, Natalia Huerta, Nicole Cabrera, Cristina Díaz, Bárbara López, Fernanda Valenzuela, Juan Pablo Fuentes, Bárbara Vidal.

Introducción

Durante los últimos años, se ha observado una fuerte tendencia global hacia la aceleración del envejecimiento poblacional. Esto se debe a una combinación de factores, los cuales se repiten a nivel nacional: la disminución de la tasa de fecundidad, la reducción de la mortalidad infantil y el aumento de la esperanza de vida (INE, 2022). Una consecuencia natural de estos cambios es el aumento de la población de personas mayores (Huenchuán, 2018).

En ese contexto, Chile se ha posicionado como el país cuya población ha envejecido con mayor celeridad (Aranco et al., 2018). Mientras que el porcentaje de chilenos mayores de 60 años alcanzó un 9,5% respecto de la población total en 1992, esta cifra se eleva a 17,6% en 2021 (INE, 2022). Adicionalmente, estimaciones del Banco Mundial señalan que para el 2050 la proporción de personas mayores chilenas constituirá un 24% de la población total (Apella et al., 2019).

Ante este escenario, la pregunta sobre el bienestar y la calidad de vida en la vejez ha adquirido mayor relevancia. En esa misma línea, una dimensión cada vez más relevante es la sexualidad en la vejez. A nivel normativo, la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores consagra la sexualidad en personas mayores como un derecho humano (Decreto N°162, 2017). En esta, se comprende a la salud sexual como un estado de bienestar físico, mental y social. Para una buena salud sexual se requiere respetar, proteger y satisfacer el derecho a la posibilidad de experimentar relaciones sexuales placenteras, seguras y libres de violencia y discriminación (Decreto N°162 [Ministerio de Relaciones Exteriores], 2017).

En Chile, la Encuesta de Calidad de Vida en la Vejez ha sido la primera encuesta de carácter nacional que ha preguntado directamente sobre la sexualidad en la vejez. Así, durante el 2017, se observa que 60% de las personas mayores considera que la vida sexual es importante (UC-Caja Los Andes, 2017). En mediciones contemporáneas, se observa que un 32% de las personas mayores chilenas afirma tener una vida sexual activa (UC-Caja los Andes, 2023).

Otra encuesta nacional reciente ha analizado las características acerca de la sexualidad de personas desde los 18 años en adelante (ENSSEX, 2023). Respecto a la vida sexual de las personas mayores, se observa que un 63,8% está de acuerdo o muy de acuerdo con que, para tener una vida sexual verdaderamente satisfactoria, hay que tener un orgasmo. Asimismo, un 29,6% ha mencionado haber tenido una relación sexual hace menos de un año. Finalmente, los hombres de 60 años o más le asignan un 4,7 a su bienestar sexual, mientras que entre las mujeres mayores esa nota cae a 3,6. Estas cifras tensionan el imaginario de la persona mayor como “asexuada” (Kenny, 2013), y sugiere que es importante ver la problemática sobre la sexualidad desde una perspectiva de género.

Ante este escenario, organizaciones de la sociedad civil y gubernamentales han buscado abordar el fenómeno de la sexualidad en la vejez por medio de intervenciones de carácter socioeducativo. Es en ese contexto que surge Bienestar Mayor. Este proyecto nació en 2022 como una iniciativa estudiantil de investigación-acción participativa con el fin de “[p]ropiciar la reflexión y exploración de la experiencia sexual en las trayectorias vitales, a partir del intercambio de narrativas entre personas mayores de la Región Metropolitana de Chile” (Bienestar Mayor, 2022). Para ello, se implementaron 20 talleres sobre sexualidad en la vejez, participando más de 200 personas mayores de 9 comunas de la Región Metropolitana.

El taller constó de dos sesiones. Durante la primera sesión, se buscó abrir un espacio de diálogo seguro y libre de prejuicios sobre sexualidad al preguntarle a los participantes qué es la sexualidad para ellos y qué creencias sobre la sexualidad han sostenido a lo largo de su ciclo vital (Bienestar Mayor, 2022). Durante la segunda sesión, se buscó facilitar la reflexión de los participantes acerca de las vivencias sobre la sexualidad a lo largo de las trayectorias vitales, y se finalizó una exposición de cosmética y juguetería sexual, con el fin de promover la exploración positiva de la sexualidad (Bienestar Mayor, 2022).

Dicho lo anterior, cabe destacar que, aunque se han realizado anteriormente experiencias socioeducativas sobre sexualidad en la vejez a nivel nacional, pocas han sido sistematizadas (Ramos, Thompson y Mazzuchelli, 2018; Mazzuchelli y Arévalo, 2019). Asimismo, como se profundizará en apartados posteriores, la investigación sobre la sexualidad en la vejez ha tenido sus propias limitaciones para contribuir en la comprensión de este fenómeno y, por ende, en la promoción del disfrute de una vida sexual plena en la vejez.

A partir de todo lo anterior, la presente investigación nace con el fin de contribuir a cerrar las brechas de conocimiento sobre la sexualidad en la vejez, desde la experiencia de las propias personas mayores. Se realizó a la par de la implementación de los talleres de Bienestar Mayor, en los cuales se recopiló la información a partir de los materiales que trabajaron sus mismos participantes, así como de cuadernos de campo orientados a captar el diálogo de los participantes sin dificultar el desarrollo de las sesiones. Ante esto, en la presente investigación se tratará de dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿De qué manera las personas mayores participantes de los Talleres “¿Hablemos de sexualidad” de Bienestar Mayor comprenden la sexualidad?

¿Qué se habla cuando se habla sobre sexualidad en la vejez?

Sobre envejecimiento activo y curso de vida

En inspiración a las teorías que consideran al envejecimiento como un proceso heterogéneo y socialmente situado, aparece la noción de envejecimiento activo como un marco-paraguas para orientar las políticas públicas sobre envejecimiento. Según la OMS (2002), el envejecimiento activo se define como un proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen (OMS, 2002). El envejecimiento activo se encuentra cruzado por dos variables macrosociales fundamentales: el género y la cultura. Asimismo, se estructura en seis determinantes: determinantes del comportamiento, personales, sociales, económicos, ambiente físico y salud, y servicios sociales (OMS, 2002).

Sumado a lo anterior, y en abierto contraste con las teorías previas del desarrollo humano que han planteado la existencia de metas de desarrollo lineales y homogéneas a lo largo del ciclo vital humano, aparece el enfoque de curso de vida. Tal como lo enuncia Blanco (2011), este enfoque plantea cuatro principios: que el desarrollo ocurre durante toda la vida humana (no solo en la niñez), que la vida de las personas está “incrustada” en un tiempo histórico y lugar determinado, que un determinado acontecimiento tendrá un efecto diferente en la vida de las persona según cuándo este ocurra y cómo este responde a las expectativas normativas de la sociedad, que las vidas humanas se viven en interdependencia con otras, y que los individuos tienen agencia o libre albedrío sobre sus propias vidas.

Así, a partir del envejecimiento activo se configuran diferentes desafíos contemporáneos relativos al bienestar. Entre estos destacan: la promoción y prevención en salud integral, la provisión óptima de cuidados, el fenómeno de la feminización del envejecimiento y las disparidades socioeconómicas de la población envejeciente, la soledad no deseada y el aislamiento social, entre otros (OMS, 2002; UC-Caja Los Andes, 2023). El enfoque de curso de vida, por su parte, constituye un lente analítico que permite identificar las particularidades de las diferentes trayectorias de vida en las personas envejecientes.

Sobre calidad de vida y bienestar subjetivo

Junto al envejecimiento activo aparece la noción de calidad de vida en la vejez, a modo de operacionalizar en criterios observables la valorización que tiene la persona mayor sobre su propia vida. La calidad de vida en la vejez se define como la “valoración de los aspectos objetivos y subjetivos sobre condiciones de vida de la persona mayor, mediado por el contexto cultural y valórico en el cual se inserta esta” (Pontificia Universidad Católica de Chile, 2011).

Por su parte, el bienestar subjetivo puede definirse como “una expresión de la evaluación moral y práctica, más o menos reflexiva, que los individuos realizan de sí mismos, de su relación con otros y de su relación con el mundo en función de ciertos referentes e intereses” (PNUD, 2012, p.108). Es decir, es la suma entre la autopercepción y la percepción de los demás, ya sea entre amistades, familiares, parejas o desconocidos.

El bienestar subjetivo juega un rol clave al momento de promover iniciativas que se alineen bajo un paradigma envejecimiento activo. Esto así en tanto que la noción de bienestar subjetivo en la vejez pone el foco en las experiencias, logros y creencias acumuladas a lo largo de la trayectoria vital. Según Lindert et al. (2015), el bienestar subjetivo contribuye al desarrollo del envejecimiento saludable y a una salud duradera, y su ausencia puede contribuir a enfermedades y la emergencia de diferentes condiciones de salud mental.

Sobre lo distintivo de la sexualidad en la vejez

Según la OMS (2006), la sexualidad puede ser definida como un aspecto central del ser humano a lo largo de la vida abarca el sexo, las identidades y roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad se experimenta y se expresa en pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones. Si bien la sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no todas ellas siempre se experimentan o expresan. Otro concepto importante es el de salud sexual, que según la misma OMS (2006) se define como un estado de bienestar físico, emocional, mental y social en relación con la sexualidad y que no es simplemente la ausencia de enfermedad, disfunción o dolencia.

En ese sentido, es posible destacar que: (1) la sexualidad no se limita a un periodo único o acotado del desarrollo humano, (2) se centra en aspectos biológicos, psicológicos, vinculares y sociales del individuo, (3) como tal, es profundamente diversa en sus modos de vivirse y expresarse y (4) la salud sexual se presenta como un estándar de bienestar que va más allá de la mera ausencia de malestar. Dado lo anterior, la sexualidad y la salud sexual están intrínsecamente vinculada con el bienestar subjetivo en la vejez.

En términos empíricos, existen diferentes estudios que vinculan la sexualidad con el bienestar general en la vejez (Laumann et al., 2006), con la salud física y emocional (Henning, Björk, Bjälkebring y Ingeborg, 2022), y satisfacción con la propia vida (Woloski-Wruble et al., 2010). Asimismo, se ha identificado que la actividad sexual contribuye en varios niveles a un mayor bienestar en la adultez mayor (Pareja, 2020), y que la expresión sexual podría ser un factor que mejora el bienestar psicológico y físico (Buczak, Koning & Hayek, 2019). De esta manera, la sexualidad se ha vinculado con una mayor calidad de vida.

Dicho lo anterior, si bien se ha fundamentado la relación positiva entre bienestar en la vejez y sexualidad, los desafíos en torno a la sexualidad en la vejez son complejos y multinivel. En primer lugar, debido a los cambios fisiológicos o condiciones médicas asociadas a la vejez que pueden llegar a afectar la vida sexual. Ejemplos de esto son la menopausia, los cambios en el tipo de estimulación requerida para generar una erección, la presencia de enfermedades como diabetes, cáncer, entre otras (Srinivasan et al., 2019).

En un segundo nivel, se encuentra el rol de las relaciones interpersonales en la vida sexual de la persona mayor. Al respecto, resulta fundamental destacar que la vivencia de la sexualidad en la vejez se encuentra fuertemente marcada por el estatus marital de la persona (casada, viuda, soltera), la presencia de una pareja o la experiencia de cuidar a esta si contrae una enfermedad, entre otras (Simonelli et al, 2008; Srinivasan et al., 2019). Asimismo, la estigmatización social de la sexualidad en la vejez afecta especialmente a parejas de la comunidad LGBTI+ (Harley y Harley, 2016).

Ahora, en un tercer lugar, y especialmente relevante, está el rol de las creencias y prejuicios sociales sobre la sexualidad en la vejez. Diferentes revisiones sistemáticas han observado que aún hay presencia de estereotipos de carácter viejistas que comprenden a la persona mayor como un ser invisibilizado, con una sexualidad invisible, o cuyo foco se encuentra en el declive o disfunción sexual de este grupo etario (Gewirtz-Meydan et al, 2018; Srinivasan et al., 2019; Sinković y Towler, 2019; Ricoy-Cano et al., 2020).

Estos prejuicios sociales estructuran guiones sociales rígidos sobre la sexualidad y su posibilidad de expresión (Gangnom y Simon, 2002). En el caso de las personas mayores, estos guiones tienden a ser particularmente rígidos, en tanto impactan negativamente la autopercepción, las relaciones interpersonales y los recursos a los cuales pueden acceder estas personas (Barret y Hinchliff, 2018). Adicionalmente, se ha documentado que los puntos ciegos mencionados tienen importantes efectos negativos en el bienestar subjetivo de las personas mayores (Estill, Mock, Schryer y Eibach, 2018) y en la formación y los procesos de toma de decisión de los profesionales que atiende a esta población (Maieu y Gastmans, 2015; Bauer, Haesler y Fetherstonhaugh, 2016; Srinivasan et al., 2019), y son una barrera en sí misma para una comprensión más acabada de este fenómeno.

Sobre el enfoque positivo acerca de la sexualidad

Es bajo ese entendimiento que en la presente investigación se releva el enfoque de sexualidad positiva, o *sex positivity* (Donaghue, 2015). Este es un término utilizado para describir a individuos y comunidades que enfatizan la apertura, las actitudes sin prejuicios, la libertad y la liberación sobre la sexualidad y la expresión sexual (Donaghue, 2015). Propone que la aproximación a la sexualidad debe realizarse desde el reconocimiento y apreciación de los aspectos positivos de la sexualidad, como la satisfacción sexual, la autoeficacia sexual, la autoestima sexual, el placer sexual, entre otros

(Anderson, 2013). Asimismo, desde esta perspectiva se considera que los individuos tienen fortalezas que son capaces de ser desarrolladas para resolver sus problemas y ser más felices, por ejemplo, al desarrollar sus identidades sexuales y al expresar su sexualidad (Williams, et al., 2015).

Esto es especialmente importante para los estudios de la vejez y el envejecimiento, puesto que el enfoque de sexualidad positiva no es ajeno a la cotidianidad de las personas mayores. Como lo señala Santos et al (2016), las personas mayores tienen actitudes positivas hacia la sexualidad, se valoran como seres sexuales y practican diferentes tipos de actividad sexual. Asimismo, a partir de las encuestas nacionales anteriormente mencionadas, se observa que existe una valoración positiva de la sexualidad por parte de las personas mayores chilenas, y que estas también tienen actividad sexual (UC-Caja Los Andes, 2023; ENSSEX, 2023). En ese sentido, resulta fundamental abordar este fenómeno, tanto desde la intervención como desde el vacío o sesgo investigativo.

Pregunta de investigación y objetivos

¿De qué manera las personas mayores participantes de los Talleres “Hablemos de sexualidad” de Bienestar Mayor comprenden la sexualidad?

Objetivo General

Explorar la manera en que las personas mayores comprenden su sexualidad, a partir de su participación en los talleres “Hablemos de sexualidad” de Bienestar Mayor en la Región Metropolitana, durante el año 2022.

Objetivos específicos

- Identificar los modos en que las personas mayores se refieren a la sexualidad, a partir de su participación en los Talleres de Bienestar Mayor en la Región Metropolitana, durante el año 2022.
- Describir las principales experiencias y creencias acerca de la sexualidad de las personas mayores, a partir de su participación en los Talleres de Bienestar Mayor en la Región Metropolitana, durante el año 2022.

Diseño metodológico

Enfoque biográfico-narrativo

El presente estudio se desarrolló desde un enfoque biográfico-narrativo, que tiene como objetivo la narración personal de vida o de acontecimientos que una persona narra a quien investiga. Esto se realiza mediante una reconstrucción retrospectiva, si bien también considera las perspectivas futuras (Rubilar, 2017; Bolívar, 2012). Desde este enfoque, la investigación consiste en

“la recogida de relatos (auto)biográficos, en una situación de diálogo interactivo, en que se representa el curso de una vida individual, en algunas dimensiones, a requerimiento del investigador, y -posteriormente, una vez transcrita- es analizada para dar significado al relato” (Bolívar, 2012, p.6).

Ahora, debido al estado incipiente de los estudios sobre sexualidad en el envejecimiento, se ha optado por usar este enfoque a modo de realizar una investigación de carácter exploratoria.

Técnicas de Recolección de Información

El proceso de recolección de información se estructuró en dos etapas. La primera etapa constó de la realización de 10 talleres, los cuales se titularon “Hablemos de sexualidad”. Estos tuvieron como objetivo “[p]ropiciar la reflexión y exploración de la experiencia sexual en las trayectorias vitales, a partir del intercambio de narrativas entre personas mayores de la Región Metropolitana de Chile” (Bienestar Mayor, 2022). Para lograr ello, se diseñaron dos sesiones de taller de una hora y media cada una, para grupos de aproximadamente 20 personas.

Durante la primera sesión, se buscó abrir un espacio de diálogo seguro y libre de prejuicios sobre sexualidad al preguntarle a los participantes qué es la sexualidad para ellos y qué creencias sobre la sexualidad han sostenido a lo largo de su ciclo vital (Bienestar Mayor, 2022). Durante la segunda sesión, se buscó facilitar la reflexión de los participantes acerca de las vivencias sobre la sexualidad a lo largo de las trayectorias vitales, y se finalizó con una exposición de cosmética y juguetería sexual, con el fin de promover la exploración positiva de la sexualidad (Bienestar Mayor, 2022). La figura 1 resume los hitos de las sesiones.

Figura 1. Resumen de las actividades a realizar en cada sesión

<u>Sesión 1</u>	<u>Sesión 2</u>
Presentación: “Embarque en un recorrido por la trayectoria sexual”	Recapitulación sesión anterior
Actividad A: “Comencemos a hablar, ¿Qué es la sexualidad?”	Actividad C: “Mi trayectoria sexual”
Actividad B: “Creencias sobre la sexualidad”	Actividad D: “Explorando nuestra sexualidad”

Fuente: Elaboración propia.

Para la segunda etapa, se utilizaron dos estrategias para la recolección de datos. La primera, refiere a la recopilación del material generado por los participantes, que se entienden como documentos personales. Estos se definen como el conjunto de materiales en los que una persona revela sus características sociales y personales en base a los recuerdos de su experiencia, en formas que las hacen accesibles para la investigación (Bolívar, 2012). A lo largo de las actividades, los participantes generaron material en las actividades B y C, en las cuales se les solicitó escribir en un papel sus creencias y/o vivencias sobre la sexualidad en orden cronológico según etapa vital: niñez, adolescencia, adultez y vejez.

La segunda técnica utilizada fue la recopilación de información por medio de cuadernos de campo, en los cuales las personas investigadoras fueron anotando las historias o relatos (Bolívar, 2012) que aparecían durante el desarrollo de los talleres. Para efectos de los talleres de Bienestar Mayor, se

buscó que la persona observante pusiera especial atención al contenido de lo que las personas decían, según la actividad en la cual se encontraba el grupo. Así, durante la actividad A, la persona observante anotó la frecuencia de las palabras con que las personas vinculaban la sexualidad. Durante las actividades B, C y D, se hizo especial énfasis en describir momentos clave (por ejemplo, de especial emotividad por parte de los participantes) y escribir frases, tomas de posición u opiniones que se desarrollaron en la conversación.

La recolección de información en el contexto de los talleres implicó mantener los resguardos éticos en cuanto a la integridad intelectual e identitaria de las personas, para que su participación en los talleres no se viera afectada por la investigación. Por ello, al inicio de la sesión los participantes firmaron un consentimiento informado, en el cual se preguntó si es que consentía su participación en la investigación, el uso de los materiales que elaboraba la persona en el taller y la toma de notas. En los casos donde no se consintió, se separó el material de la persona y no se analizó. Del total de participantes, solo dos personas no consintieron el análisis de sus escritos. Todos consintieron la toma de notas.

Estrategias de análisis de la información documentada

Se optó por usar diferentes técnicas de análisis según el tipo de información recopilada. Así, para la actividad A se utilizó el análisis cuantitativo descriptivo para observar la frecuencia de las palabras enunciadas por los participantes del taller. Se empleó un análisis de frecuencia de palabras, con lo cual se generó una nube de palabras respecto de las concepciones de sexualidad de las personas mayores. Esto permitió vislumbrar la manera en la que los/as participantes se aproximan al fenómeno estudiado.

En las actividades B, C y D se utilizó un análisis cualitativo en base a teoría fundamentada, con la finalidad de observar el entendimiento general de las personas mayores respecto de su sexualidad. Esta técnica permite realizar un análisis de contenido por medio de categorías temáticas, desde el énfasis en el contenido del texto -lo que se dice, más que cómo se dice-, (Bolívar, 2012). Se releva el proceso de producción de información en sí mismo en vez de reducir los casos a las construcciones teóricas previas, por lo que la investigación en sí misma se torna más relevante (Flores y Naranjo, 2013).

Se realizó un proceso de codificación abierta por cada taller realizado, en el que se expresaron los datos y fenómenos en forma de conceptos, y desarrollando códigos sustantivos (Flick, 2015; Acuña, 2015). Luego se establecieron relaciones entre ellos, constituyendo categorías (Acuña, 2015). Posterior, se dio paso a la codificación axial, que está basada en la relación entre las categorías generadas (Flick, 2015). Este proceso comparativo se realizó entre las categorías generadas en la totalidad de los talleres, depurando y diferenciando las categorías derivadas de la codificación abierta.

Población y muestra

La población objetivo de los talleres fueron personas mayores, de 60 años en adelante, participantes de al menos una de las dos sesiones del taller “Hablemos de sexualidad” del Proyecto Bienestar Mayor. Se realizaron 10 talleres aplicados, y en ellos participaron un total de 204 personas.

La muestra se compuso por un 79,9% mujeres (163) y un 20,1% hombres (41). Del total, la persona de menor edad fue de 57 y la de mayor edad de 88 años. Participaron tres personas menores de 60 años, las cuales se consideraron como casos excepcionales en tanto se encontraban cercanas a la edad mínima de participación. Por último, es relevante señalar que los talleres se implementaron en 9 comunas de la Región Metropolitana: San Joaquín 30,4% (N=62), Santiago 13,7% (N=28), Renca 11,8% (N=24), Estación Central 9,8% (N=20), Ñuñoa 8,8% (N=18), Quilicura 7,8% (N=16), Maipú 6,9% (N=14), Lampa 5,9% (N=12), Las Condes 4,9% (N=10).

Resultados

El análisis de los datos se divide en dos partes. En la primera se realiza un análisis de frecuencia de las palabras que usaron los participantes para definir qué es para ellos la sexualidad. En la segunda se analizan las creencias y experiencias vinculadas a la sexualidad, específicamente lo referido sobre amor y placer.

Principales asociaciones de los participantes sobre la sexualidad

Mediante la actividad de “Sexualidad en Tres Palabras” se pudieron obtener las principales aproximaciones sobre qué era la sexualidad para los participantes. Estos señalaron un total de 463 palabras vinculadas a la sexualidad, siendo las principales “*amor*” (77 veces) con 16,6% de las palabras señaladas, “*placer*” (34 veces) con 7,3% de las palabras señaladas, “*respeto*” (29 veces) con 6,3% de las palabras señaladas, y “*confianza*” (20 veces) con 4,3% de las palabras nombradas. La mayoría de las palabras no tuvieron repeticiones, por lo que su frecuencia fue 1. Específicamente, 91 de las palabras fueron mencionadas una vez.

En el siguiente gráfico se muestra de manera visual las palabras vinculadas a la sexualidad con mayor frecuencia:

Figura 2. Nube de palabras de las primeras veintitrés palabras de la actividad ¿Qué es la sexualidad para ti?



Fuente: Elaboración propia.

Creencias y experiencias de las trayectorias sexuales

El segundo momento de hallazgos surgió a partir de las creencias y las experiencias que los mismos participantes de los talleres identificaron respecto a su trayectoria sexual. Surgieron dos grandes dimensiones: la primera referida a las concepciones de la sexualidad vinculadas al amor, mientras la segunda refiere a las concepciones de la sexualidad vinculadas al placer. Se decidió realizar un análisis en profundidad de estas dos dimensiones ya que fueron las más relevantes, tanto por el análisis de frecuencia como por ser de las temáticas más abordadas en los talleres.

1. Concepciones de la sexualidad vinculada al amor

La palabra más mencionada en la actividad fue amor, por lo que emerge como una dimensión primordial en la sexualidad en las personas mayores. Más aún, a partir de lo expresado por los participantes, es posible observar que existen una serie de factores fuertemente asociados a la noción de amor, tal como se expresa en la cita “*Mi sexualidad fue feliz con mucho amor, respeto y comunicación*” (PM, taller de Renca).

En esta línea, existen dos subcategorías relevantes: “Amor” y “Comunicación y comprensión”.

1. Amor

En este apartado, se refleja la importancia que se le da al amor dentro de la experiencia de la sexualidad en las personas mayores, en donde se establecen tres tendencias claras:

A. Centralidad del amor

El amor tiene un rol protagónico en la vida de los participantes. Se considera como uno de los aspectos más maravillosos de sus vidas, y como una experiencia necesaria para que la vida en pareja

funcione bien. Consecuentemente, surgen diferentes formas de entender el amor. En primer lugar, vinculado a la sexualidad:

A los 40 años con 3 hijos y recién anulada, conocí el amor sexual en plenitud con un amigo de 15 años, y ya llevamos 27 años disfrutando ambos de nuestros encuentros que siempre son agradables, reconfortantes, luminosos, cariñosos y novedosos, ya que no hay rutina en estos momentos (PM, taller San Joaquín 1).

Este tipo de relatos fueron bastante comunes, en tanto que la mayoría de las participantes experimentaron el placer vinculado al amor mucho después de haber comenzado su vida sexual.

Adicionalmente, se observa que estos espacios de “amor sexual” se suelen dar en relaciones monógamas y de por vida, que mutan con el tiempo y los cambios asociados al envejecer. Estos cambios si bien se presentan como obstáculos importantes en la sexualidad de los mayores. No obstante, también representan momentos de transición que resultan en un vínculo más tranquilo, tolerante, amoroso y placentero, ya que está profundamente asociado al amor por el otro.

El amor en el adulto mayor puede llegar a ser tan intenso como el juvenil ya que la cantidad se reemplaza por la calidad de las caricias en los encuentros íntimos. (PM, San Joaquín 2)

En línea de lo anterior, se entiende que la sexualidad es real y placentera solo cuando está ligada al amor y al cariño, ya que se explica que son más felices y tienen vivencias más positivas cuando estos dos elementos coexisten en armonía. De esta forma, se construye una sexualidad a partir de la entrega amorosa con el otro ya que, de existir cariño, se potencian las sensaciones, emociones y experiencias que puedan surgir en el acto sexual.

En contraste a lo anterior, existe un tipo de amor no relacionado con la vida sexual. En estos casos, los cambios fisiológicos vividos por la pareja son percibidos como limitaciones importantes en el ejercicio sexual. Así, ocurre una transición hacia relaciones basadas en el cariño, amor y comprensión, que se expresa en el apoyo y cuidado con el otro.

Con mi esposo tuvimos una vida de relación activa dentro de lo normal, duró hasta los 56 años. Enfermó de cáncer ya terminó la vida sexual y empezó la vida de mucho amor y cariño para él, yo ya 10 años ya van sin vida sexual. No he practicado con nada, ni idea si alguna vez ya podré hacerlo (PM, taller San Joaquín 2).

Para los participantes, resultó ser muy importante que las parejas fueran comprensivas y sensibles frente a las limitaciones sexuales que se les presentaban, ya que resultan ser temas complejos por los cuales requerían avanzar acompañados, tanto en la enfermedad como en el desarrollo natural del ciclo vital. Por ejemplo, las mujeres mayores mencionan experimentar un menor deseo que en la juventud. Asimismo, ellas perciben un cambio generalizado en el cual se les hacía cada vez más difícil alcanzar el orgasmo, disminuyendo consigo la frecuencia sexual. Sin embargo, la falta de contacto de carácter sexual se ve contrapuesto con un cambio en las prioridades de las personas, en tanto valoran en mayor medida la buena compañía, el amor y la comprensión.

Por último, se dan diferentes requerimientos o nociones de lo que debería (o no) ser el amor. Así, se considera que el sexo se encuentra fuertemente vinculado al amor y al respeto, y también está

asociado a parejas monógamas heterosexuales, en las cuales especificaban que los hombres y las mujeres debían cumplir con roles diferenciados para funcionar como pareja.

B. Oportunidad para tener hijos/as

Por otro lado, el amor y la práctica sexual se ve como un posibilitador para tener hijos/as y formar una familia propia. Detrás de esto se encuentra la creencia de que los hijos/as solo vienen del sexo con amor. Esto así a pesar de que en las vivencias compartidas por los participantes se dieran casos en donde esto no se cumple. Más allá de este choque entre creencias y experiencias, la noción predominante indica que gracias al amor en pareja se puede tener hijos/as:

“Me casé a los 18 años, sin saber nada de la vida. En ese tiempo hablar de sexo no se acostumbraba, pero con el amor que nos teníamos con mi marido aprendimos a respetarnos y disfrutar de la vida, tuvimos 3 hijos maravillosos que fueron nuestra mayor felicidad” (PM, Taller San Joaquín 2).

Este tipo de relatos venían acompañados de la emoción por el inicio de una vida nueva, en la que la familia se presenta como una fuente de felicidad, se observa que es un hito clave.

C. Amor se trabaja

Surge la noción de que el amor se trabaja, en tanto que en las relaciones se presentan diferentes obstáculos asociados al diario vivir. Por ende, es de suma importancia dar lugar al amor para que no desaparezca y nutrirlo constantemente, pues muy pocas veces se considera el divorcio o separación como una opción viable. Esto es así ya que se piensa que las personas deberían tener parejas de por vida. Sin embargo, hay relatos en los que el amor no es siempre continuo, por lo que ocurren separaciones con posteriores reencuentros:

Pololié con el que fue mi marido 2 años y medio, le di mi virginidad con mucho amor y descubrí que él también era casto. Fuimos muy felices al principio, estuvimos casados 20 años, tuvimos 3 hijos y nos separamos por problemas de carácter. Después nos casamos por segunda vez. Yo llevo 33 años y he sido muy feliz. (PM, Taller Las Condes).

En esta misma línea, aparecen numerosos relatos en los cuales ocurrían casamientos sin estar enamorados, donde, a pesar de todo, tuvieron buenos matrimonios, en los que fueron de a poco profundizando el cariño e incluso llegando a enamorarse en algunos casos.

2. Comunicación y comprensión

En esta sección, se recopilan las percepciones de los participantes respecto de la relevancia que tienen la comunicación y la comprensión en la vida en pareja, y cómo esta influye en el bienestar en diversas aristas de sus vidas. Específicamente, se encuentran tres grandes líneas narrativas:

A. Comunicación y sexualidad

Las personas mayores consideraban que existe una relación estrecha entre comunicación y sexualidad. Plantean que es necesario mantener canales de comunicación permanentemente para tener una buena

vida sexual, puesto que solo así se puede vivir en plenitud. Por otro lado, también permite experimentar y llegar a acuerdos en el tema:

Con mi mente abierta, sin restricciones y cuidado personal, he disfrutado a plenitud mi vida sexual. La buena comunicación con la pareja me ha permitido mantener para probar y disfrutar, sexo entre más de tres personas, hombres y/o mujeres. Luego hemos conversado y analizado lo vivido llegando a convenir que el placer sólo entre los dos es más agradable, eficiente y cariñoso. Por ello, últimamente, más de 20 años, hemos evolucionado hacia una relación tranquila, tolerante, amorosa, muy placentera a pesar de nuestras diferencias físicas y fisiológicas. El amor se expresa diferente. (PM, taller San Joaquín 1).

La comunicación es trascendental en la vida de las personas mayores, sobre todo en esta temática, ya que además de permitirles experimentar diferentes cosas, posibilita el llegar a acuerdos respecto de qué caricias, posiciones y/o fantasías prefieren para sentir más placer. Además, les permite esclarecer sobre aquello que no les gusta, en pos de generar ambientes y situaciones que permitan mantener una vida sexual plena y de pareja.

En este sentido, también surge como importante el dedicar tiempo a los juegos, caricias, a las palabras y fantasías, ya que son una herramienta que permite aumentar el deseo sexual y, en consecuencia, el placer que experimentan como pareja. Además, se explica que es relevante el enriquecer la relación con la creatividad y espontaneidad, diversificando así los espacios, situaciones y formas en los que se expresa la sexualidad.

B. Comunicación y reparación

La comunicación es una práctica irremplazable en las dinámicas de parejas, y no solo es necesaria, sino que se entiende como un deber. Esto ocurre por los beneficios que conllevan, como el comprenderse, ayudarse y solucionar temas que puedan causar discusiones, ya que se estima que todo es solucionable en la medida en que se conversa. La comunicación funciona también como una herramienta que permite sanar y reparar: “He tenido buenas experiencias basadas en la buena comunicación y es muy sanador” (PM, taller San Joaquín 1).

Este tipo de hallazgos son sumamente importantes en tanto se considera la presencia de abuso en la trayectoria de vida de las personas mayores, especialmente en las mujeres, quienes relataron diferentes tipos de violencia, por lo que aquí se presenta una posibilidad de enmendar ciertas situaciones traumáticas que repercuten durante la vida de estas.

C. Falta de comunicación

Por último, se da el escenario contrario a lo expuesto anteriormente, a saber, la ausencia de la comunicación. Al poner el foco en lo sexual, podría estar relacionado con el tabú de conversar estos temas, o bien la inseguridad de abordarlos, como ilustra la cita: “Nunca conversar de lo bueno o malo de nuestras relaciones sexuales. Yo no sabía cómo tocar el tema por inseguridad, falta de confianza para exponer mis puntos de vista” (PM, taller San Joaquín 1).

Para los participantes, la comunicación no solo abre un mundo de experimentación y aumento del placer, sino que también ayuda a llevar mejor ciertas situaciones traumáticas y/o dolorosas, en tanto

que al conversarlas se pueden sanar. En este sentido, la ausencia de comunicación es un obstáculo importante para el pleno desarrollo de la vida sexual.

II. Concepción de la sexualidad vinculada al placer

El segundo tópico que los participantes más vincularon a la palabra sexualidad fue “placer”, concepto que en las actividades de creencias y vivencias desarrollaron de gran manera y desde distintas perspectivas. A partir de lo observado, se identificaron 2 grandes dimensiones: 1) Placer en la sexualidad y 2) Consentimiento y género.

1. Placer en la sexualidad

Esta es la dimensión más robusta, ya que se abarcan las diferentes experiencias vinculadas a la sexualidad, y se separa en tres subdimensiones:

A. Peso de la religión

En los relatos se observó que existen trabas hacia la sexualidad relativas a las nociones de culpa y pecado. Estas concepciones provienen de creencias sociales, religiosas, y/o culturales en el cual crecieron a lo largo de su vida. En la cita: “La religión tachaba de pecaminoso el sexo y la masturbación” (PM, Taller Estación Central), se visualiza que no solo se condenaba el tener relaciones sexuales, sino también el autoplacer.

En esta misma línea, aparecen relatos que el sexo aparece como algo algo sucio y negativo: “La sexualidad se miraba como una cosa cochina, mis padres eran muy religiosos”. (PM, Taller Las Condes).

El problema con lo restrictivo que resultaba la religión para estas personas mantiene relación con que este tipo de trabas acarrea impactos negativos en la vida de los participantes. Esto así pues el sentimiento de culpa lleva a la represión de los deseos o sentimientos. Por otro lado, las creencias restrictivas o rígidas sobre los roles de género en la vida sexoafectiva pueden llevar a la insatisfacción o unidireccionalidad en la entrega de placer.

B. Deseo sexual en la vejez

En esta categoría, se pudo observar que existen diversas formas en que los participantes se vinculan con la sexualidad y el placer en esta etapa de la vida. Para algunos la sexualidad es una puerta que se abre, mientras que para otros es una puerta que se va cerrando.

En el primer caso, existen relatos que señalan que se vive la sexualidad en plenitud, con respeto, seguridad, amor, y sin mitos ni miedos. Los participantes explican que el deseo sexual se mantiene para toda la vida y que, en algunos casos, empezaron a disfrutar la sexualidad a una edad avanzada.

En cambio, se observa el segundo grupo que algunos participantes plantean que la vinculación de la sexualidad ya no es como antes: “Al avanzar la edad ya no se siente orgasmo y ya no se es lo mismo” (PM, taller Santiago).

Por sobre esto, ciertos participantes sienten que, si se quedan viudos, se cierra la posibilidad de encontrar pareja, lo cual afecta de manera importante la percepción de su satisfacción sexual. Si bien se menciona que la actividad sexual continúa, se vive de manera solitaria: “ahora solo me queda seguir con mis encuentros conmigo misma, a veces quisiera comprarme un consolador” (PM, taller Renca).

C. Masturbación

En torno a la masturbación existen mitos o tabúes asociados a las creencias y vivencias expresadas por los participantes. Como se señaló, para las personas mayores las creencias religiosas restrictivas hacia lo sexual son un factor relevante al momento de conversar y practicar la masturbación, pues la sexualidad se tiende a concebir como un pecado, algo sucio e inmoral.

Estas creencias también generan desinformadas sobre la masturbación. Por ejemplo, que esta es dañina para la salud física o mental de las personas. Más aún, genera sesgos de género en los cuales se genera más tolerancia hacia su práctica en hombres que en mujeres. También se pudo vislumbrar el rechazo social a esta práctica que ha provocado sensaciones de miedo, peligro y de mucha vergüenza: “Aún hoy, después de hacerlo [masturbarse] de tanto en tanto, pido perdón a Dios por ser una pecadora” (PM, taller Renca). En este tipo de relatos no solo se ve la culpa encarnada de las personas, sino que hay que pedir perdón a Dios para “reparar” el pecado.

En esta línea, aparecen relatos que demuestran que tanto la culpa como el intento de reparación ante la masturbación se da a lo largo de toda la trayectoria vital: “A los 8 años fui a confesarme para hacer la primera comunión, el cura me preguntó si me tocaba y si sentía placer, yo lo hacía naturalmente, pero me sentí sucia en pecado por mucho tiempo no volví a confesarme” (PM, Taller Las Condes).

Finalmente, los participantes también contaron su conexión y vinculación con el mundo del autoplacer a lo largo de su vida. Algunos señalaron que conocieron la masturbación desde niños/as y/o jóvenes, mientras que otros cuando enviudaron. Hubo quienes expresaron que la masturbación es una forma maravillosa de y una práctica de autoconocimiento.

2. Consentimiento y género

En este apartado, se revisa la importancia que las personas mayores otorgan al consentimiento, respeto y fidelidad en las relaciones amorosas con hincapié en la brecha de género en el placer y el disfrute de la sexualidad.

A. Respeto en la sexualidad

En el ámbito sexual el respeto se significa principalmente como fidelidad a la pareja monógama. Este tipo de relato vislumbra esta idea: “El hombre y la mujer deben tener amor, respeto y cariño con el otro” (PM, Taller Maipú).

B. Consentimiento

Si bien está fuertemente unido al respeto, el consentimiento surge como una dimensión en sí misma en el relato de los participantes. Al ser la sexualidad algo que se significa desde la relación de pareja, el consentimiento es crucial. Así, en lo sexual todo está permitido en tanto ambas partes lo deseen.

Bueno, para mí las vivencias del sexo son todo con respeto y todo se puede, ya que las cosas se conversan y se hacen de mutuo acuerdo, siempre que estén de acuerdo todo es permitido. Hay que conversar de sexo, ya que así se arreglan las cosas. Igual que cuando uno va al ginecólogo hay que abrirse y conversar de todo y preguntar las dudas (PM, taller San Joaquín 2).

El consentimiento se significa como un atributo fundamental para el placer sexual, puesto que crea un ambiente de seguridad, confianza y respeto, sin prejuicios. Por ello, es importante para una vida sexual satisfactoria tener sexo no solo por complacer a la otra persona.

De esta forma, parecieran coexistir creencias en las cuales se posiciona la vida sexual desde el placer y en consentimiento, en contraste con vivencias en las que las personas acceden a encuentros sexuales con el fin de complacer a la pareja. Esta tensión entre lo que debe ser la sexualidad y lo que ha sido en la práctica es constitutiva de la narrativa emanada entre quienes participaron en los talleres.

C. Brecha de género en el placer

En las actividades se vislumbra la existencia de una brecha de placer. En esta se presentan limitaciones y desafíos sexual que son vivenciados por el hecho de ser mujer. Los participantes relatan que los hombres han tenido una mayor permisividad para vincularse con su sexualidad, además de ejercer poder sobre la sexualidad femenina:

Una de las creencias que marcaron mi vida sexual fue que me enseñaron que el hombre tenía todos los derechos sobre la sexualidad de la mujer, el hombre mandaba y eso se limitaba solo a satisfacerlo a él, porque tenía que cumplir como esposa (PM, taller PAM UC).

Muchas veces, la actividad sexual femenina es concebida en función del placer masculino y no como fin en sí mismo. Las creencias sobre la importancia del placer masculino obstaculizan la conexión de la mujer con su propio placer, como señala una de las participantes: “es muy común que las mujeres nunca hayan tenido un orgasmo” (PM, taller PAM UC).

Quienes participaron en los talleres mencionan que el sexo en el matrimonio debe existir para hacer feliz a la pareja, incluso si “no había ganas”. Es importante destacar que, a pesar de dilucidar la falta de deseo en mantener contacto sexual con el otro, lo hacían de todas formas, sin considerarlo abuso o violación, solo por el hecho de estar casados. Comprenden el matrimonio como un tipo de consentimiento implícito, en el cual todo está permitido. “Mi experiencia es que me decían que lo más importante para tener una buena relación de matrimonio es estar siempre dispuesta a tener sexo. Para mí fue malo, pues no fue placentero porque nunca tuve orgasmos” (PM, taller Santiago).

En la cita anterior se identifica la presión social que sienten las mujeres por estar permanentemente complaciendo a sus parejas a expensas de su propio placer, en tanto no solo lo hacen por sus maridos, sino que también por un discurso que se reproduce socialmente. De esta forma, acceder a un

encuentro sexual sin ganas no se significa como una situación abusiva, sino que es más bien algo profundamente normalizado.

Esta obligación a “cumplir” con el otro puede estar explicada por diversos factores. Uno de los más destacables, según las participantes, es el machismo, donde no solo se asumía el consentimiento por estar casados, sino que se les permitía ser infieles, violentos, y/o estar justificados socialmente. “Mi experiencia sexual fue marcada por el machismo en mi familia, es por eso que yo debía complacer y hacer feliz a la pareja sin que yo sintiera nada” (PM, taller San Joaquín 1).

Sin embargo, las creencias machistas no se configuran como un destino infranqueable para todas las mujeres. También es posible observar trayectorias sexual resilientes. En estas, si bien la mujer vivió experiencias malas o insatisfactorias en su vida sexual, se presentaron momentos que permitieron mayor satisfacción sexual y, por ende, la resignificación de la sexualidad: “Tipo 35 o 40 años recién comencé a disfrutar del coito. Antes de los 20 a los 35 me sentía culpable y sucia” (PM, taller Renca).

Discusión y conclusiones

A modo de recapitulación, es relevante destacar que las personas mayores tienen diversas concepciones acerca de la sexualidad, sin embargo, hay algunas que prevalecen. El concepto amor es percibido como motor y sostenedor de los vínculos sexuales. En esta misma línea, el placer, el respeto y la confianza vienen a conformar parte medular del discurso sobre la sexualidad en la vejez de los participantes.

Adicionalmente, se observa que para mantener una buena vida sexual es necesaria una comunicación que dé paso a la experimentación y a la generación de acuerdos referidos a la actividad sexual. La comunicación también es considerada un punto importante para la reparación y sanación frente a sucesos dolorosos y de vulneración en la propia historia.

La falta de comunicación ocupa un espacio relevante en la comprensión de la sexualidad. La falta de consentimiento se identificó muchas veces como justificada y normalizada. Más aún, desde un mandato social, las mujeres identificaron una serie de discursos sociales que las incitaban a complacer a la pareja masculina.

Las personas mayores reportaron también que la fidelidad es la materialización del respeto en la relación, muy ligado al consentimiento, ya que entienden que en el ámbito sexual se debe experimentar el placer por igual, en espacios seguros libres de prejuicios. Sin embargo, esta afirmación de lo que debe ser la sexualidad contrasta con la experiencia de las participantes, las cuales mencionaron que, a pesar de la falta de deseo, debían fingir querer mantener relaciones sexuales con el fin de hacer felices a sus parejas.

Respecto de las concepciones de sexualidad encontradas, es posible observar diversos matices y experiencias durante el curso de vida de las personas. Por un lado, existen relatos de vivencias satisfactorias asociadas al disfrute, la plenitud, lo compartido, ya que comprenden - en su mayoría - que la sexualidad es algo que se vive con un otro, a quien se debe respetar. En esta misma línea, se entiende que la sexualidad debe ser un espacio sin barreras, sin mitos ni miedos. Sin embargo, se encontró que existen trabas para vivir una sexualidad plena, tales como sentimientos de culpa, rechazo y negación, los cuales son relacionados por los participantes con la influencia de la religión y crianza,

en tanto les hizo entender la sexualidad como un pecado y algo negativo, limitando prácticas sexuales y el disfrute.

Relacionado con lo anterior, los participantes reportaron vivencias no satisfactorias, dando a entender que no todo es placer, ya que con el paso de los años la experiencia sexual cambia en relación con lo que se vivió en la juventud. La forma diferenciada en el sentimiento de placer entre hombre y mujeres participantes da a entender la existencia de una asimetría del placer o brecha orgásmica (Sánchez, 2022), en cuya base está la invisibilización del placer femenino y el sentimiento de obligación de complacer a las parejas masculinas (Sánchez, 2022).

En definitiva, es posible concluir que la experiencia y práctica sexual está siempre situada en un contexto biográfico e histórico. Adicionalmente, que para comprender cómo las personas mayores construyen su deseo sexual se requiere no solo entender los factores biológicos, sino también los modos en que cada “autor” configura su propio relato y los parámetros de la época (Iacub et al., 2020). Asimismo, poner el foco en las trayectorias de vida de las personas permite dar sentido a las tensiones entre las creencias de lo que debe ser la sexualidad en contraste con lo que las personas efectivamente vivenciaron.

Las creencias sociales sobre la sexualidad en la vejez surgen como un ámbito clave a considerar por la política pública y la sociedad. Los estigmas o prejuicios viejistas pueden llegar a disminuir significativamente el bienestar subjetivo en la vejez. Por una parte, puesto que la persona comienza a experimentar su vida sexual y sus vínculos afectivos desde la culpa, miedo y vergüenza (Sinković y Towler, 2019). Por otra, porque obstaculiza la provisión de servicios sociales y de salud que se ajusten a un estándar de derechos humanos. Cuando la sexualidad es invisibilizada, sus múltiples formas de vulneración también lo son.

Respecto a las limitaciones dentro del estudio, cabe destacar que dentro de la muestra solo se incluyó a personas heterosexuales y en su mayoría mujeres. En ese sentido, para próximas investigaciones, resulta fundamental elaborar procesos de muestreo que diversifique la muestra a considerar. En una segunda instancia, a modo sustantivo, cabe destacar que el enfoque de sexualidad positiva puede significar la emergencia de nuevos estereotipos de lo que debe ser la “sexualidad plateada”. En ese sentido, las personas que no se ajustarían a ese nuevo paradigma, terminarían siendo igualmente discriminados en el ámbito sexual (Sinković y Towler, 2019).

Referencias Bibliográficas

- Acuña, V. (2015). La codificación en el método de investigación de la Grounded Theory o Teoría Fundamentada. *Innovaciones Educativas*, 17(22), 77-84. <https://doi.org/10.22458/ie.v17i22.1100>
- Anderson, R. M. (2013). Positive sexuality and its impact on overall well-being. *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz*, 56(2), 208-214. <https://doi.org/10.1007/s00103-012-1607-z>
- Apella, I., Packard, T., Joubert, C., & Zumaeta, M. (2019). Retos y oportunidades del envejecimiento en Chile (No. 133487, pp. 1-214). Banco Mundial.

- Aranco N., Stampini M., Ibarán, P. & Medellín (2018). Panorama de envejecimiento y dependencia en América Latina y el Caribe. Banco Interamericano de Desarrollo. <https://www.gerontologia.org/portal/archivosUpload/uploadManual/Panorama-de-envejecimiento-y-dependencia-en-America-Latina-y-el-Caribe.PDF>
- Barrett, C. & Hinchliff, S. (2017). *Addressing the Sexual Rights of Older People: Theory, Policy and Practice*. Routledge.
- Bauer, M., Haesler, E. & Fetherstonhaugh, D. (2016). Let's talk about sex: older people's views on the recognition of sexuality and sexual health in the health-care setting. *Health Expectations*, 19(6), 1237-1250.
- Bienestar Mayor. (2022). "HABLEMOS DE SEXUALIDAD": Guía metodológica para implementar talleres sobre sexualidad a personas mayores [Manuscrito presentado para su publicación].
- Blanco, M. (2011). El enfoque del curso de vida: orígenes y desarrollo. *Revista Latinoamericana de población*, 5(8), 5-31.
- Bolívar, A. (2012). *Metodología de la investigación biográfico-narrativa: Recogida y análisis de datos*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2200.3929>
- Buczak-Stec, Elzbieta, König, Hans-Helmut, & Hajek, André. (2019). The link between sexual satisfaction and subjective well-being: A longitudinal perspective based on the German Ageing Survey. *Quality of Life Research*, 28(10), <https://doi.org/10.1007/s11136-019-02235-4>
- Decreto N°162 de 2017 [Ministerio de Relaciones Exteriores]. (7 de octubre del 2017). Por la cual se promulga la convención interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores. <https://www.bcn.cl/leychile/navegar-app?idNorma=1108819>
- Sánchez, E. M. (2022). *La Invisibilización Del Placer Sexual Femenino: Una Investigación cualitativa basada en las experiencias vitales de diez mujeres*.
- Donaghue, C. (2015). *Sex outside the lines: Authentic sexuality in a sexually dysfunctional culture*. Dallas, TX: Benbella Books.
- Encuesta Nacional de Salud, Sexualidad y Género (ENSSEX). (2023). Encuesta Nacional de Salud, Sexualidad y Género 2022-2023. <http://epi.minsal.cl/ensex-que-es-la-encuesta/>
- Estill, A., Mock, S. E., Schryer, E., & Eibach, R. P. (2018). The effects of subjective age and aging attitudes on mid-to late-life sexuality. *The Journal of Sex Research*, 55(2), 146-151.
- Flick, U. (2015). *El Diseño de Investigación Cualitativa*. Ediciones Morata. Recuperado de <https://dpp2017blog.files.wordpress.com/2017/08/disec3b1o-de-la-investigacic3b3n-cualitativa.pdf>

- Florenzano, R., & Cuadra, H. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96. <https://revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/17380/18144>
- Flores, R., & Naranjo, C. (2013). Análisis de Datos Cualitativos: El Caso de la Grounded Theory. En M. Canales (Ed.), *Escucha de la Escucha* (pp. 75-113). Santiago de Chile: LOM Ediciones.
- Gagnon, J., & Simon, W. (2002). *Sexual Conduct: The Social Origins of Human Sexuality*. Routledge.
- Gewirtz-Meydan, A., Hafford-Letchfield, T., Ayalon, L., Benyamini, Y., Biermann, V., Coffey, A., , Jackson, J., Phelan, A., Voß, P., Zeman M. & Zeman, Z. (2019). How do older people discuss their own sexuality? A systematic review of qualitative research studies. *Culture, health & sexuality*, 21(3), 293-308.
- Harley, D. A., & Harley, D. A. (2016). *Handbook of LGBT elders: An interdisciplinary approach to principles, practices, and policies*. Springer.
- Henning, G., Segel-Karpas, D., Praetorius, M., Bjälkebring, P., & Ingeborg, A. (2022). Retirement and Sexual Satisfaction. *The Gerontologist*, 102(1), 1-. <https://doi.org/10.1093/geront/gnac102>
- Huenchuán, S. (2018). Envejecimiento, personas mayores y agenda 2030 para el desarrollo sostenible: Perspectiva regional y de derechos humanos. Santiago: Naciones Unidas.
- Instituto Nacional de Estadísticas (INE). (2019). Adultos mayores presentan mayor dependencia y participación en el mercado laboral informal. <https://www.ine.cl/prensa/2019/09/16/adultos-mayores-presentan-mayor-dependencia-y-participacion-en-el-mercado-laboral-informal>
- Instituto Nacional de Estadísticas (INE). (2022). Envejecimiento en Chile: Evolución y características de las personas mayores. https://www.ine.gob.cl/docs/default-source/demografia-y-migracion/documentos-de-trabajo/documentos/envejecimiento-en-chile-evolucion-y-caracteristicas-de-las-personas-mayores.pdf?sfvrsn=b76bd496_4
- Kenny, R. (2013). A review of the literature on sexual development of older adults in relation to the asexual stereotype of older adults. *Canadian Journal of Family and Youth/Le Journal Canadien de Famille et de la Jeunesse*, 5(1), 91-106.
- Laumann, E. O., Paik, A., Glasser, D. B., Kang, J. H., Wang, T., Levinson, B. & Gingell, C. (2006). A cross-national study of subjective sexual well-being among older women and men: Findings from the Global Study of Sexual Attitudes and Behaviors. *Archives of Sexual Behavior*, 35(2), 143-159.
- Lindert, J., Bain, P. A., Kubzansky, L. D., & Stein, C. (2015). Well-being measurement and the WHO health policy Health 2010: systematic review of measurement scales. *European Journal of Public Health*, 25(4), 731-740. <https://doi.org/10.1093/eurpub/cku193>
- Luque, B. (2015). Envejecimiento y sexualidad femenina. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 4(3), 279-287.

- Mahieu, L., & Gastmans, C. (2015). Older residents' perspectives on aged sexuality in institutionalized elderly care: A systematic literature review. *International journal of nursing studies*, 52(12), 1891-1905.
- Mazzucchelli, N. & Arévalo, A (2019). Personas mayores y sexualidad. Relatos y experiencias del taller “con la sexualidad nunca se baja el telón”, *Revista Pensamiento y Acción Interdisciplinaria*, 5(1), 8-28. DOI: <http://doi.org/10.29035/pai.5.1.8>
- Organización Mundial de la Salud. (2002). Active Aging: A Policy Framework. <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/06/WHO-Active-Ageing-Framework.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2006). Sexual Health Document Series. Defining sexual health: Report of technical consultation on sexual health. http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf?ua=1
- Organización Mundial de la Salud. (2018). La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo. *WHO*, 1(1), 1-12. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>
- Pareja, M. (2020). Satisfacción sexual y su relación con el bienestar subjetivo de la mujer adulta mayor. Recuperado de http://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/2880/1/Iue_rep_pre_psi_Pareja_20_20_Satisfacción_Sexual.pdf
- PNUD. (2012). Desarrollo humano en Chile, bienestar subjetivo: el desafío de repensar el desarrollo. Recuperado de https://www.cl.undp.org/content/chile/es/home/library/human_development/publication_3.html
- Ramos, A., Thomson, D., & Mazzucchelli, N. (2018). Envejecimiento, género y sexualidad: aproximación a los significados sobre la sexualidad de mujeres mayores en la comuna de Valparaíso. *Revista Pensamiento y Acción Interdisciplinaria*, 4 (2), 8-23. <http://doi.org/10.29035/pai.4.2.8>
- Ricoy-Cano, A. J., Obrero-Gaitán, E., Caravaca-Sánchez, F., & Fuente-Robles, Y. M. D. L. (2020). Factors conditioning sexual behavior in older adults: A systematic review of qualitative studies. *Journal of clinical medicine*, 9(6), 1716.
- Rubilar, G. (2017). Narrativas y enfoque biográfico. Usos, alcances y desafíos para la investigación interdisciplinaria. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, 6(SPE), 69-75.
- Ruiz, M., Sciopini, L., & Lentini, D. (2007). Vejez e Imaginario Social, Proyecto de Investigación: Representación Social de la Vejez Femenina y Masculina en Grupos Universitarios. PROICO,

Universidad Nacional de San Luis, Argentina. Recuperado de http://www.psicopol.unsl.edu.ar/marzo08_09.pdf

- Santos, P., Byers, E. & Moglia, R. (2016). Sexual well-being of older men and women. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 25(2), 86-98. <https://web-p-ebSCOhost-com.pucdechile.idm.oclc.org/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=23cc4e5a-d368-4029-a3ae-7bbcaf4611ae%40redis>
- Simonelli, C., Tripodi, F., Rossi, R., Fabrizi, A., Lembo, D., Cosmi, V., & Pierleoni, L. (2008). The influence of caregiver burden on sexual intimacy and marital satisfaction in couples with an Alzheimer spouse. *International Journal of Clinical Practice*, 62(1), 47-52.
- Sinković, M., & Towler, L. (2019). Sexual aging: A systematic review of qualitative research on the sexuality and sexual health of older adults. *Qualitative Health Research*, 29(9), 1239-1254.
- Srinivasan, S., Glover, J., Tampi, R. R., Tampi, D. J., & Sewell, D. D. (2019). Sexuality and the older adult. *Current psychiatry reports*, 21, 1-9
- Torres, W & Flores, M. (2018). Factores predictores del bienestar subjetivo en adultos mayores. *Revista de Psicología*, 36(1), 9-48. <https://doi.org/10.18800/psico.201801.001>
- UC-Caja Los Andes. (2017). Chile y sus mayores: Quinta Encuesta de Calidad de Vida en la Vejez UC-Caja Los Andes.
- UC-Caja Los Andes. (2017). Chile y sus mayores: Sexta Encuesta de Calidad de Vida en la Vejez UC-Caja Los Andes.
- Williams, D. J. & Prior, E. (2015). Journal of Positive Sexuality. Journal of Positive Sexuality-Center for Positive Sexuality. Vol 1.
- Woloski-Wruble, A. C., Oliel, Y., Leefsma, M., & Hochner-Celnikier, D. (2010). Sexual activities, sexual and life satisfaction, and successful aging in women. *The Journal of Sexual Medicine*, 7(7), 2401-2410.