



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO IX – N. 22 – 2015

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n22/126.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en **FORO I+E "Impacto social del conocimiento" - II Reunión Internacional de Investigación y Educación Superior en Enfermería – II Encuentro de Investigación de Estudiantes de Enfermería y Ciencias de la Salud**, reunión celebrada del 12 al 13 de noviembre de 2015 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

Título **Educación afectiva-sexual en la tercera edad con perspectiva de género**

Autores Irene Casado Rojas, Rosa Casado Mejía

Centro/institución Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología. Universidad de Sevilla

Ciudad/país Sevilla, España

Dirección e-mail irenecasadorojas@hotmail.es

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Antecedentes y estado actual del tema

El porcentaje de población mayor de 65 años en España, que actualmente se sitúa en el 18,2% pasaría a ser el 24,9% en 2029 y del 38,7% en 2064.¹ La vejez es una etapa del ciclo vital tradicionalmente asociada a falsas creencias. Una de las más arraigadas es la referida a la pérdida del interés por parte de los mayores hacia la sexualidad. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.² La necesidad de hablar de vejez y sexualidad con enfoque de género viene dada por la feminización del envejecimiento y al modelo patriarcal que impregna nuestro país. No hay demasiados estudios realizados sobre el envejecimiento femenino. Así mismo, tampoco hay muchos estudios que aborden la sexualidad en la tercera edad ni que contemplen un enfoque de género en este tema que, a día de hoy, sigue siendo tabú en nuestra sociedad.

Una vida sexual activa en un adulto mayor no sólo se asocia a la alegría, la satisfacción, y un sentido de cercanía, sino que también reduce la depresión y aumenta la confianza en uno/a mismo/a, teniendo un efecto positivo en la vida de los adultos mayores.³

En la sociedad y dentro del sistema de salud, las necesidades sexuales de las personas en la tercera edad son, a menudo, no reconocidas y no satisfechas debido a las actitudes y creencias de que la sexualidad sólo puede vivirse en la juventud.^{4,5}

Por tanto, como enfermeras, no sólo debemos atender la falta de autonomía o la enfermedad en este grupo de edad sino que debemos de promocionar la salud en todas las esferas de la vida de la persona mayor sin obviar la sexualidad como parte inherente de ésta. Debemos ser vehículo facilitador de estilos de vida saludables que contemplen la sexualidad como fuente de bienestar.

Objetivo

Se presenta el diseño de un programa de EpS en el ámbito comunitario, con el objetivo de promover el derecho a vivir y expresar la sexualidad para aumentar la calidad de vida.

Metodología

Este programa de EpS se enmarca dentro del Modelo de Promoción de la Salud de la enfermera norteamericana Nola J. Pender Dentro de los pilares básicos de éste se encuentran la autoeficacia (sentirse capaz) y la percepción de barreras (mitos, prejuicios) y beneficios (bienestar y salud).^{6, 7, 8}

La población diana a la que va dirigida este programa educativo son mujeres y hombres mayores de 65 años con o sin pareja, de cualquier orientación sexual, creencia o condición social con nivel cognitivo conservado. Se pretende fomentar una visión fructífera y positiva de la vejez desde la educación afectiva-sexual.

Las herramientas utilizadas para la creación de este programa han sido diferentes bases de datos científicas y portales de difusión científica como son: MEDLINE, PUBMED, Cochrane, Google Académico, CUIDEN Plus, LILACS, CINAHL y ENFISPO. Así mismo, se ha realizado una búsqueda bibliográfica en libros y guías. Los criterios de exclusión para descartar algunos artículos seleccionados han sido: no guardan relación directa con la temática de búsqueda; artículos que hacen referencia a la sexualidad en la tercera edad desde un punto de vista patológico; publicaciones no accesibles a texto completo desde la biblioteca de la Universidad de Sevilla; artículos publicados en lenguas diferentes al inglés, al español y/o al portugués.

Plan de trabajo

El programa consta de nueve sesiones estructuradas en tres bloques: “acogida y concepto de sexualidad”; “nuestro cuerpo”; y, por último, “afectividad y habilidades sociales”. Estas sesiones son impartidas por formadores formados (mayores de 65 años expertos) y por un grupo interdisciplinar. Es un programa extenso, diseñado para ser llevado a cabo en dos meses con sesiones semanales de hora y media de duración. La finalidad es que los y las participantes no sólo adquieran conocimientos, sino que, a su vez, se pueda promover un cambio de actitudes y adquisición de habilidades en este grupo etario.

Salvo excepciones, la estrategia de trabajo será grupal. La metodología a emplear es expositiva, demostrativa, interrogativa y activa-por descubrimiento (deductivo y transductivo). Las técnicas utilizadas van grupo de discusión, pasando por dramatización hasta estado de la cuestión.

El programa educativo discurrirá en tres bloques que englobarán sesiones concretas de hora y media cada una: bloque 1 “Acogida y concepto de sexualidad (cuatro sesiones: sesión 0 “Presentación del Programa Educativo”, sesión 1 “Sexuados y sexuadas”, sesión 2 “ Sexualidad, vejez y tabúes”, sesión 3 “ Mitos o realidad”), bloque 2 “ Nuestro cuerpo” (tres sesiones: sesión 4 “Nuestros cuerpos como fuente de placer”, sesión 5 “Conócete”, sesión 6 “El valor de las caricias”) y bloque 3 “Afectividad y habilidades sociales” (dos sesiones: sesión 7 “Quiérete con arrugas”, sesión 8 “Botellón saludable”). En total, son 9 sesiones distribuidas en dos meses con una duración total de 13 horas y media.

BLOQUES	SESIONES
BLOQUE 1: Acogida y concepto de sexualidad.	Sesión 0. Presentación del Programa Educativo
	Sesión 1. Sexuados y sexuadas
	Sesión 2. Sexualidad, vejez y tabúes
	Sesión 3. Mitos o realidad
BLOQUE 2: Nuestro Cuerpo	Sesión 4. Nuestros cuerpos como fuente de placer.
	Sesión 5. Conócete (modelos anatómicos).
	Sesión 6. El valor de las caricias
BLOQUE 3: Afectividad y habilidades sociales	Sesión 7. Quiérete con arrugas
	Sesión 8. Botellón Saludable

Como ejemplo de desarrollo una de las sesiones, a continuación se expone “Botellón Saludable”, en la que se exponen los objetivos educativos, el desarrollo, el contenido, la metodología, las técnicas y los recursos.

Al final de la sesión, el 90% de los y las participantes:

- ✓ Reconocerá que tiene potencial para conocer a otras personas y prevenir la soledad.
- ✓ Mostrará interés por incorporar la perspectiva de género en las relaciones interpersonales.
- ✓ Acertará, al menos, tres definiciones del Pasapalabra como método educativo que afianzará los conceptos aprendidos.

La soledad es un gran problema en este grupo etario. Si prevenimos la soledad facilitando encuentros y reuniones en estos grupos, podremos aumentar la calidad de vida del mayor. La creación de vínculos en esta edad es muy importante, ya que suelen tener muchas pérdidas (pareja, amigos, vecinos, etc.) y, sumando esto a la soledad, podemos encontrar casos de depresión en el mayor. Es por esto, se pretende incidir en la creación de grupos donde consolidar lazos afectivos.⁹

Para ello, se convocará una reunión llamada “Botellón saludable”, que consistirá en una merienda en un parque en la que cada miembro aportará una comida sana o una bebida sin alcohol.

Se comprobarán los conocimientos adquiridos mediante un Pasapalabra de Educación Afectiva-Sexual.

Metodología: Expositiva, interrogativa y activa o por descubrimiento.

Técnicas:

- Debate
- Dramatización: role playing

Recursos:

- Mantel
- Cubiertos, platos, vasos desechables.
- Cuestionario Pasapalabra impreso.
- “Rosco” Pasapalabra creado para tal fin.

Limitaciones

Se han encontrado limitaciones a la hora de evaluar la efectividad de la aplicación de la intervención del programa educativo basada en el modelo de Pender. Esto es, no hay herramientas validadas para tal fin, como tampoco las hay para medir la autoeficacia relacionada con la educación afectiva-sexual en la tercera edad.

A modo prospectivo, sería útil la creación de herramientas que evaluaran ambos aspectos.

Bibliografía

1. Proyección de la Población de España 2014-2064. Notas de Prensa (INE), 2014. Disponible en: <http://www.ine.es/prensa/np870.pdf>
2. Gómez Bueno C, Bretin H. Sexualidad y Envejecimiento. Servicio de Promoción de la Salud y Planes Integrales. Consejería de Salud. Junta de Andalucía. Sevilla, 2011.
3. Oksoo J, Hae Ok J. Gender differences in factors influencing sexual satisfaction in Korean older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 2013; 56 (2): 321-326.
4. Béphage G. Meeting the sexuality needs of older adults in care settings. *Nursing & Residential Care [serial on the Internet]*, 2008; 10(9): 448-452.
5. Esterle M, Muñoz Sastre MT. Acceptability of Sexual Relationships Between Elderly People Residing in Nursing Homes. *Sex. Disabil.*, 2011; 29: 157-164.
6. Giraldo Osorio A, Toro Rosero M Y, Macías Ladino A M, Valencia Garcés C A, Palacio Rodríguez S. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. *Hacia promoc. Salud [Internet]*. 2010 [cited 2015 May 05]; 15 (1): 128-143.
7. Aristizábal Hoyos GP, Blanco Borjas DM, Sánchez Ramos A, Ostiguín Meléndez RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. *Enfermería Universitaria ENEO-UNAM*, 2011; 8 (4): 16-23. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfuni/eu-2011/eu114c.pdf>
8. Soto MF, Lacoste MJ, Papenfuss R, Gutiérrez LA. Modelo de creencia en salud. Un enfoque teórico para la prevención del sida. *Rev. Esp. Salud Pública [online]*, 1997; 71 (4): 335-341. Disponible en: http://www.scielosp.org/pdf/resp/v71n4/esp_sida.pdf
9. Kenny TK. 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*, 2013; 5 (1): 91-106.