



El grupo focal como método para entender la sexualidad en los adultos mayores

The focus group as a method to understand sexuality in older adults

Maribel Sánchez López ¹ *, Rubén de Armas Molina ¹ , Norayma Castillo Hernández ¹ ,
Arisneydis Martínez Palomino ² , Yalexí Díaz Viamonte ³ , Julio Luis Machado ⁴

¹ Universidad de Ciencias Médicas de la Habana. Facultad de Tecnología de la Salud. La Habana, Cuba.

² Policlínico Docente Mario Escalona Reguera. Municipio Habana del Este. La Habana, Cuba.

³ Centro de Investigaciones Médicas Quirúrgicas (CIMEQ). La Habana, Cuba.

⁴ Policlínico Universitario la Rampa. Municipio Plaza de la Revolución. La Habana, Cuba

***Autor para la correspondencia:**

mslopez@infomed.sld.cu

Recibido: 1 de febrero del 2024

Aceptado: 5 de noviembre del 2024

Citar como:

Sánchez-López M, De Armas-Molina R, Castillo-Hernández N, Martínez-Palomino A, Díaz-Viamonte Y, Machado JL. El grupo focal como método para entender la sexualidad en los adultos mayores. Rev. Cubana Tecnol. Salud [Internet]. 2024 [citado:];15(3):e4207. Disponible en: <http://www.revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/4207>

RESUMEN

Introducción: el envejecimiento poblacional en Cuba, constituye una de las mayores problemáticas que se evidencia en Salud Pública, tanto para la atención médica, medicamentos u otros aspectos que influyen en la calidad de vida del adulto mayor. Envejecer no se traduce con el final de la actividad sexual. Disfrutar al máximo la sexualidad ayuda a mejorar la calidad de vida en ambos géneros. **Objetivo:** describir la percepción de los adultos mayores sobre la sexualidad. **Método:** se utilizó la técnica de grupos focales con cuatro preguntas que recogían los principales aspectos a explorar. La población estuvo constituida por 36 personas en edades comprendidas de 60 a 70 años distribuidos en tres grupos focales y tres territorios diferentes de la capital. **Resultados:** en los tres grupos focales se destacan como aspectos importantes que consideran la sexualidad el tener relaciones sexuales, que con esa edad las relaciones íntimas casi no se realizan y cualquier manifestación de sexualidad lo consideran como falta de respeto. Los hombres consideran que pueden tener relaciones sexuales con personas más jóvenes, sin embargo, las mujeres no lo consideran adecuado y ambos sexos plantean inadecuado tener relaciones sexuales con personas con VIH. Un porcentaje elevado planteó que se debe hablar desde la escuela de sexualidad, pero con un profesional capacitado al respecto, así como ellos quisieran tener un lugar donde esté un profesional para intercambiar dudas al respecto. **Conclusiones:** se describió la percepción de los adultos mayores sobre la sexualidad, la cual necesita ser atendida por parte de profesionales capacitados para una adecuada orientación.

Palabras clave: Sexualidad, Adulto Mayor, Envejecimiento, Conocimientos

ABSTRACT

Introduction: population aging in Cuba constitutes one of the biggest problems evident in Public Health, either for medical care, medications or other aspects that influence the quality of life of the elderly. Getting older does not translate to the end of sexual activity. Enjoying sexuality to the fullest helps improve the quality of life in both genders. Objective: to identify the experiences of the elderly for their subsequent preparation in sexuality. Method: the focus group technique was used with four questions that included the main aspects to explore. The sample consisted of 36 people between the ages of 60 and 70 distributed in three focus groups and three different territories of the capital. Results: in the three focus groups, having sexual relations stands out as important aspects that consider sexuality, that at that age intimate relationships are almost not carried out and any manifestation of sexuality is considered a lack of respect. Men consider that they can have sexual relations with younger people, however, women do not consider it appropriate and both sexes consider it inappropriate to have sexual relations with people with HIV. A high percentage suggested that sexuality should be discussed at school, but with a professional trained in this regard, just as they would like to have a place where a professional is to exchange doubts about it. Conclusions: sexuality in older adults needs to be addressed by trained professionals for proper guidance.

Keywords: Sexuality, Older adults, Aging, Knowledge

INTRODUCCIÓN

Las personas conviven con muchos prejuicios que aparecen en el imaginario. Por supuesto que las formas de ejercer y vivir la sexualidad varían con las distintas etapas del desarrollo, pero la vivencia como tal, la necesidad y las sensaciones están siempre presentes.¹

El envejecimiento es un proceso de cambios fisiológicos, progresivos propio de los seres vivos, influenciado por la interacción genética de estos con su medio ambiente. El envejecimiento influye en los hábitos de los adultos mayores (adultos mayores), donde la sexualidad se expresa para algunos como calidad de vida, aunque tengan poco acceso a formarse o educarse en estos temas. No obstante, es considerado un indicador de salud mental y bienestar ²

En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) refiere que un 22,0 % de los adultos mayores en el mundo refiere problemas con su sexualidad. La cultura e idiosincrasia no están ajenas a este problema, de manera que las dificultades en la sexualidad pueden generarle pobreza emocional y, por ende, deteriorar su calidad de vida.²

La sexualidad en el adulto mayor está influenciada por estereotipos e imaginarios culturales que forman parte de la percepción social relacionada con mitos y creencias colectivas que transmiten valores o prejuicios relacionados con el proceso de envejecer. Algunos de estos mitos son una menor actividad sexual a medida que avanza la edad, la falta de deseo y atractivo, la asociación del sexo con la reproducción, así como la negación del deseo sexual a la mujer mayor.^{2,3}

La salud sexual en el adulto mayor se entiende como la manifestación psicológica de emociones y compromisos asociados a procesos de comunicación. Esto está basado en la confianza, amor y compartir el placer, con o sin coito, donde lo central es la calidad en la relación genital más que la cantidad.^{4,5}

Una mejor calidad de vida física, mental y espiritual debe estar acompañada de determinantes de una vida y salud sexual activa en la adultez mayor, donde es clave la relación de pareja, lo que ha quedado demostrado en las diferentes encuestas nacionales de calidad de vida en la vejez. Sin embargo, la sexualidad de los adultos mayores no siempre es entendida por la sociedad, por los propios adultos mayores y, lo que es peor, por los profesionales de la APS que en teoría deben resolver las necesidades de este tipo por las cuales consultan los adultos mayores.^{6,7}

Frente a tal evidencia, es necesario todo esfuerzo investigativo que levante seguridad y nuevos conocimientos en sexualidad de los adultos mayores, lo cual debe estar asociado a proyectos de investigación-acción social y comunitaria, que se vinculen desde o con la extensión universitaria y con el medio. Es importante tener en cuenta el aporte de conocimientos sobre esta esfera que mejoren o potencien sus idearios preconcebidos acorde a los nuevos tiempos, con respeto a su autonomía, cultura y cosmovisiones, todo lo cual se enfoca en directo beneficio de los mismos.

Como problemática, los profesionales de la salud que se ocupan de la sexualidad, se ven en la necesidad de abordar diferentes aspectos donde se involucren los mismos, para contribuir con su accionar en la calidad de vida de ellos. La sexualidad es un tema que constituye para esta edad un tabú, rodeado de mitos que favorecen la posición evasiva de todos los involucrados por lo que el objetivo de este trabajo se centra en describir la percepción de los adultos mayores sobre la sexualidad.

MÉTODO

Se realizó un estudio descriptivo observacional de corte transversal. Esta investigación fue realizada en el primer semestre del 2022. La población estuvo constituida por 36 personas en edades comprendidas de 60 a 70 años distribuidos en tres grupos focales con la participación de 12 adultos mayores en cada uno de ellos en tres territorios diferentes de la capital:

- El grupo focal no. 1: territorio norte del capital comprendido por los adultos mayores de los municipios Habana Vieja y Centro Habana,
- El grupo focal no. 2: en el este de la ciudad con las localidades de la Villa Panamericana y Alamar,
- El grupo focal no. 3: la región oeste con los municipios Playa y Marianao.

Para este estudio se utilizó el grupo focal, que representa un conjunto de técnicas cualitativas muy usadas en la Atención Primaria de Salud (APS) para la obtención de conocimientos sobre un aspecto específico a partir de un grupo de personas. Posibilita el diálogo de un asunto vivido y compartido mediante experiencias comunes a partir de estímulos específicos para el debate que reciben los participantes.

Los grupos focales ayudan a las personas a aprender más acerca de opiniones y necesidades de la comunidad, se inicia con una breve presentación del moderador y explicación del propósito por el cual se realiza ese encuentro. Debe tener una guía de preguntas que permitan facilitar el diálogo y obtener ideas para mejorar las existentes. En la investigación fueron realizadas cuatro preguntas de acuerdo al objetivo planteado y a los aspectos que se deseaba conocer.

Se realizaron un total de 4 preguntas a cada grupo focal donde se exploraron los siguientes conocimientos relacionados con la sexualidad.

I. ¿Qué significa la sexualidad en la adultez mayor desde la perspectiva de su propia vida?

- a) ¿En qué momento del día demuestran su sexualidad?
- b) ¿Qué es para ustedes sexo?
- c) ¿Cómo definen el término de relaciones sexuales?

II. ¿Cuáles cree usted que son los mitos existentes en relación con la sexualidad en la adultez mayor?

- a) ¿Manifestarse en público con un beso o una caricia de una pareja lo considera como un mito por ser adulto mayor?
- b) ¿Considera un mito en su sexualidad como adulto mayor no tener una relación sentimental o amorosa con una persona más joven que usted?
- c) ¿Tener relaciones sexuales con una persona sero positiva (VIH)?
- d) ¿Para usted como adulto mayor no relacionarse afectivamente con una persona homosexual o bisexual lo considera un mito?
- e) ¿Qué otras consideraciones existen en relación con su sexualidad como adulto mayor?

III. ¿Qué vivencias y necesidades físicas, psicológicas y emocionales ha vivido usted relacionadas con su sexualidad?

- a) ¿Ha tenido o conoce de algún amigo, vecino o familiar que ha sostenido vivencias positivas o negativas de forma física?
- b) ¿Ha convivido con personas o conoce de alguien que haya tenido vivencias psicológicas relacionadas con su sexualidad como adulto mayor?
- c) ¿Qué vivencias emocionales ha tenido en su vida como adulto mayor que hayan afectado o beneficiado su sexualidad?

IV. ¿Qué necesidades de apoyo y asistencia cree usted que las personas mayores requieren de los profesionales de salud cuando van a sus controles?

Para el procesamiento de la información cualitativa obtenida a través de la dinámica de grupo se empleó la estadística descriptiva. Se determinó para cada pregunta la respuesta de mayor frecuencia, a partir de las ideas que transmitieron los adultos mayores durante la dinámica grupal.

Para la realización de la investigación, fue necesario solicitar la autorización a las direcciones municipales de los territorios involucrados. Se cumplió la ética médica que debe estar presente en cada investigación, así como la discreción para cada una de las preguntas realizadas en cada caso. Se aplicó el consentimiento informado para la investigación al total de la muestra. Para el procesamiento estadístico se utilizó la proporción.

RESULTADOS

Grupo focal No. 1

Se efectuó en la región Norte de la ciudad con los adultos mayores convivientes de los municipios Habana Vieja y Centro Habana. De los 12 adultos mayores que conformaban este grupo, el 50,0 % consideraron que la sexualidad es la realización solamente de relaciones sexuales. Solo 2 de ellos que representa el (16,7 %) tenían conocimientos al plantear que es lo que ocurre en la vida del individuo. (Tabla 1).

El 83,3 %, (10 adultos) plantearon que demuestran su sexualidad en el momento que puedan estar solos, el 66,7 % (cuatro) viven hacinados, es decir conviven más de siete personas, el 33,3 % (dos) consideran que están mayores para tener relaciones sexuales con sus parejas. Mientras que el resto 2 personas (33,3 %) plantean que la manifiestan en todo lo que hacen en la casa, en la calle con las personas. (Tabla 1).

Se evidencia en las respuestas que daban los adultos mayores que relacionan la sexualidad solamente con las relaciones sexuales o relaciones íntimas entre el hombre y la mujer como lo llaman la mayoría de ellos.

En cuanto a los mitos existentes en relación con la sexualidad en el adulto mayor, el 66,6 % refieren que manifestarse en público con un beso o una caricia de pareja no es necesario por el respeto a los demás. El 58,3%, respondieron que las relaciones sexuales con personas de menos edad que ellos es algo vergonzoso y que no aprueban estas relaciones. (Tabla 1).

El 100,0 % de los participantes plantearon que la relación sexual entre personas sanas con VIH no debe ser, por el riesgo de enfermarse, aunque se trate de su pareja de muchos años. De los participantes, el 88 % plantearon que las relaciones afectivas entre personas del mismo sexo es algo aberrado y no adecuado. (Tabla 1).

Otras de las consideraciones de los adultos mayores en cuanto a la sexualidad es que los 12, para el 100,0 %, consideran que no se debe hablar con los niños sobre temas relacionados con el sexo y que estas conversaciones deben ser orientados por los maestros en las escuelas que son los que saben o están preparados para contestar adecuadamente a cualquier pregunta que sea formulada. (Tabla 1).

En la tercera pregunta, nueve adultos mayores, que representan el 75 % esbozan que ellos no han sufrido de vivencias psicológicas relacionadas con la sexualidad, pero si conocen de familiares y vecinos que, si lo han sufrido, y que estas experiencias han perdurado para toda la vida y han afectado la psiquis de quien la han vivido. (Tabla 1).

El 100% de los participantes han sufrido pérdidas de familiares muy queridos y allegados a ellos, 4 que representan el 33,3 % plantean haber tenido el fallecimiento de su hijo que los ha afectado considerablemente. (Tabla 1).

Tabla 1: Respuestas predominantes del grupo focal correspondiente al territorio norte. Habana Vieja y Centro Habana. Primer periodo del 2022

Preguntas	Respuesta predominante	No.	%
Pregunta 1			
a) ¿En qué momento del día demuestran su sexualidad?	Cuando está solo	10	83,3
b) ¿Qué es para ustedes sexo?	Acostarse con alguien	8	66,7
c) ¿Cómo definen el término de relaciones sexuales?	Tener intimidad con alguien	12	100,0
Pregunta 2			
a) ¿Manifestarse en público con un beso o una caricia de una pareja lo considera como un mito por ser adulto mayor?	Es innecesario	8	66,0
b) ¿Considera un mito en su sexualidad como adulto mayor no tener una relación sentimental o amorosa con una persona más joven que usted?	Es vergonzoso	7	58,3
c) ¿Tener relaciones sexuales con una persona sero positiva (VIH)?	No debe ser	12	100,0
d) ¿Para usted como adulto mayor no relacionarse afectivamente con una persona homosexual o bisexual lo considera un mito?	No debe ser	5	41,7
e) ¿Qué otras consideraciones existen en relación con su sexualidad como adulto mayor?	No se debe hablar con los niños de sexo	12	100,0
Pregunta 3			
a) ¿Ha tenido o conoce de algún amigo, vecino o familiar que ha sostenido vivencias positivas o negativas de forma física?	Vivencias negativas de familiares	5	41,7
b) ¿Ha convivido con personas o conoce de alguien que haya tenido vivencias psicológicas relacionadas con su sexualidad como adulto mayor?	Con amigos	9	75,0
c) ¿Qué vivencias emocionales ha tenido en su vida como adulto mayor que hayan afectado o beneficiado su sexualidad?	Pérdida de familiares	12	100,0

Grupo focal No. 2

Se realizó en la región Este de la ciudad con adultos mayores convivientes del municipio Habana del Este (localidad Villa Panamericana y Alamar). De los 12 adultos mayores, tres, que representa el 25,0 % de consideraron que la sexualidad es todo lo relacionado con las relaciones sexuales, siete que representa el (58,3%) plantean que es la intímida entre hombres y mujeres, niños, ancianos en todos los momentos de la vida y en cualquier lugar. (Tabla 2).

10 de los adultos mayores (83,3 %,) plantearon que demuestran su sexualidad en todo momento que puedan estar solos para tener relaciones sexuales o hablar cosas íntimas de sus vidas, dos de los participantes, el 16,7 % plantearon vivir en casas muy pequeñas y conviven con otros familiares entre ellos sus nietos y no pueden manifestarse como quisieran. (Tabla 2).

De los 12 participantes tres que representan el 25,0 % dicen que sexo es acostarse con alguien, que es lo mismo que tener relaciones sexuales, mientras que nueve adultos (75,0 %) dicen que

son los atributos con los que se nace (hembras o varones). Los 12 adultos mayores refirieron que las relaciones sexuales es tener intimidad, es acostarse para hacer el amor un hombre y una mujer. (Tabla 2).

Con relación a la segunda pregunta, 9 participantes (75,0 %) plantearon que manifestarse en público con un beso o una caricia de pareja no es necesario a su edad. El 58,3 %, es decir siete participantes plantearon que tener relaciones sexuales con personas de menos edad que ellos es algo que pudiera ser porque en el amor no hay edad, aunque debe siempre primar el respeto. (Tabla 2).

El 100,0 % de los participantes refirieron que las relaciones sexuales entre personas sanas y con VIH pueden ocurrir mientras que exista la responsabilidad entre ambos miembros de la pareja. De los participantes tres que representan el 25,0 % creen que las relaciones afectivas entre personas del mismo sexo es algo aberrado. (Tabla 2).

Otras de las consideraciones de los adultos mayores en cuanto a la sexualidad es que los 12, consideraron que se deben hablar con los niños sobre temas relacionados con el sexo y que estas conversaciones deben ser orientados por sus propios padres y los maestros en las escuelas o profesionales capacitados para ello. (Tabla 2).

En la tercera pregunta, solo dos que representan el 16,7 % refirieron que conocen de amigos de ellos que han tenido vivencias físicas que las consideran negativas. Sin embargo 10 que representan el 83,3 % hablan de forma positiva sobre vivencias que han tenido en la calle con otras personas. (Tabla 2).

En este aspecto, nueve que representan el 75 % esbozan que ellos no han sufrido de vivencias psicológicas relacionadas con su sexualidad. El 100,0 % de los participantes que han sufrido de pérdidas de familiares muy queridos y allegados a ellos, solo un adulto mayor, que representa el 8,3 % del total ha sufrido la pérdida de su hijo que ya estaba enfermo y sufrió la pérdida de su madre todo lo cual afecta psicológicamente. (Tabla 2).

Tabla 2: Respuestas del grupo focal correspondiente al territorio este. Villa Panamericana y Alamar. Primer periodo del 2022.

Preguntas	Respuesta predominante	No.	%
Pregunta 1			
a) ¿En qué momento del día demuestran su sexualidad?	Cuando está solo	10	83,3
b) ¿Qué es para ustedes sexo?	Atributos con los que se nace	9	75
c) ¿Cómo definen el término de relaciones sexuales?	Acostarse con alguien	12	100
Pregunta 2			
a) ¿Manifestarse en público con un beso o una caricia de una pareja lo considera como un mito por ser adulto mayor?	Es innecesario	9	75
b) ¿Considera un mito en su sexualidad como adulto mayor no tener una relación sentimental o amorosa con una persona más joven que usted?	Es posible	7	58,3
c) ¿Tener relaciones sexuales con una persona sero positiva (VIH)?	Es posible con responsabilidad	12	100
d) ¿Para usted como adulto mayor no relacionarse afectivamente con una persona homosexual o bisexual lo considera un mito?	Tolerable si se trata de los hijos	12	100
e) ¿Qué otras consideraciones existen en relación con su sexualidad como adulto mayor?	Los padres deben orientar a los hijos en cuestión de sexualidad	12	100
Pregunta 3			

a) ¿Ha tenido o conoce de algún amigo, vecino o familiar que ha sostenido vivencias positivas o negativas de forma física?	Vivencias negativas de familiares	9	75
b) ¿Ha convivido con personas o conoce de alguien que haya tenido vivencias psicológicas relacionadas con su sexualidad como adulto mayor?	Con amigos	7	58,3
c) ¿Qué vivencias emocionales ha tenido en su vida como adulto mayor que hayan afectado o beneficiado su sexualidad?	Han presentado afectaciones propias	9	75

Los 12 adultos mayores que forman parte de esta investigación en esta región de la capital consideraron que deben existir centros donde puedan ir a conversar con algún especialista de salud, psicólogos o psiquiatras que le puedan dar asistencia y consultas de orientación para el adulto mayor y sus necesidades de conocimientos sobre la sexualidad, además los 12 participantes coinciden que sería bueno retomar las o fortalecer escuelas de padres para la orientación a los jóvenes desde edades tempranas.

Grupo focal No. 3

Este grupo corresponde a la región del Oeste de la ciudad con adultos mayores de los municipios Playa y Marianao. De los 12 adultos mayores, 10 que representan el 83,3 % de esta región consideran que la sexualidad es todo lo relacionado con las relaciones sexuales, el sexo con el cual se nace y los matices al tener en cuenta las orientaciones sexuales, el comunicarse con los demás, las relaciones entre personas en la calle, el barrio, la casa y con los compañeros de trabajo. El 50,0 % hacen énfasis en las relaciones sexuales como algo importante. (Tabla 3).

Sin embargo, el 50,0 % conocen que la sexualidad es una dimensión mucho más amplia que está presente en la vida de los individuos desde el momento que se nace hasta que se muere donde incluyen los aspectos sociológicos, psicológicos, biológicos, económicos, entre otros. (Tabla 3).

El 83,3 %, (10) adultos mayores plantearon que demuestran su sexualidad en todo momento que puedan estar solos ya que refieren que están mayores para la publicidad. Los 12 participantes que representan el 100,0 % dicen que sexo son los atributos con los que nosotros nacemos hembras o varones, pero dentro de ellos, 3 (25,0 %) dicen que también es acostarse con alguien, que es lo mismo que tener relaciones sexuales entre un hombre y una mujer. (Tabla 3).

En cuanto a los mitos existentes en relación con la sexualidad en la adultez plantearon que el manifestarse en público con un beso o una caricia de pareja no es necesario por el respeto a los demás. Siete participantes refieren que tener relaciones sexuales con personas de menos edad que ellos es algo que pudiera siempre que haya respeto y una buena comprensión y comunicación sin intereses, cinco participantes que habría que ver con cuales intenciones pudieran ser esas relaciones. (Tabla 3).

El 100,0 % de los participantes opina que las relaciones sexuales entre personas sanas y con VIH pueden ocurrir mientras que exista la responsabilidad entre ambos miembros de la pareja. De los participantes solo dos que representan el 16,7 % creen que las relaciones afectivas entre personas del mismo sexo es algo aberrado. (Tabla 3).

Otras de las consideraciones de los adultos mayores en cuanto a la sexualidad es que el 100 % consideran que se deben hablar con los niños sobre temas relacionados con el sexo. Estas conversaciones deben ser orientados por los propios padres y los maestros. (Tabla 3).

El 33,3 % esboza que conocen de amigos y familiares de ellos, que han tenido vivencias físicas que las consideran negativas. Sin embargo, ocho que representan el 66,7 % hablan de forma positiva sobre vivencias que han tenido en la calle con otras personas. (Tabla 3).

En este aspecto el 83,3 % refirieron que ellos no han sufrido de vivencias psicológicas relacionadas con su sexualidad, pero si conocen de familiares y de algunos vecinos que si lo han

sufrido. El 100% de los participantes han sufrido pérdidas de familiares muy queridos y allegados a ellos, hijos, madres, padres y sobrinos, siete que representan el 58,3 % plantean haber tenido que jubilarse por los años de servicio y por problemas de enfermedades. (Tabla 3).

Tabla 3: Respuestas del grupo focal correspondiente al territorio oeste. Playa y Marianao. Primer periodo del 2022.

Preguntas	Respuesta predominante	No.	%
Pregunta 1			
a) ¿En qué momento del día demuestran su sexualidad?	Cuando está solo	10	83,3
b) ¿Qué es para ustedes sexo?	Acostarse con alguien	12	100
c) ¿Cómo definen el término de relaciones sexuales?	Tener intimidad con alguien	12	100
Pregunta 2			
a) ¿Manifestarse en público con un beso o una caricia de una pareja lo considera como un mito por ser adulto mayor?	Es innecesario	12	100
b) ¿Considera un mito en su sexualidad como adulto mayor no tener una relación sentimental o amorosa con una persona más joven que usted?	Es vergonzoso	7	58,3
c) ¿Tener relaciones sexuales con una persona sero positiva (VIH)?	No debe ser	12	100
d) ¿Para usted como adulto mayor no relacionarse afectivamente con una persona homosexual o bisexual lo considera un mito?	No debe ser	2	16,7
e) ¿Qué otras consideraciones existen en relación con su sexualidad como adulto mayor?	No se debe hablar con los niños de sexo	12	100
Pregunta 3			
a) ¿Ha tenido o conoce de algún amigo, vecino o familiar que ha sostenido vivencias positivas o negativas de forma física?	Vivencias negativas de familiares	8	66,7
b) ¿Ha convivido con personas o conoce de alguien que haya tenido vivencias psicológicas relacionadas con su sexualidad como adulto mayor?	Con amigos	10	83,3
c) ¿Qué vivencias emocionales ha tenido en su vida como adulto mayor que hayan afectado o beneficiado su sexualidad?	Pérdida de familiares	12	100

Los 12 adultos mayores que forman parte de esta investigación en esta región de la capital consideran que deben existir centros donde puedan ir a conversar como las consejerías que existen para VIH con algún especialista de salud, psicólogos o psiquiatras que le puedan dar asistencia y consultas de orientación para el adulto mayor y sus necesidades de conocimientos sobre la sexualidad.

DISCUSIÓN

Aunque envejecer, según la OMS, "es la consecuencia de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales (...)", estos efectos no son exactos en una edad específica. La experiencia del envejecimiento puede variar de forma considerable entre individuos.¹

En dependencia de las condiciones del entorno social y los hábitos saludables que hayan adoptado durante los años anteriores, algunos adultos mayores pueden disfrutar de excelente salud y una sexualidad activa. Estos factores pueden influir de manera significativa en la calidad de vida durante la vejez.¹

Los resultados mostrados a través de los grupos focales realizados en los diferentes territorios aportan criterios similares en las respuestas a las diferentes preguntas, donde se evidencia que existe desconocimiento con relación a la sexualidad de forma general. Se pone de manifiesto la necesidad de mayor atención a los adultos mayores con relación a la sexualidad por el desconocimiento sobre el tema.

El tema de la sexualidad, por parte del adulto mayor de forma general es evitado, considerado como un tabú, que favorecen la posición evasiva de todos los involucrados para este grupo⁸. Se evidenció en el momento de la realización del grupo focal, que sentían vergüenza de las respuestas que querían dar y las consideraban "atrevidas".

Experimentar de forma sana el sexo en la tercera edad depende de los cambios que se vivan en la vejez. Por lo tanto, tener claro cuáles son esos cambios, en hombres y mujeres, también permite enfrentar el listado de mitos que rodean la sexualidad de los adultos mayores.

En estudios realizados por diferentes autores, donde se analiza la sexualidad como tal, se evidencian la similitud de los problemas detectados en este grupo poblacional, ^{8,9} donde destaca incluso que los hombres abordan mejor este tema que la mujer. Es muy frecuente, además, que el sexo femenino, evada este tipo de tema, por considerarlo algo de la juventud.

En un estudio presentado por investigadores españoles, uno de los aspectos evidenciados en el mismo, está relacionado con el nivel cultural o profesión de los adultos mayores. En este grupo tenían más conocimientos sobre la sexualidad que el grupo conformado por trabajadores, jubilados y amas de casa. ^{8,9,10}

En este estudio realizado, no se explora como variable el nivel cultural o profesión, sin embargo, se evidenció que en el territorio de Playa y Marianao el tema era aceptado con menos tabú. Además, las respuestas dadas por estos adultos muestran los grandes mitos en relación a la sexualidad.

Uno de los aspectos que se destaca en esta investigación está relacionado con las necesidades habitacionales de la población. Las respuestas de los adultos mayores indican que la falta de privacidad en los hogares afecta de manera notable el bienestar general. Esta situación es importante desde el punto de vista epidemiológico, ya que las condiciones de vivienda inadecuadas pueden contribuir a problemas de salud física y mental en esta población. ¹¹⁻¹³

Desde una perspectiva de salud pública, los determinantes de salud, como el modo y estilo de vida, juegan un papel crucial en la percepción de la sexualidad entre los adultos mayores. La falta de espacio personal puede llevar a una percepción negativa de la vida sexual, lo que puede tener repercusiones tanto en la salud emocional como en su calidad de vida. Las intervenciones para mejorar las condiciones habitacionales podrían, por lo tanto, tener un impacto positivo en la salud y el bienestar de los adultos mayores. ^{11,12}

Es evidente que para abordar de manera efectiva las necesidades de los adultos mayores, es necesario considerar las condiciones en las que se desenvuelven y cómo estas influyen en su percepción de la sexualidad. Un enfoque integral que contemple estos aspectos será crucial para desarrollar políticas y estrategias que promuevan un envejecimiento saludable y digno. ¹¹⁻¹³

Este aspecto es de suma importancia, ya que en la sociedad se percibe a los adultos mayores como personas cuya principal responsabilidad, debido a la edad, es la crianza y el cuidado de los nietos. Sin embargo, es crucial reconocer y valorar su potencial en otros ámbitos de la vida social y familiar. ¹¹⁻¹³

La sexualidad está relacionada con los cambios que experimentan las personas a lo largo de la vida. Adaptarse a estos cambios es fundamental para mantener una vida sexual placentera y saludable en cualquier etapa. La capacidad de ajustarse a nuevas circunstancias y aceptar las

transformaciones físicas y emocionales puede mejorar significativamente la calidad de vida y el bienestar general. ¹⁴⁻¹⁶

CONCLUSIONES

La técnica de los grupos focales fue aceptada por los adultos mayores y propició el intercambio de conocimientos sobre la sexualidad. Se evidenció en los tres grupos focales la falta de los conocimientos sobre sexualidad en los adultos mayores. Los grupos focales además de reflejar la problemática, permitió el intercambio de conocimientos de los profesionales de la salud con el adulto mayor.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Quintana T. Vinculación de la universidad y la comunidad para contribuir a mejorar la atención a los adultos mayores. *Rev Cient Educ Méd Sup*. 2020;7:15-7.
2. Lazo MA. ¿Sexo y sexualidad son lo mismo? *Sexualidad en el Adulto Mayor*. *Rev Chil APS*. 2020;2:18-9.
3. De Armas R. Estrategia educativa para la educación integral de la sexualidad y la prevención de las ITS y el VIH de los estudiantes de tecnologías [tesis]. La Habana: Universidad de Tecnología de la Salud; 2018.
4. World Health Organization (WHO). Envejecimiento y salud [Internet]. Ginebra: WHO; 2021 [consultado 2021 nov 21]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
5. Ministerio de Salud Pública. Subcomisión de envejecimiento. Envejecimiento poblacional. La Habana: Departamento de Adulto Mayor, Asistencia Social y Salud Mental; 2022.
6. De Armas R. ¿Existe riesgo de contagio de VIH u otras ITS en el adulto mayor, cómo se previenen? Santiago de Chile: Facultad de Medicina, Universidad de Chile; 2020. p. 68-70.
7. PAHO/WHO. Pan American Health Organization Envejecimiento Saludable –OPS/OMS I Organización Panamericana de la Salud [Internet]. Washington, DC: PAHO; 2022 [citado 2022 ene 8]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/es/envejecimiento-saludable>
8. Marrero A. Plan de acción Nacional para la promoción de un envejecimiento activo y saludable. Ediciones Lazo Adentro; 2022.
9. Torres S, Rodríguez B. Percepciones de la sexualidad en personas mayores: una revisión sistemática de estudios cualitativos. *Rev Esp Salud Pública*. 2020;93(15):25-8.
10. Palacios D. Comportamiento sexuales entre adultos mayores en España [Internet]. *Rev Cient Wiley Online Libr*. 2020;8(5):12.
11. CENIE. Centro Internacional sobre el Envejecimiento. La sexualidad en la tercera edad. Programa para una sociedad longeva (PSL). 2020 jun.
12. Acevedo J. La sexualidad del adulto mayor requiere ser atendida. Departamento de atención primaria y salud familiar, Facultad de Medicina, Universidad de Chile [Internet]. 2020. Disponible en: <https://uchile.cl/noticias/156613/jhonny-acevedo-la-sexualidad-del-adulto-mayor-requiere-ser-atendida>
13. Bohorques JD. Sexualidad y senectud. Hacia la promoción de salud. 2021;13.
14. Ortega E. La sexualidad en el adulto mayor [Tesis]. Valladolid: Universidad de Valladolid; 2021.
15. Fariñas L, Rodríguez H. Cuidados de la vida a largo plazo en Cuba: desafío urgente para una sociedad que envejece. Congreso Internacional de Dermatología; 2022 oct 5-10; La Habana, Cuba.
16. Lafarja de Aveiru BI, Giménez S. Sexualidad en adultos mayores de 60 años: percepción de personas que concurren a las consultas ambulatorias de un hospital. *Rev Cient Cienc Salud*. 2022;4(1):4-16.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Maribel Sánchez López: conceptualización, metodología, análisis formal, redacción – borrador original, redacción – revisión y edición.

Rubén de Armas Molina: supervisión, análisis formal, redacción – borrador original, redacción – revisión y edición.

Norayma Castillo Hernández: curación de datos.

Arisneydis Martínez Palomino: curación de datos, investigación.

Yalexis Díaz Viamonte: curación de datos, investigación.

Julio Luis Machado: curación de datos, investigación.

Todos los autores aprueban la versión final del manuscrito.

FINANCIACIÓN

No se recibió financiación para el desarrollo del presente estudio.

CONFLICTOS DE INTERESES

No se declaran conflictos de intereses.



Los artículos de *Revista Cubana de Tecnología de la Salud* se comparten bajo los términos de la Licencia **Creative Commons Atribución-No Comercial 4.0. Internacional**