

**Salud sexual en ancianos de un consultorio médico de la familia**

**Sexual health in elderly from a family doctor´s office**

**Dra. Elvia Cremé Lobaina,<sup>I</sup> Dra. Julia Tamara Alvarez Cortés,<sup>I</sup> Dra. Gipsy de los Ángeles Pérez Hechavarría,<sup>II</sup> Dra. Paula Fernández González<sup>I</sup> y Dr. Raúl Riveaux Verdecia<sup>III</sup>**

<sup>I</sup> Policlínico Docente "Ramón López Peña", Santiago de Cuba, Cuba.

<sup>II</sup> Policlínico Docente Municipal, Santiago de Cuba, Cuba.

<sup>III</sup> Servicios Médicos del Ministerio del Interior, Santiago de Cuba, Cuba.

**RESUMEN**

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal de 85 ancianos con pareja sexual estable, pertenecientes al Consultorio Médico de la Familia No. 1 del Policlínico Docente "Ramón López Peña" de Santiago de Cuba, durante el periodo de marzo a diciembre de 2016, con vistas a describir algunas características de la salud sexual en ellos. Existió un predominio del sexo femenino, el grupo etario de 60-69 años, el estado conyugal casado o en unión consensual. De manera general, los integrantes de la serie manifestaron tener deseo y satisfacción durante sus relaciones sexuales, las cuales consideraban importantes, aunque la frecuencia y el tipo de actividad sexual, así como el deseo e interés por estas difirieron según la edad, el género y el estado conyugal. Finalmente, se pudo afirmar que la sexualidad se mantiene durante esta etapa de la vida sin que disminuya la satisfacción sexual.

**Palabras clave:** sexualidad, salud sexual, anciano, calidad de vida, salud del anciano.

**ABSTRACT**

An observational, descriptive and cross-sectional study of 85 elderly with stable sexual partner, belonging to the Family Doctor´s Office No. 1 of "Ramón López Peña" Teaching Polyclinic was carried out in Santiago de Cuba, from March to December, 2016, aimed at describing some characteristics of sexual health in them. There was a prevalence of the female sex, 60-69 age group and married or consensual union as marital status. In a general way, the members of the series manifested to have desire and satisfaction during their sexual relationships, which considered important, although the frequency and type of sexual activity, as well as the desire and interest for them differed according to the age, gender and marital status. Finally, it could be stated that sexuality remains during this period of life without decreasing sexual satisfaction.

**Key words:** sexuality, sexual health, elderly, life quality, elderly health.

## INTRODUCCIÓN

El perfil demográfico ha cambiado espectacularmente desde la segunda mitad del siglo XX. Hasta hace aproximadamente 50 años, la mayoría de las personas morían antes de llegar a la sexta década de la vida; sin embargo, las mejores condiciones de existencia, en combinación con el avance de las ciencias médicas, han aumentado la esperanza de vida en prácticamente todo el mundo. En consecuencia, los ancianos han dejado de ser una minoría y se han convertido en un grupo poblacional importante.<sup>1</sup>

La medicina, como ciencia biológica, y a la vez social y humanística, estudia todos los aspectos de la vida – biológicos, psicológicos, sociales y espirituales – en íntima interrelación. La naturaleza de estos procesos no es precisa ni repite modelos en cada persona, lo que hace que, a pesar del progreso científico, existan aún muchas lagunas en el conocimiento del ser humano, que afectan el desarrollo de su calidad de vida y, con ello, de su estado de salud. Tal vez uno de los retos más intrigantes de la medicina es desentrañar el proceso del envejecimiento; etapa en la que ocurren cambios importantes en todos los aparatos y sistemas de organismo y en la que el desconocimiento sobre particulares relacionados con buenas prácticas para la salud, muchas veces dificulta la eliminación de dolencias y enfermedades.<sup>2,3</sup>

Por otra parte, el impulso sexual es uno de los más poderosos motivadores de la conducta a lo largo de toda la vida del individuo. En términos generales, se entiende por sexualidad a la extraordinaria posibilidad de comunicación de que disponen las personas para expresar y compartir muchos y variados deseos, sensaciones, sentimientos, emociones, fantasías, afectos, caricias o ternura.<sup>3</sup>

Muchos creen que al llegar a la “tercera edad” la vida sexual ha finalizado, lo cual se revela como un prejuicio a la luz de las investigaciones sexológicas actuales, que muestran que – si tienen relativa buena salud – los ancianos son capaces de tener actividad sexual y disfrutar de ella hasta una edad muy avanzada.<sup>1,4-6</sup>

Las relaciones sexuales de una pareja de ancianos no son, claro está, con fines procreadores, sino que tiene un carácter placentero y existencial. Si la persona no está preparada para enfrentar estos cambios normales y trata de comparar su sexualidad actual con la que poseía cuando era joven, queda sexualmente descontextualizada y se autolimita por temor al desempeño, lo que afecta su autoestima y la lleva a estados de salud deficientes.<sup>6,7</sup> De igual modo, la sociedad – entiéndase primeramente la familia y los más jóvenes – deben estar educados para no lastimar a los mayores en este sentido.<sup>3,6</sup>

El problema de la influencia del envejecimiento sobre la actividad sexual y sobre las actitudes hacia la sexualidad por parte del adulto mayor y su familia, es un tema que, a pesar de ser sumamente actual y significativo por la tendencia mundial al envejecimiento de la población, no logra una movilización relevante de los científicos y profesionales que trabajan directamente con personas de estas edades.<sup>6</sup> De hecho, entre las diferentes investigaciones existen controversias acerca de si la actividad sexual del anciano está asociada con una mejor calidad de vida, y de si la edad, el género y los niveles educativos y socioeconómicos afectan dicha actividad.<sup>8-10</sup>

De la población que comprende el área de salud del Policlínico Docente “Ramón López Peña” de Santiago de Cuba, 28,3 % sobrepasa los 60 años de edad, con un marcado envejecimiento poblacional en el Consultorio Médico No.1, pues aproximadamente 28 % de sus pacientes son adultos mayores. De lo anterior se desprende la necesidad de

evaluar diferentes esferas de la salud de este creciente grupo, entre las cuales sobresale la sexualidad destaca como un tema poco abordado debido a los tabúes existentes en la cultura general del país. Así, surgió la motivación de efectuar este estudio, cuyos resultados pudieran conducir a acciones para mejorar la calidad de vida relacionada con la salud sexual de los ancianos.

## **MÉTODOS**

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal de ancianos con pareja sexual estable, pertenecientes al Consultorio Médico de la Familia No. 1 del Policlínico Docente "Ramón López Peña" de Santiago de Cuba, durante el periodo de marzo a diciembre de 2016, con vistas a describir algunas características de la salud sexual en ellos.

El universo estuvo conformado por 220 ancianos (60 y más años) del mencionado consultorio, quienes tenían una pareja sexual estable y aceptaron participar en la investigación. Se excluyeron aquellos pacientes con deterioro cognitivo u otra enfermedad discapacitante que les dificultara su participación, y también los que no estuvieron interesados, presentaron alguna enfermedad invalidante o fallecieron durante el estudio, y los que desearon irse. Se escogió una muestra probabilística, aleatoria, de 85 personas, cuyo tamaño fue definido por fórmulas estadísticas.

Como variables de estudio figuraron: edad, sexo, estado conyugal, edad de inicio de las relaciones sexuales, importancia otorgada a este tipo de relaciones, percepción de deseos sexuales, tipo de actividad sexual, satisfacción durante estas (según su percepción personal) y frecuencia de las relaciones de pareja. Además, se evaluó el conocimiento sobre el derecho a la sexualidad en la tercera edad, los criterios de inmoralidad, los fines reproductivos, así como las vías por las que habían recibido información referente al tema.

Los datos fueron procesados en el sistema estadístico Excel, y para resumirlos se utilizaron técnicas de estadística descriptiva: frecuencia absoluta y relativa (número y porcentaje); igualmente se calcularon la media aritmética, como medida de tendencia central para las variables cuantitativas (edad), y la razón para las cualitativas (sexo).

## **RESULTADOS**

Se observó un leve predominio del sexo femenino (55,3 %), con una razón hombre-mujer de 0,8, lo que significa que existían 80 hombres por cada 100 mujeres en la casuística. Así mismo, resultó más frecuente el grupo etario de 60-69 años (55,3 %), con una edad media de 70,3 años y límites entre los 60 y 91. Respecto al estado conyugal, 87,0 % de los adultos mayores estaban casados o en unión consensual; solo 10,6 % eran viudos o divorciados y 2,4 % calificaba de soltero, aunque todos mantenían relaciones sexuales regulares o estables, pero sin convivencia.

En la tabla 1 se muestra que la mayoría de las personas encuestadas (91,8 %) comenzó su vida sexual antes de los 20 años; también puede apreciarse que en los de edades menos avanzadas, aumenta el número de los que iniciaron sus relaciones sexuales antes de los 15 años. Asimismo, 88,2 % de los adultos mayores consideró importante la sexualidad en esta etapa de la vida; proporción que alcanzó las cifras de 91,5 y 96,3 % en los grupos etarios de 60-69 y 70-79 años, respectivamente. De igual forma, 83,5 %

manifestó percibir deseo sexual, fundamentalmente los pacientes de 60–69 años, en quienes la respuesta positiva alcanzó 95,7 %.

La mayoría afirmó tener relaciones coitales (80,0 %), sobre todo los de menos edad (97,9 %); en este grupo solo uno reconoció que sus relaciones eran fundamentalmente a partir de caricias, los besos y otras formas de expresar la sexualidad, lo cual guardó relación con la enfermedad cardiovascular que padecía y que le ocasionaba gran temor. Entre los ancianos mayores de 80 años, la cifra que admitió practicar relaciones sin coito ascendió a 81,8 %.

Con respecto a la satisfacción durante la actividad sexual, 28,2 % la clasificó como no satisfactoria, según sus expectativas, y muy pocas veces señalaron la existencia de estimulación sexual previa a la relación; además, refirieron la falta de orgasmo en ocasiones, lo que consideraban algo fundamental para sentir satisfacción, por lo que clasificaban actividad sexual de mala calidad.

La frecuencia de las relaciones coitales fue mayor en el grupo etario de 60 y 69 años (70,2 %) y menos regular después de los 80 años (54,5 %). En general, 61,2 % refirió realizar actividad sexual una o más veces en el mes, 27,1 %, cada tres o cuatro meses y solo 11,7 %, una o dos veces en el año.

**Tabla 1.** Características de la sexualidad según grupos etarios de los ancianos

Variables		Grupos etarios (años)						Total	
		De 60–69 (N=47)		De 70–79 (N=27)		80 y más (N=11)		N=85	
		No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Edad de inicio de relaciones sexuales	– Menos 15 años	12	25,5	5	18,5	1	9,1	18	21,2
	– 15–20 años	34	72,3	18	66,7	8	72,7	60	70,6
	– Más de 20 años	1	2,1	4	14,8	2	18,2	7	8,2
Importancia de relaciones sexuales	– Sí	43	91,5	26	96,3	6	54,5	75	88,2
	– No	4	8,5	1	3,7	5	45,5	10	11,8
Deseo sexual	– Sí	45	95,7	23	85,2	3	27,3	71	83,5
	– No	2	4,3	4	14,8	8	72,7	14	16,5
Tipo actividad sexual	– Coital	46	97,9	20	74,0	2	18,2	68	80,0
	– No coital	1	2,1	7	26,0	9	81,8	17	20,0
Satisfacción durante relaciones sexuales	– Satisfactorias	45	95,7	12	44,4	4	36,4	61	71,8
	– No satisfactorias	2	4,3	15	55,6	7	63,6	24	28,2
Frecuencia de relaciones sexuales	– Buena	33	70,2	16	59,3	3	27,2	52	61,2
	– Regular	12	25,5	7	25,9	4	36,4	23	27,1
	– Mala	2	4,3	4	14,8	4	36,4	10	11,7

% calculado del total de cada columna (N)

En cuanto a las características de la sexualidad entre ambos sexos (tabla 2), la mayor cantidad de mujeres iniciaron su vida sexual más temprano que los hombres, con 25,5 y 15,8 %, respectivamente, pero también una proporción mayor comenzó después de los 20 años, con 12,8 y 2,6 % en ese orden.

Los hombres dan mayor importancia a las relaciones sexuales (97,4 %) y manifiestan más deseo sexual (92,1 %). También en ellos fue más evidente la satisfacción sexual (76,3 %) y mayor la frecuencia de las relaciones (71,1 %). Por su parte, 31,9 % de las féminas se sintieron insatisfechas, fundamentalmente por la anorgasmia, aunque 87,2 % refirió efectuar actividad sexual con coito o sin este; aspecto que en los varones alcanzó una proporción de 71,1 %.

**Tabla 2.** Características de la sexualidad según sexo de los ancianos

Variables		Sexo				Total	
		Masculino (N=38)		Femenino (N=47)		N=85	
		No.	%	No.	%	No.	%
Edad de inicio de relaciones sexuales	- Menos 15 años	6	15,8	12	25,5	18	21,2
	- 15-20 años	31	81,6	29	61,7	60	70,6
	- Más de 20 años	1	2,6	6	12,8	7	8,2
Importancia de relaciones sexuales	- Sí	37	97,4	38	80,9	75	88,2
	- No	1	2,6	9	19,1	10	11,8
Deseo sexual	- Sí	35	92,1	36	76,6	71	83,5
	- No	3	7,9	11	23,4	14	16,5
Tipo actividad sexual	- Coital	27	71,1	41	87,2	68	80,0
	- No coital	11	28,9	6	12,8	17	20,0
Satisfacción durante relaciones sexuales	- Satisfactorias	29	76,3	32	68,1	61	71,8
	- No satisfactorias	9	23,7	15	31,9	24	28,2
Frecuencia de relaciones sexuales	- Buena	27	71,1	25	53,2	52	61,2
	- Regular	7	18,4	16	34,0	23	27,1
	- Mala	4	10,5	6	12,8	10	11,7

% calculado del total de cada columna (N)

Las características de la sexualidad en el grupo de ancianos estuvieron relacionadas, también, con el estado conyugal (tabla 3). La totalidad de los solteros iniciaron su vida sexual después de los 20 años, mientras que aquellos que habían tenido pareja, por lo general comenzaron más jóvenes. Las relaciones sexuales fueron consideradas como importantes por 92,4 % de los casados o en unión consensual y por 76,5 % de los viudos y los divorciados, mientras que de los solteros, solo uno (50,0 %) las consideró trascendentales a esa edad.

Los que convivían con su pareja sentían deseo sexual con mayor periodicidad (95,5 %) y su actividad sexual era generalmente con coito (86,4 %) y satisfactoria (80,3 % de los casos), mientras que la frecuencia fue considerada buena por 75,8 %. Solo 47,0 % de los viudos y divorciados manifestaron que presentaban deseo sexual frecuente y 58,8 % practicaba relaciones sexuales, aunque predominó la frecuencia de regular (47,0 %) a la mala (41,2 %).

**Tabla 3.** Características de la sexualidad según estado conyugal de los ancianos

Variables		Estado conyugal						Total	
		Soltero (N=2)		Casado o en unión consensual (N=66)		Viudo o divorciado (N=17)		N=85	
		No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Edad de inicio de relaciones sexuales	- Menos 15 años			6	9,1	12	70,6	18	21,2
	- 15-20 años			55	83,3	3	17,8	60	70,6
	- Más de 20 años	2	100,0	5	7,6	2	11,8	7	8,2
Importancia de relaciones sexuales	- Sí	1	50,0	61	92,4	13	76,5	75	88,2
	- No	1	50,0	5	7,6	4	23,5	10	11,8
Deseo sexual	- Sí			63	95,5	8	47,0	71	83,5
	- No	2	100,0	3	4,5	9	53,0	14	16,5
Tipo actividad sexual	- Coital	1	50,0	57	86,4	10	58,8	68	80,0
	- No coital	1	50,0	9	13,6	7	41,2	17	20,0
Satisfacción durante relaciones sexuales	- Satisfactorias	1	50,0	53	80,3	7	41,2	61	71,8
	- No satisfactorias	1	50,0	13	19,7	10	58,8	24	28,2
Frecuencia de relaciones sexuales	- Buena			50	75,8	2	11,8	52	61,2
	- Regular	1	50,0	14	21,2	8	47,0	23	27,1
	- Mala	1	50,0	2	3,0	7	41,2	10	11,7

% calculado del total de cada columna (N)

Solo 20,0 % de los encuestados había recibido información sobre la sexualidad en edades avanzadas de la vida (tabla 4); no obstante, en cuanto a conocimientos, en todas las respuestas se obtuvo más de 60,0 % de calificación adecuada. Asimismo, 71,8 % consideró que los adultos mayores tienen derecho a disfrutar su sexualidad libre de prejuicios; sin embargo, respecto a la inmoralidad de las relaciones sexuales en esa etapa de la vida, 32 personas (37,6 %) respondieron de forma inadecuada y 31,8 % consideró que estas solo estaban relacionadas con la reproducción.

**Tabla 4.** Conocimientos sobre algunos aspectos de la sexualidad en los ancianos

Conocimientos sobre sexualidad (N=85)	Adecuado		Inadecuado	
	No.	%	No.	%
Derecho a la sexualidad en la 3ª edad	61	71,8	24	28,2
Inmoralidad de la sexualidad en la 3ª edad	53	62,4	32	37,6
Fines reproductivos de la sexualidad	58	68,2	27	31,8
Información sobre sexualidad	17	20,0	68	80,0

## DISCUSIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud,<sup>11</sup> el individuo es un ser sexual desde que nace hasta que muere. La regularidad constante de la expresión genital, unida a un adecuado bienestar físico y a una orientación en este sentido, produce un clima de estimulación para un buen desempeño de la vida sexual; el cese de esta actividad puede

acelerar el proceso de envejecimiento fisiológico y psicológico, lo que trae aparejadas, además, otras alteraciones funcionales del organismo.

Se describe que globalmente la proporción de personas mayores de 65 años es predominantemente femenina (57 %), con un aumento de este porcentaje en los países desarrollados. Mientras que el número de ancianos -- hombres y mujeres -- es casi igual en África; en Europa y América existen 3 ancianas por cada 2 ancianos, quizá debido al gran poder político y financiero que poseen las mujeres europeas y americanas, además de la protección biológica de este sexo.<sup>2</sup>

Guadarrama *et al*<sup>12</sup> notifican 63 % de féminas en su casuística y 64 % integrantes del grupo etario de 60 a 67 años, así como 91 % en la categoría de casados o en unión libre. Tanto sus resultados como los de la presente investigación coincidieron con la estructura demográfica mundial, donde la mayor parte de los adultos mayores se encuentran en estos momentos en la séptima década de la vida (61–70 años). Al respecto, en la bibliografía<sup>2,4,13</sup> se refiere que conforme avanza la edad, aumenta la razón hombre/mujer.

Actualmente una gran parte de la población adulta mantiene una relación de pareja estable sin legalizarla formalmente ante la ley, aunque esto difiere entre las diferentes culturas, de modo que en algunos países, debido a lo arraigado de las creencias religiosas, por lo general las parejas formalizan siempre su unión con el matrimonio. En esta serie existió cierto equilibrio entre los casados legalmente y los que vivían en unión consensual, sin diferencias significativas entre ambas categorías; de igual forma, los clasificados como solteros, viudos o divorciados, declararon tener relaciones estables, pero sin una convivencia permanente que permitiera ubicarlos en la categoría de unión consensual, lo cual es también frecuente hoy día.

Las relaciones sexuales son – ante todo – una manera íntima, privada y sincera de decirle a la pareja: te quiero, te amo, te deseo, me encanta estar junto a ti o, simplemente, decirle a la vez todas esas cosas con las manos, con toda la piel; por tanto, cuando se habla de sexualidad, se hace referencia al amor, el cariño, la relación.<sup>4,14</sup>

La creencia de que la edad y el declinar de la actividad sexual están inexorablemente unidos, ha ocasionado que no se dé atención suficiente a la sexualidad, que es uno de los actos que condiciona una mayor calidad de vida a los ancianos. Algunos estudios médicos<sup>9,12</sup> demuestran que la mayoría de las personas de edad avanzada son capaces de sentir placer – en toda la gama de las actividades de este tipo – y de tener relaciones igual que los más jóvenes. La necesidad de interacción, de intimidad y afecto de una persona no termina en la vejez, es más, el interés por la actividad sexual es un indicador de la calidad de vida del adulto mayor, y así debe ser entendido y tratado por los profesionales de la salud.<sup>15</sup>

De acuerdo con Guadarrama *et al*<sup>12</sup> casi las 3 cuartas partes de su serie practicaba relaciones coitales, mientras que para Cutipa y Schneider<sup>7</sup> esta cifra fue de 85 % y para Muñoz *et al*<sup>14</sup> de 68 %. No obstante, los pacientes que se identificaron sin realizar actividad coital en estos estudios, sí reconocieron tener otro tipo de interacción. Esto es importante, si se considera que la sociedad aún mide la actividad sexual solo como actividad coital; es decir, no considera que la sexualidad comprenda otras actitudes, conductas y prácticas, lo cual puede falsear los resultados.

Respecto a la importancia de mantener actividad sexual, Muñoz *et al*<sup>14</sup> registraron como “muy importante” o “importante” un porcentaje de 83, que es casi similar al obtenido en

esta investigación; ambos superiores al notificado por Guadarrama *et al*<sup>12</sup> de 77. En relación con la frecuencia de dicha actividad, estos autores encontraron resultados más alentadores, los primeros<sup>14</sup> mencionaron que 95 % de sus pacientes tenía relaciones, al menos, una vez al mes, mientras que los segundos<sup>12</sup> refirieron una proporción de 72 %; por su parte, Cutipa *et al*<sup>7</sup> informaron 87 %. En estos tres estudios – como en el actual – se determinó la frecuencia de actividad sexual, independientemente de si había práctica de coito o no; los altos porcentajes permiten apreciar que la frecuencia de las relaciones sexuales entre los ancianos con vida sexual activa continúa siendo un factor que debe considerarse en esa etapa del ciclo vital.

En cuanto a los conocimientos en la población estudiada, a pesar de que no fueron del todo incorrectos, los autores de esta investigación consideran que no eran suficientes para poder disfrutar de una sexualidad plena y saludable, lo cual se sustenta en los resultados expuestos. Esto sugiere que se deben incrementar las labores educativas al respecto por diferentes medios.

Finalmente, se podría considerar que la sexualidad y la afectividad pueden mantenerse durante la vejez y que la satisfacción sexual no tiene por qué disminuir. De hecho, diferentes informes, y las propias personas de estas edades, indican que la mayoría de los individuos son capaces de tener relaciones y de sentir placer en una amplia gama de actividades eróticas; incluso se revela una mejoría de sus vivencias sexuales. Todo ello en razón de que la calidad de la actividad sexual en la vejez depende más de factores psicológicos y sociales que de la edad, siempre que no existan enfermedades discapacitantes.

De manera general, los adultos mayores manifestaron tener deseo sexual y satisfacción durante las relaciones sexuales, las cuales consideraban importantes en esta etapa de la vida. La frecuencia y tipo de actividad sexual, así como el deseo e interés por la sexualidad difirieron en relación con la edad, el sexo y el estado conyugal. El envejecimiento pudiera no ser por sí solo un factor que origine disminución en el interés sexual, sino que este pudiera estar mayormente relacionado con variables socioculturales arraigadas en la población, así como con el género, el estado conyugal y el desconocimiento sobre temas relacionados con la sexualidad.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Quevedo León L. Importancia de la sexualidad en el adulto mayor: una mirada desde el cuidado de enfermería. *Rev Cultura Cuidado*. 2013 [citado 18 Nov 2016]; 10(2): 70-9. Disponible en: <http://www.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD18402.pdf>
2. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento en las Américas. Proyecciones para el siglo XXI. Washington, D.C.: OPS; [s.a.] [citado 13 Feb 2017]. Disponible en: <http://ccp.ucr.ac.cr/creles/pdf/ageams.pdf>
3. Sapetti A. Derecho al goce: Guía sexual para la mujer del siglo XXI. Ediciones LEA; 2016.
4. Omicrono. ¿Qué pasa con la sexualidad en la vejez-Mitos y verdades [citado 13 Feb 2017]. Disponible en: <http://omicrono.lespanol.com/2013/11/que-pasa-con-la-sexualidad-en-la-vejez-mitos-y-verdades/>



5. Cobas Moreira Y. La sexualidad en el adulto mayor desde la perspectiva psicosocial. Contribuciones a las Ciencias Sociales. 2011 [citado 9 Feb 2017]. Disponible en: <http://www.eumed.net/rev/cccss/16/ymc.html>
6. Sexualidad en adultos mayores. Problemas sexuales comunes [citado 9 Feb 2017]. Disponible en: <http://omicrono.elespanol.com/2013/11/que-pasa-con-la-sexualidad-en-la-vejez-mitos-y-verdades/>
7. Cutipa GF, Schneider GE. Tipo, calidad y frecuencia de las relaciones sexuales en el adulto mayor. PsicoPediaHoy. 2005 [citado 13 Feb 2017]; 7(11). Disponible en: <http://psicopediahoy.com/relaciones-sexuales-adulto-mayor/>
8. Robinson JG, Molzahn AE. Sexuality and quality of life. J Gerontol Nurs. 2013; 33(3): 19-27.
9. Smith LJ, Mulhall JP, Deveci S, Monaghan N, Reid MC. Sex after seventy: a pilot study of sexual function in older persons. J Sex Med. 2007; 4(5): 1247-53.
10. Cedrés S. Sexualidad en las diferentes etapas de la vida [citado 13 Feb 2017]. Disponible en: <http://opcionmedica.parentesisweb.com/articulos/sexualidad-en-las-diferentes-etapas-de-la-vida>
11. Organización Mundial de la Salud. En una sociedad para todas las edades... Sigamos activos para envejecer bien. Ginebra: OMS; 2000 [citado 12 Dic 2016]. Disponible en: [http://www.who.int/ageing/publications/alc\\_embrace2001\\_es.pdf?ua=1](http://www.who.int/ageing/publications/alc_embrace2001_es.pdf?ua=1)
12. Guadarrama RM, Ortiz Zaragoza MC, Moreno Castillo YC, González Pedraza Avilés A. Características de la actividad sexual de los adultos mayores y su relación con su calidad de vida. Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas. 2010; 15(2). <http://www.redalyc.org/pdf/473/47313840005.pdf>
13. Afectividad y sexualidad [citado 13 Feb 2017]. Disponible en: <http://paraeladultomayor.blogspot.com/2011/05/afectividad-y-sexualidad.html>
14. Muñoz Lematrie R, Alarcón E, Berasain G, Boid J, Conejeros S, Gárate K, et al. Tipo, frecuencia y calidad de las relaciones sexuales en la tercera edad. "La magia del amor". Ars Médica. 2003 [citado 13 Feb 2017]; 32(2). Disponible en: <http://www.arsmedica.cl/index.php/MED/article/view/263/195>
15. Sandoval C. Mitos y verdades sobre la sexualidad en el adulto mayor [citado 13 Feb 2017]. Disponible en: <http://rpp.pe/lima/actualidad/mitos-y-verdades-de-la-sexualidad-en-el-adulto-mayor-noticia-626533>

Recibido: 25 de marzo de 2017.

Aprobado: 27 de mayo de 2017.

*Elvia Cremé Lobaina.* Policlínico Docente "Ramón López Peña", avenida "12 de Agosto" y calle A, reparto Municipal, Santiago de Cuba, Cuba. Correo electrónico: [juliat@infomed.sld.cu](mailto:juliat@infomed.sld.cu)