

La Sexualidad en la Tercera Edad y su Relación con el Bienestar Subjetivo

Gregorio L. Cayo Ríos¹
Elvis José Flores T.¹
Ximena Perea²
Miriam Pizarro²
Alejandra Aracena³

Ponencia presentada en el Simposio Viejos y Viejas Participación, Ciudadanía e Inclusión Social,

51 Congreso Internacional de Americanistas.

Santiago de Chile 14 al 18 de julio de 2003

INTRODUCCION

El avance de los conocimientos biomédicos sobre los procesos de enfermedad y el mayor acceso de la población general a los servicios de salud constituyen dos grandes pilares sobre los que se asienta el logro de la prolongación de la vida humana. Como consecuencia de ello hoy en Chile la esperanza de vida se sitúa en 75 años para los hombres y 78 para las mujeres, lo que significa que el 9,8% de adultos mayores que existen actualmente, en el año 2025 aumentará a un 16% y, para el año 2050 los ancianos mayores de 60 años llegarán a ser más de 5 millones de personas; las cifras antes mencionadas no indican necesariamente que vivamos mejor, al menos en lo que se refiere al estilo de vida que llevan muchos ancianos en nuestras aparentemente “desarrolladas sociedades de bienestar”. (Vergara, 2000)

Basado en todos los cambios que se esperan en nuestro país debido al aumento de la edad en la población chilena, se hace necesario desde diversas disciplinas anticiparse a estos cambios de manera de que ellos no sean un problema en el futuro. En este contexto es importante que desde la psicología se puedan abordar diferentes fenómenos de la vejez, tomando en cuenta que la psicología puede con sus teorías acerca del desarrollo humano entregar un aporte al estudio de la vida en la tercera edad.

La ligazón entre sexualidad y vejez no ha sido un área de investigación preferente, ya sea por que no ha habido investigadores interesados en la sexualidad de los viejos y viejas o bien porque los adultos mayores se han mostrado reticentes a hablar acerca de su sexualidad. Sin embargo el envejecimiento de la población, como lo hemos mencionado, ha desarrollado un creciente interés en este grupo de edad.

Sexualidad y Vejez

La sexualidad no solo deriva de un impulso biológico sino que posee una serie de significados que la transforman en una dimensión de la conducta y la subjetividad humana influida y sometida a lo largo de toda la vida a la acción de la cultura. Por ende la sexualidad humana va más allá de las función reproductiva para asumir funciones de carácter relacional, hedonísticas y egointegrativas.

En este trabajo afirmaremos que son Influencias biológicas (madurez / envejecimiento) y psicosociales (etapas definidas socialmente, relaciones interpersonales, etc.) las que confluyen para formar personas que se consideran hombres o mujeres y que actúan en función de ello, desplegando un comportamiento sexual maduro en términos sociales y afectivos. Este proceso de alcanzar la madurez sexual se inicia con la concepción y finaliza con la muerte.

En el transcurso del ciclo vital se forma la identidad sexual y de género del individuo, las actitudes sexuales y la conducta sexual.

Sin desconocer que muchos elementos de la sexualidad son eminentemente eventos biológicos (por ejemplo, el ciclo de respuesta sexual, la iniciación sexual, la menstruación, etc.), nuestro énfasis estará en describir y comprender la sexualidad como una construcción personal y social.

1 Académicos Depto. Psicología Universidad de Tarapacá de Arica

2 Egresadas de Psicología

3 Encargada Oficina Comunal del Adulto Mayor Arica - Chile

De hecho las etapas del ciclo vital (infancia, adolescencia, adultez y vejez) son construcciones sociales. Como dicen López y Olazábal (1998), las etapas del desarrollo son: “conceptos sociales que toman como referencia la edad, haciendo de ella uno de los criterios fundamentales de organización de la vida social. La estructura más esencial de la sociedad se reduce a dividir a los individuos en hombres y mujeres, y éstos, en niños, adolescentes, adultos y viejos, es decir, en clases de edad”.

La sexualidad humana, reconocida como un fenómeno multidimensional, se inicia con la vida del individuo, desarrollándose a lo largo de la infancia y adolescencia, alcanzando su madurez y trascendencia durante la adultez y en edades avanzadas. Ésta sólo desaparece cuando desaparece la vida, es decir, con la muerte y por ende, se constituye en un componente de nuestra personalidad, que forma un todo con nosotros mismos (nos transforma en seres sexuados). Desde los primeros años de vida nuestra motivación o impulso sexual es canalizado en direcciones socialmente especificadas, que hacen posible el aprendizaje de una conducta sexual cada vez más consciente e intencionada.

La tercera edad es un concepto que nace como una necesidad de marcar una edad cronológica para determinar cuando una persona debe dejar de laborar activamente y comenzar su proceso de jubilación. Implícitamente está asociada a la idea de que a determinada edad comienza en el individuo un proceso de involución, de pérdidas de las facultades que posteriormente lo imposibilitarán para ejercer un trabajo productivo en desmedro de quien se beneficia de este trabajo.

En el actual estado de conocimiento no es fácil definir el envejecimiento en términos biológicos, no existe una teoría comprobada que explique este proceso. Y los cambios que se observan en esta etapa de la vida dependen de varios factores además de la edad.

Cambios físicos normales asociados con el envejecimiento

Estos cambios se pueden iniciar lentamente entre los 30 y los 40 años y son más evidentes a partir de la quinta década de la vida. Estos cambios están claramente ligados a los cambios hormonales que se producen tanto en hombres como en mujeres.

La siguiente tabla reseña algunos de los cambios más evidentes en la respuesta sexual de hombres y mujeres (López y Olazábal, 1998; Masters y Johnson, 1966, Meston, 1997).

MUJER	HOMBRE
Disminución leve o variable del deseo sexual relacionado a factores hormonales o sociales.	Disminución leve o variable del deseo sexual relacionado a factores hormonales o sociales.
Enlentecimiento de la fase de excitación sexual.	Menor sensibilidad peneana.
Atrofia de la mucosa vaginal, que la hace más corta, menos elástica y menos lubricada; lo que puede determinar una penetración frecuentemente más difícil y dolorosa.	Erección más lenta, que requiere mayor estimulación.
Menor vasocongestión del clítoris y la plataforma orgásmica.	Menor turgencia del pene erecto.
Disminución de la frecuencia e intensidad de las contracciones orgásmicas. Toma más tiempo alcanzar el orgasmo y su duración disminuye.	Retraso de la eyaculación, con reducción e incluso ausencia de la sensación de inevitabilidad eyaculatoria.
	Menor volumen de esperma y eyaculado.
	Menor número e intensidad de las contracciones orgásmicas.
	Alargamiento del periodo refractario.

Es un hecho que ocurren cambios en el ciclo de respuesta sexual asociados al envejecimiento normal (Masters y Johnson, 1966, Meston, 1997). Sin embargo al envejecimiento pueden agregarse otros factores generales como la salud, la actividad sexual continuada, o las creencias y actitudes hacia la sexualidad de los adultos mayores, los que pueden explicar las grandes diferencias que se han encontrado

entre unos individuos y otros en la extensión y el momento de estos cambios. Y aunque los cambios descritos son importantes, ellos no son suficientes para producir el fin de la actividad sexual de los adultos mayores y de hecho ésta sigue hasta edades muy avanzadas (Trudel et al., 2000).

Diokno1990(en Meston, 1997), ha reportado que aproximadamente el 74% de los hombres casados mayores de 60 años y el 56% de las mujeres casadas mayores de 60 años se mantienen sexualmente activos.

La actividad sexual regular puede contribuir a demorar o reducir los cambios fisiológicos derivados del envejecimiento. Así como los efectos fisiológicos del envejecimiento pueden ser adelantados por los efectos de enfermedades, tratamientos médicos o estilos de vida poco saludables.

Aspectos Psicológicos y sociales de la sexualidad en la vejez

Los factores psicológicos que afectan la sexualidad de las personas jóvenes también suelen afectar la sexualidad de hombres y mujeres mayores. Esto quiere decir que en el contexto de los inevitables cambios fisiológicos derivados del envejecimiento, los significados que los viejos le otorgan a estos cambios determinan el impacto de los mismos. La desinformación respecto de la sexualidad en esta etapa, la ansiedad que la adaptación a estos cambios genera y la dinámica y los conflictos de pareja pueden constituirse en factores de disfuncionalidad en el ámbito sexual. Más aun en los viejos estos factores pueden ser amplificadas por el miedo y el resentimiento que se pueden haber desarrollado en los años anteriores (Meston, 1997)

La sexualidad de los viejos es objeto de variados mitos. Se piensa que los individuos pierden todo el interés sexual cuando envejecen o que ellos son pervertidos si continúan teniendo relaciones sexuales. La realidad es que el potencial sexual puede permanecer hasta la muerte incluso si es alterado por los cambios propios del envejecimiento (Trudel et al. 2000).

Siguiendo el párrafo anterior, una importante influencia sobre la sexualidad son las actitudes de los otros, especialmente aquellas actitudes que definen conductas específicas como aceptables o inaceptables. Esto es especialmente evidente al considerar a los adultos mayores. En nuestra sociedad existe una actitud negativa hacia la expresión sexual de los ancianos, no parece apropiada la actividad coital en personas mayores de 70 años y menos la actividad masturbatoria. Estas actitudes afectan la forma en que los ancianos son tratados y cuando estas actitudes son internalizadas por los adultos mayores estas pueden convertirse en una razón muy importante que explica el porque muchos ancianos no son sexualmente activos (De Lamater, 2002)

Por otro lado, algunos estudios sugieren, que tanto para hombres como mujeres: las actitudes liberales y positivas hacia la sexualidad, un buen conocimiento de la sexualidad, la satisfacción con las relaciones a largo plazo, las buenas redes de apoyo social y el bienestar psicológico general y un sentido de autovaloración están asociadas con un gran interés, actividad y satisfacción sexual (Trudel et al. 2000; Master, W. y Johnson V. 1966;).

En nuestros tiempos está muy internalizado el modelo de figura corporal joven como atractivo sexual, la esbeltez, la delgadez en la mujer y una piel suave y lisa hace que en la ancianidad, el aspecto físico sea visto sin ningún atractivo e incluso con repulsión, esto hace que el anciano se auto valore negativamente con respecto a su cuerpo y en ocasiones condicionan su conducta sexual por sentirse poco atractivos y que no pueden despertar deseos sexuales en los demás.

En la mujer, estos cambios corporales pueden ser vistos positivamente, en algunos casos puede mejorar la sexualidad al desaparecer el miedo al embarazo y una mejor aceptación de su corporalidad. El concepto que maneja la pareja de lo que es sexualidad, determina que estos cambios sean vividos en forma satisfactorias en la ancianidad.

La no aceptación de estos cambios corporales provocan una pérdida paulatina del interés en las relaciones sexuales con la aparición de sentimientos de resignación ante la pérdida.

La sexualidad ha sido relacionada a la calidad de vida particularmente al bienestar subjetivo que los ancianos construyen a la par con las representaciones sociales que caracterizan a una sociedad. Master y Johnson relacionan la sexualidad con el envejecimiento argumentando que "la actividad sexual contribuye al bienestar subjetivo de las personas cuyo efecto al mantener una actividad sexual regular contribuye a retardar el declive relacionado con la edad y que algunas pérdidas fisiológicas supuestamente inevitables

del envejecimiento sean más reversibles de lo que imaginamos" (Masters y Johnson 1966). Un estudio realizado en Estados Unidos reveló que la felicidad matrimonial contribuye a la felicidad personal global más que cualquier otro tipo de satisfacción incluyendo a la laboral (Glenn y Weaver, 1981). Investigaciones recientes han dejado claro que existe una relación definitiva entre sexualidad y calidad de vida "una persona sexualmente satisfecha se siente mucho más atractiva, competente y es mucho más proclive a seguirse desarrollando intelectualmente. El sexo guarda relaciones importantes con el amor, el placer, la responsabilidad, el disfrute, el saber"(Hernandez, 2001)

Una buena actividad sexual, contribuye a una mejor calidad de vida, la sexualidad está presente en todas las dimensiones del ser humano, por lo tanto no se puede desconocer su importancia como tampoco ignorarla.

METODOLOGÍA

Basado en los antecedentes teóricos anteriormente presentados se realiza un estudio exploratorio descriptivo y relacional sobre la sexualidad en los adultos mayores de nuestro medio y cómo se relaciona con el bienestar subjetivo de las personas que se encuentran en esta etapa de la vida.

El diseño es de tipo cualitativo, buscando un análisis mucho más profundo a través de respuestas individuales sobre hechos concretos y dimensiones significativas de la vivencia subjetiva de la muestra en estudio, tales como la influencia de la cultura, el medio social y variables personales que posibilitan la comprensión y sentido de los datos recogidos.

La muestra es de tipo intencionada. Para asegurarnos que el universo de sujetos pertenezca al nivel socioeconómico medio alto y nivel socio económico medio bajo y de distintos niveles educacionales, se trabajó con ancianos que participan en clubes afiliados a la Oficina Comunal del Adulto Mayor (OCAM) como también del Rotary Club Concordia y Club de Leones y otros clubes de jubilados montepiados. De este universo se extrajo una muestra de ancianos que cumplan los siguientes requisitos:

- ? Ser chileno.
- ? Mayor de 60 años
- ? Ancianos no institucionalizados
- ? No presentar problemas de salud que impidan la comprensión adecuada de los instrumentos

La muestra en estudio consideró 20 adultos mayores pertenecientes a niveles socioeconómico medio bajo y medio alto los cuales se entrevistaron de manera individual. Además se realizó una entrevista grupal con 8 mujeres pertenecientes a un club dependiente de la Oficina Comunal del Adulto Mayor.

La edad de los entrevistados se encuentra en un rango de 60 a 82 años.

Para abordar el problema se utilizaron técnicas de recogida de información que incluyeron entrevistas individuales en profundidad las que fueron grabadas y luego transcritas para posterior análisis. El análisis posterior de la información, de tipo cualitativo, se hizo a través de análisis de contenido y significado. Se presentan como resultados las conclusiones de estos análisis.

RESULTADOS

En el análisis de las entrevistas de sujetos de educación superior de ambos sexos de nivel socioeconómico y educacional medio alto se encontraron los siguientes resultados.

A medida que las personas adquieren una mayor educación y mejores niveles económicos de vida, el concepto de sexualidad se torna más enriquecedor, ya no es una sexualidad centrada en el coito mismo, si no que esta va abarcando otros aspectos en la vida de la persona, el trabajo, la educación, las relaciones interpersonales.

Hay una menor percepción de la mujer como madre y esta es vista con más autonomía y derechos al goce y placer, desprendidos del rol materno. Por lo tanto, en el hombre existe una mayor preocupación por dar placer a su pareja y mantener una buena actividad sexual.

El sentido del poder, el poder de la información, del conocimiento también está al servicio del placer en este nivel. Por lo tanto el informarse en esta área, es un factor prioritario en hombres con educación superior.

La mujer también es percibida con poder, no solo con el poder de otorgar el placer sino también como un ente castrador que puede inhibir la sexualidad de un hombre. Esto hace que la responsabilidad de una buena sexualidad en la pareja sea compartida por ambas partes.

También se percibe una mayor aceptación de los cambios biológicos y una mejor adaptación a ellos, buscando alternativas.

En este mismo nivel educacional se encontró que la historia de vida influye para percibir la sexualidad como un acto individual independiente de tener o no pareja o bien la sexualidad asociada a la pareja y el amor.

La poca experiencia de vida en personas con educación superior se ve recompensada con la educación formal para compensar la falta de experiencia y así enriquecer la vida sexual en pareja. Se perciben mayores recursos para enfrentar los cambios biológicos asociados al desempeño sexual.

El análisis de las entrevistas de sujetos del sexo femenino de nivel socioeconómico y educacional medio bajo se encontraron los siguientes resultados.

El concepto de sexualidad está ligado al acto de coitar, centrado en la relación de pareja y no se concibe como independiente de ésta, se valora por ende el cariño el respeto y el amor, sin embargo en esta misma muestra se encontró la sexualidad relacionada a la procreación y considerada como un deber dentro del matrimonio, creencias asociadas a la historia de vida del sujeto, como el alcoholismo y la percepción del hombre en el rol de proveedor de la familia.

Se excluye el goce, el placer y la capacidad erótica de la mujer. Hay una mayor creencia del mito mujer - madre (mito mariano).

En cuanto a educación de estas mujeres hay un total desconocimiento del tema y se basa en lo aprendido con la pareja.

También se encontró en esta muestra que el tabú en la educación sexual está relacionada con aspectos coercitivos para evitar conductas sexuales que llevan a embarazos no deseados.

Las conversaciones sobre sexualidad se limitan a bromas entre sus pares, las cuales dejan entrever la presencia de la sexualidad en la mujer añosa. Se delega la responsabilidad de la educación sexual de los hijos a la educación formal.

Mantener una actividad sexual en la mujer añosa depende de contar o no con una pareja. Se encontraron en la muestra dos grupos distintos, unas manifestaron aún mantener el deseo sexual y otras refieren haber perdido el deseo sexual con la entrada a la menopausia, de acuerdo a sus relatos aún se mantiene el deseo sexual pero este es inhibido fuertemente por creencias y valores como una forma de dar explicación a la pérdida de la actividad sexual y así mantener un sentido de coherencia en las relaciones de pareja.

Creemos que el grupo que refiere no mantener el deseo sexual, es más atribuible a la historia de vida de las mujeres ya que en ellas se encontraron indicadores de violencia intrafamiliar, alcoholismo e infidelidad.

En cuanto a la percepción de la sexualidad del adulto mayor, manifiestan desconocer la conducta sexual de sus pares, esta percepción está más bien asociada a su experiencia personal. Se mantiene la valoración del rol pasivo en la mujer y el rol activo en cuanto a tomar la iniciativa en el hombre, esto más relacionado con la estereotipia de género en este nivel cultural, sin embargo, mujeres con historia de vida más enriquecedora en este aspecto también participan de la seducción para comenzar la intimidad.

Muy pocas refirieron que la sexualidad con los años no cambia, si bien hay una disminución de la frecuencia del acto sexual, manifiestan no presentar cambios en el deseo.

Otro grupo manifiesta cambios importantes en su vida sexual más relacionada con enfermedades de la pareja, tales como diabetes mellitus y problemas a la próstata.

Las condiciones de pobreza, el alcoholismo y la falta de cariño no hacen posible el desarrollo de la vivencia de una sexualidad más placentera, el ajuste a patrones de conducta sociales y morales también es vivida como una manera de darle un sentido de pertenencia a un grupo social, estas mujeres por su parte se adecuan a la organización social que la sociedad les tiene asignado como miembros pertenecientes a la tercera edad y todas las connotaciones sociales que ello implica, partiendo por la asignación de roles, normas y expectativas más o menos definidas según el estrato social al cual pertenecen.

En cuanto a las prácticas sexuales en sus relatos se observa una ausencia total de juegos y fantasías eróticas con su pareja, siendo el coitar mismo y alcance del orgasmo una de las finalidades de la sexualidad. Sin embargo la pérdida del deseo sexual atribuida a la edad no es congruente con las manifestaciones de desear sexualmente a su pareja manteniendo una actitud de resignación frente a la imposibilidad de mantenerla, ya sea por problemas de salud o historia de vida.

A pesar de que la sexualidad es vista como una etapa y una obligación dentro del matrimonio esta actividad no tiene la connotación de suciedad o maldad en este período de sus vidas, la compañía y el respeto mutuo se convierten en pilares fundamentales en la relación de pareja. Hay un fuerte componente emocional de resentimiento hacia el hombre producto de una historia de engaños y frustraciones.

Por otra parte a estas mujeres les resulta difícil aceptar que tienen deseos sexuales, poder expresarlo libremente y lograr una buena intimidad satisfactoria de acuerdo a las limitaciones de su pareja.

Otra de las creencias que se expresan en sus relatos es la conducta moral de fidelidad asociada al rol femenino y el hombre como susceptible de dejarse llevar por la satisfacción de necesidades y oportunidades que se le presentan.

Las redes sociales de apoyo que ellas manejan y la falta de educación formal, no posibilita una mejoría en este aspecto de sus vidas relacionada a una mejor orientación en el tema.

Se puede apreciar que en estas mujeres, el no contar con una actividad sexual no empeora su salud ya que no padecen de enfermedades que las inhabiliten tanto para la vida sexual como laboral.

Las creencias y valores que ellas manejan les posibilitan dar una explicación a la pérdida de la actividad sexual pero no son determinantes para contar con una vida sexual plena y satisfactoria.

La mayoría de estas mujeres considera la sexualidad como un proceso natural que tiene un principio y un final.

En cuanto al bienestar subjetivo relacionado con la sexualidad este está centrado en la familia, en los hijos y en algunos casos la fidelidad.

También se pudo observar que un factor importante en la reanudación o prolongación de la actividad sexual en la mujer es la influencia de la opinión de los hijos, la cual es considerada antes de tomar alguna decisión en cuanto a contar nuevamente con un compañero.

En el análisis de las entrevistas de sujetos de ambos sexos de nivel socioeconómico y educacional medio bajo y medio alto se encontraron los siguientes resultados.

En ambos grupos de distinto nivel educacional y social se valoró la comunicación, las caricias y los besos como aspectos fundamentales dentro de la sexualidad. Las caricias también son valoradas en toda la dinámica familiar, no solamente en el acto sexual. En ambos grupos hay un reconocimiento de la disminución de la frecuencia sexual, manteniéndose la importancia del cariño, del deseo sexual y la valoración de ésta.

En ambos grupos se percibe una tendencia a comparar el desempeño sexual en la tercera edad con un modelo de desempeño sexual joven. También en ambos grupos existe una preocupación por complacer a la pareja a partir del conocimiento adquirido en los años de convivencia, no así en sujetos con mayor educación, esta complacencia y satisfacción en la pareja estaría ligada a la legitimación de la mujer al derecho de sentir placer y disfrutarlo.

En este grupo de mujeres se percibe una postergación de la satisfacción sexual en favor de la crianza de los hijos.

De acuerdo al análisis de los datos se observa que el concepto de sexualidad que expresan los entrevistados y sus conductas asociadas, son el resultado de sus experiencias de vida desde su niñez, el modelo de enseñanza y las condiciones de pobreza como factores psicosociales que ejercen una influencia en la percepción de estas.

Nivel Social y educacional	Hombres	Mujeres
Medio Alto	<ul style="list-style-type: none"> • La sexualidad es inherente al hombre, como ser individual está presente y nos acompaña por siempre • Está relacionada con todos los aspectos en todas las dimensiones del ser humano como pilar fundamental • Está relacionada al amor y al placer y al bienestar subjetivo • Educación sexual como un proceso de autoaprendizaje y ligado a la educación formal • Se mantiene la actividad sexual aún cuando se carezca de pareja estable • Respeto asociado a la legitimación de la mujer de sentir placer y disfrutar de éste. • Se valora la comunicación y el cariño como fundamental en una relación de pareja • Búsqueda de la sexualidad relacionada al placer • Percepción tanto negativa como positiva de la sexualidad en el adulto mayor, dependiendo de la 	<ul style="list-style-type: none"> • Se valora la comunicación y el cariño como fundamental en una relación de pareja • Comparación de desempeño sexual con un modelo joven

	<p>historia de vida</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mayores recursos personales para adaptarse a los cambios biológicos que influyen en la sexualidad • Capacidad para buscar nuevas formas de mantener una vida sexual (no hay resignación) • Comparación de desempeño sexual con un modelo joven • Disminución de la frecuencia coital • Se mantiene la libido • Se percibe la sexualidad de manera holista 	
Medio bajo	<ul style="list-style-type: none"> • Se valora la comunicación y el cariño como fundamental en una relación de pareja • Comparación de desempeño sexual con un modelo joven 	<ul style="list-style-type: none"> • La sexualidad es inherente a la pareja, no está en el ámbito de lo individual • Relacionado al ámbito familiar. • No es holista • Relacionado al amor, al coitar y a la procreación. • La educación sexual ligado a un proceso en pareja, conocimiento adquirido a través de la relación en pareja. • Sexualidad dependiente de contar con una pareja estable. • El respeto asociado al acto moral, patrones culturales y prácticas sexuales con alto contenido moral • Se valora la comunicación y el cariño como fundamental en una relación de pareja • Búsqueda de la sexualidad como recompensa. • Percepción tanto negativa como positiva de la sexualidad en el adulto mayor, dependiendo de la historia de vida. • Menores recursos personales para adaptarse a los cambios

		<p>biológicos de la sexualidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mayor resignación a la pérdida de la sexualidad • Comparación de desempeño sexual con un modelo joven • Disminución de la frecuencia coital. • Disminución de la libido
--	--	--

Bibliografía

Belsky, J. (2001) "Psicología del envejecimiento" Thomson Learning – Paraninfo. Madrid, España.

De Lamater, J. & Friedrrich, W. (2002) "Human Sexual Development" Journal of Sex Research. Vol. 39 N° 1.

Flores Colombino, A. (1998) "La sexualidad en el adulto mayor". Ed. Lumen Humanitas B. Aires, Argentina.

López Sánchez F. y Olazábal Ulacia, J. (1998) "Sexualidad en la vejez" Ed. Pirámide. Madrid, España.

Master, W. y Johnson V. (1966) "Respuesta sexual humana" Intermédica.

Meston, Cindy (1997) "Aging and sexuality" The Western Journal of Medicine. Vol. 167 N° 4 p 285(6)

Trudel, G.; Turgeon, L. & Piché, L. (2000) "Marital and sexual aspects of old age" Sexual and Relationship Therapy. Vol. 15 N° 4.