



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOPERCEPCIÓN Y ESTEREOTIPOS EN LA SEXUALIDAD  
DEL ADULTO MAYOR.**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOR: RUTH VALERIA HERAS LOZADA**

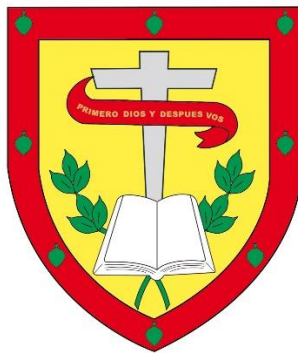
**ANA CRISTINA PIZARRO LUDEÑA**

**DIRECTOR: PSI. CLI. EULALIA MARIBEL POLO MARTÍNEZ, MGS.**

**CUENCA – ECUADOR**

**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOPERCEPCIÓN Y ESTEREOTIPOS EN LA SEXUALIDAD  
DEL ADULTO MAYOR.**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOR: RUTH VALERIA HERAS LOZADA**

**ANA CRISTINA PIZARRO LUDEÑA**

**DIRECTOR: PSI. CLI. EULALIA MARIBEL POLO MARTÍNEZ, MGS.**

**CUENCA - ECUADOR**

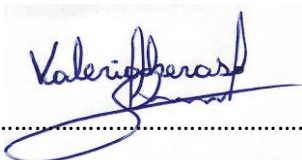
**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**

**Declaratoria de Autoría y Responsabilidad**

**Ruth Valeria Heras Lozada** portadora de la cédula de ciudadanía N.º **0803579945** y **Ana Cristina Pizarro Ludeña** portadora de la cédula de ciudadanía N.º **0705311876**. Declaramos ser autores de la obra: **“Autopercepción y estereotipos en la sexualidad del adulto mayor”**, sobre la cual nos hacemos responsables sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaramos que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximimos a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaramos finalmente que nuestra obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también nos responsabilizamos y eximimos a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **28 de marzo de 2025**

F: 

**Ruth Valeria Heras Lozada**

C.I. **0803579945**

F: 

**Ana Cristina Pizarro Ludeña**

C.I. **0705311876**

Cuenca, 28 de marzo de 2025

## CERTIFICACIÓN

Yo **Eulalia Maribel Polo Martínez**, con cédula de identidad N° **0102534419** en calidad de Director del Trabajo de Titulación con el tema: **“Autopercepción y estereotipos en la sexualidad del adulto mayor”**, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por Ruth Valeria Heras Lozada y Ana Cristina Pizarro Ludeña, bajo mi supervisión.

Atentamente.,



Psi. Cli. Eulalia Maribel Polo Martínez, Mgs.

**DIRECTOR/A DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**  
**DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

## Agradecimientos

Antes que nada, quiero expresar mi más profundo agradecimiento a Dios, quien me ha dado la fortaleza y la oportunidad de llegar hasta aquí y así mismo ha sido mi guía en este largo camino de aprendizaje.

A mi familia, mi pilar fundamental, les debo cada paso dado en esta etapa de crecimiento personal y de formación. Fueron los primeros en creer en mí, en impulsarme a seguir adelante y en ofrecerme en todo momento su apoyo incondicional pese a cualquier circunstancia.

Con especial gratitud, quiero agradecer a mis padres, quienes con su amor, esfuerzo y sacrificio me han guiado y apoyado en este proceso educativo. Son personas incansables, luchadoras y mi ejemplo a seguir, por lo que cuya entrega y palabras de aliento de parte de ellos me han dado la fuerza para superar los retos y alcanzar este logro.

De igual forma agradecerles a mis hermanos Israel y Daniel, quienes son mis compañeritos de vida, mis confidentes y mi refugio en todos los momentos; gracias por estar desde el primer día, por su apoyo constante, por cada gesto de ánimo y por recordarme siempre que no estaba sola en este camino y que soy capaz de lograr todo lo que me propongo.

Gracias a mi amiga, cómplice y compañera de tesis, quien también estuvo conmigo desde el primer día que comenzó esta aventura llamada universidad, con quien vivimos muchos momentos de felicidad, tristeza, estrés y enfrentamos desafíos a lo largo de esta experiencia. Siempre fue un verdadero reto y logro llegar a este momento juntas. Su apoyo y confianza han permitido que ambas lleguemos a cumplir esta meta personal.

Por último, agradecerle a la doctora María Eulalia Martínez Polo, Mgs. Quien realizó una gran labor como tutora de este trabajo de investigación; gracias por los conocimientos brindados y por ser guía de proyecto.

A todos y cada uno de ustedes, mi más sincero agradecimiento por formar parte de este momento tan especial. Su presencia y apoyo fueron pilares fundamentales que me impulsaron a seguir adelante y a entender que las metas se alcanzan con esfuerzo y perseverancia.

Valeria Heras

Ha sido un camino largo, en el cual he contado con la compañía de muchas personas valiosas. Me gustaría comenzar agradeciendo a Dios por brindarme fortaleza y voluntad a lo largo de toda mi experiencia universitaria, así como por haberme cuidado en cada paso.

A mi familia, a mi abuela, a los Pizarro y a los Ludeña, gracias por estar siempre presentes, por su preocupación y por cada palabra de aliento. A mi familia nuclear, quiero decirles cuánto los quiero y cuánto valoro su apoyo incondicional. Gracias por acompañarme en las largas noches de estudio, por ayudarme en lo que les fue posible y por darme ánimos para seguir adelante. A mis padres y hermanos, los quiero mucho y les agradezco infinitamente por todo.

Asimismo, quiero expresar mi gratitud a la familia Hurtado Cabeza, quienes, en más de una ocasión, me acogieron como una más de su familia. Gracias por darme tanto y por cuidarme como a una hija y hermana, por los momentos compartidos y por hacer que mi etapa universitaria fuera mucho más amena.

A mis grandes amigas del colegio, las quiero mucho. Gracias por hacerme sonreír y ayudarme a aliviar el estrés universitario. Del mismo modo, agradezco a mis compañeros, quienes con el tiempo se convirtieron en amigos invaluable.

Y, hablando de amistades, no puedo olvidar a Valeria, mi compañera de tesis. Más que una colega, fuiste amiga, consejera, confidente y muchas cosas más. Nos apoyamos cuando la universidad se volvía pesada, nos reímos cuando la situación lo ameritaba (o no), compartimos consejos, aprendizajes, ánimos y, sobre todo, mucho cariño.

También considero necesario agradecer a nuestra guía, la Mgs. Maribel Polo, por acompañarnos en este proceso de titulación y por compartir con nosotras sus conocimientos. Muchas gracias por su apoyo y consideración.

Por último, a Fercho, mi pequeño amigo, gracias por hacer que mi vida foránea fuera menos solitaria.

A todos, muchas gracias por ser parte de este recorrido que está por llegar a su fin. Ha sido un placer y un honor contar con ustedes durante este tiempo. Reciban mi más sincero agradecimiento.

Con amor y gratitud,

Ana Pizarro.

## Dedicatoria

Dedico este logro a mi familia quienes fueron mi principal motor e inspiración para empezar este camino. A mis padres quienes con amor y esfuerzo me han enseñado que la perseverancia es la clave para alcanzar cualquier meta, por lo que su apoyo ha sido mi mayor fortaleza.

A mis hermanos por escucharme, ayudarme y acompañarme día a día en esta etapa de mi vida.

Este logro también va dedicado con mucho amor y cariño a mi tía Graciela una persona muy importante, quien desde la distancia siempre me apoyo como una hija más y me aconsejo para seguir adelante, sé que al igual que mis padres hoy se siente muy orgullosa de mí.

Es necesario recordarles que este triunfo también es de ustedes, quienes han sido testigos de mi crecimiento, mis tropiezos y mis logros. Su confianza en mí ha sido el impulso que me permitió seguir adelante sin rendirme. Gracias a todos por ser mi mayor motivación.

Con mucho cariño,

Valeria Heras.

Dedico este logro a mi familia, especialmente a mis padres, Fredy Pizarro y Mariana Ludeña, por haberme permitido estudiar aquello que me apasiona y me hace feliz. Gracias por su apoyo incondicional, por impulsarme en esta etapa tan importante como la universidad y por cada sacrificio que han hecho para ayudarme a llegar hasta aquí. Me han enseñado el valor de la responsabilidad y la dedicación, y me han inculcado el amor por el estudio. A mis hermanos, gracias por acompañarme en este camino y por sacarme una sonrisa en los momentos difíciles.

También dedico este logro a quienes ya no están físicamente, pero sé que, desde el cielo, me brindan su amor y fortaleza: mis abuelos Manuel Pizarro, Delia Sarango y Germán Ludeña.

Finalmente, me dedico este logro a mí misma. Sé que es el primero de muchos que vendrán, y me siento orgullosa de haber culminado esta etapa y emocionada por todo lo que el futuro me depara. Sé que soy capaz de lograr esto y mucho más.

A quienes lean estas palabras, recuerden que la única verdadera limitación es la que ustedes mismos se imponen. Luchen, den su mejor esfuerzo y nunca duden de su capacidad. Estoy segura de que lo lograrán.

Ana Pizarro.

## **Resumen**

La sexualidad en el adulto mayor frecuentemente es invisibilizada o desvalorizada debido a prejuicios culturales, educativos y sociales. Estudios indican, que los estereotipos y la autopercepción condicionan las vivencias y actitudes hacia la sexualidad del adulto mayor. Este estudio tuvo como objetivo analizar la influencia de la autopercepción y los estereotipos en la sexualidad del adulto mayor, identificando factores como edad, género y creencias que afectan su comportamiento sexual. Se realizó una revisión bibliográfica con enfoque cualitativo, donde se seleccionaron artículos publicados entre 2019 y 2024 en bases de datos académicas como PubMed y Web of Science. Los resultados revelaron que los adultos mayores percibían su sexualidad como parte relevante de su bienestar, aunque condicionada siempre por prejuicios que asociaban la vejez con asexualidad o desinterés sexual. Las mujeres enfrentaron más barreras debido a roles de género que restringían la expresión de su sexualidad. Además, la falta de educación sexual y apoyo profesional dificultó una vivencia plena de su sexualidad; estos resultados como tal subrayan la relevancia de la sexualidad en la vejez como un aspecto central de un buen bienestar emocional y físico. En conclusión, la sexualidad en la vejez sigue siendo relevante para el bienestar emocional y físico de los adultos mayores. Sin embargo, los estereotipos sociales, junto con la falta de información y apoyo, limitan su expresión. Este estudio brinda un valor teórico para la creación de modelos interventivos y de abordaje terapéuticos más eficaces acordes a las necesidades de este grupo poblacional.

**Palabras clave:** Estereotipos, autopercepción, edad, genero, adulto mayor.

## **Abstract**

Sexuality in older adults is often overlooked or undervalued due to cultural, educational, and social prejudices. Studies indicate that stereotypes and self-perception influence older adults' experiences and attitudes toward sexuality. This study aimed to analyze the influence of self-perception and stereotypes on the sexuality of older adults, identifying factors such as age, gender, and beliefs that affect their sexual behavior. A qualitative literature review was conducted, selecting articles published between 2019 and 2024 from academic databases, including PubMed and Web of Science. The results revealed that older adults perceived their sexuality as a relevant aspect of their well-being. However, it was often influenced by prejudices that associated old age with asexuality or lack of sexual interest. Women faced more barriers due to gender roles that restricted the expression of their sexuality. Furthermore, a lack of sexual education and professional support hindered their overall experience of sexuality. These results, as such, underscore the importance of sexuality in old age as a central aspect of good emotional and physical well-being. In conclusion, sexuality in old age remains relevant to the emotional and physical well-being of older adults. However, social stereotypes and a lack of information and support, limit its expression. This study provides theoretical value for creating more effective intervention models and therapeutic approaches according to the needs of this population group.

**Keywords:** Stereotypes, self-perception, age, gender, older adult.

## Contenido

Introducción .....	11
Pregunta guía de investigación .....	14
Justificación .....	14
Materiales y métodos .....	15
Desarrollo.....	16
<i>Ficha bibliográfica</i> .....	27
Conclusión .....	45
Referencias.....	47

## **Introducción**

La autopercepción representa la manera en que una persona se ve a sí misma y entiende el mundo que la rodea. Este constructo abarca la autoimagen y la autoevaluación que cada sujeto forma a partir de sus experiencias, creencias y la interacción con su entorno. A través de la autopercepción, los individuos construyen una visión interna que influye en cómo interpretan sus roles y relaciones sociales. Esta percepción no solo afecta cómo se consideran a sí mismos en diversos aspectos, sino que también determina cómo responden y se adaptan a las expectativas y normas sociales que enfrentan en la vida cotidiana (Guajardo et al., 2020).

Contrariamente, los estereotipos son creencias o suposiciones simples que se tiene sobre personas o grupos sociales. Esta creencia suele ser una generalización de una característica específica que no tiene en cuenta la individualidad de cada persona del grupo. Los estereotipos pueden ser positivos o negativos, pero a menudo distorsionan la realidad y pueden generar prejuicios y discriminación. Algo que caracteriza a un estereotipo es la repetición, la obligación y la asociación. Se vuelve obligatorio asociar una creencia con respecto al grupo o individuo, se debe repetir en cada encuentro y de persona en persona hasta que quede implantado (Fernández Montesinos., 2016).

Por otro lado, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) se considera adulto mayor a un individuo que ha alcanzado o superado los 60 años. Estos sujetos atraviesan el proceso de envejecimiento, mismo que forma parte del desarrollo normativo del ser humano. Si bien, esta fase se caracteriza por el deterioro del sistema orgánico y la disminución de las habilidades, una gran parte de adultos mayores siguen siendo personas funcionales, participativas y comedidas que gozan de buena salud (Esmeraldas Vélez et al., 2019).

Un aspecto que se mantiene en esta edad es la sexualidad, misma que engloba al sexo, la identidad u orientación sexual, el placer y el deseo, a su vez se relaciona con el estado de confort físico, social y emocional. Para que exista una sexualidad placentera y segura debe estar libre de coerción, agresión u obligación, caracterizada por información y consentimiento (Slack & Aziz, 2020).

### **Presentación del problema**

Durante mucho tiempo solo se consideraba sexualidad a todo aquello que tuviera un fin reproductivo. En la población adulta mayor la actividad sexual no es vista de buena forma, debido

a los estereotipos que la sociedad emplea de la misma; por lo que se puede decir que durante muchos años la sexualidad en la vejez ha estado ligada en gran parte a la educación, creencias, costumbres y mitos como: “los adultos mayores ya no están para eso”, “ellos deben de pensar otras cosas”, “ya no son jóvenes, no tienen los mismo deseos”; entre otros (Moreno Moreno, 2020).

La actividad sexual en los adultos mayores de 60 años se mantiene, aunque con una connotación menos importante que en una edad más joven. La sexualidad se encuentra rodeada de muchos prejuicios, mismos que llegan a limitar la exploración y disfrute de esta población. El deseo y el placer sexual puede modificarse por procesos asociados al envejecimiento, pero no llegan a extinguirse, contrario a lo que se supone (Ghidara et al., 2019).

Aunque el sexo puede ser una importante de la edad adulta mayor, se considera tabú y en algunos casos se descuida. Estas actitudes, a veces debidas a cuestiones culturales, dificultan la comunicación con los médicos, los cónyuges o los familiares. Por tanto, los adultos que luchan por tener una buena vida sexual pueden no obtener la información que necesitan. Esta falta de conocimiento causa muchos problemas en su desenvolvimiento sexual, puesto que tienden a reprimirla (López et al., 2019).

En el estudio realizado por Villanueva et al., (2020) su objetivo principal fue analizar los estereotipos en relación a la sexualidad del adulto mayor, en una muestra de 7 participantes (4 mujeres y 3 hombres) pertenecientes a la universidad pública de la ciudad de México, específicamente formados en Psicología Educativa. Para su análisis se utilizó el método cualitativo con enfoque comprensivo y a su vez interpretativo, para la recolección de información se usó una entrevista semiestructurada y una guía de entrevista. También se resalta en este estudio que los estereotipos, las percepciones sociales y las características de la adultez mayor son parte fundamental cuando se habla de sexualidad en esta población.

La sexualidad en el adulto mayor desde la perspectiva de los participantes aún es considerada un tabú; y las manifestaciones sexuales son consideradas algo indecente. Por el contrario, las personas mayores no ven la sexualidad como algo que desaparece con la edad, sino que es algo que puede llegar a mantenerse o transformarse a lo largo de sus vidas; las percepciones de los adultos mayores sobre su sexualidad están relacionados a muchos contextos. Esta población percibe su sexualidad como algo normal que puede persistir en ellos, a su vez son conscientes de que por la edad puede haber cambios que provoquen que esta no siga siendo igual, pero aun así muestran o manifiestan una actitud normal y positiva sobre su proceso sexual (Villanueva et al.,

2020; Gordillo-Castro et al., 2022).

En una revisión de 11 artículos realizada por Torres Mencía & Rodríguez Martín (2019) cuyo objetivo fue recopilar las perspectivas de los adultos mayores sobre la sexualidad, obtuvieron como resultados que hay factores como los estereotipos, la fecundidad, los prejuicios y la falta de intimidad que influyen en la expresión sexual; sin embargo, concluyeron que los participantes consideran que es esencial que se fomente o se promueva la intimidad del adulto mayor; así mismo el hecho de poder gozar de una vida sexual activa.

En la misma línea una investigación de la sexualidad en la tercera edad, donde se utiliza una metodología basada en la revisión de literatura científica y teórica de diversos autores, se muestra que los aspectos educativos, éticos y socioculturales influyen en la percepción y la vivencia de la sexualidad en los adultos mayores. Uno de los puntos que se destaca es que aún persisten los mitos y prejuicios que limitan la sexualidad en la vejez, mismos que están basados en concepciones erróneas sobre la capacidad fisiológica y el interés sexual, perpetuando la desvalorización y represión de la sexualidad de dichos sujetos (Moreno-Moreno et al., 2020).

Al hablar de este tema también es necesario mencionar que existen percepciones y experiencias de los adultos. En un estudio cualitativo, donde se empleó una metodología basada en entrevistas y talleres virtuales; se realizaron 39 entrevistas semiestructuradas y 4 talleres con adultos mayores a 50 años. Se encontró como resultado que, aunque los adultos mayores tienen una valoración positiva de la sexualidad, esta también se ve limitada por estereotipos y roles de género, particularmente en el caso de las mujeres. También que la sexualidad en este grupo etario tiene que ver mucho con la transformación de ideas, la transformación del cuerpo, las prácticas y experiencias sexuales recientes, el estado de salud de la persona; entre otras (Ruiz-Vallejo et al., 2023).

Por ello es que se toma en consideración una investigación vinculada a las percepciones y las significaciones del cuerpo y la sexualidad de mujeres mayores, la metodología que se utilizó fue un análisis cualitativo-acerca de la percepción que tienen las mujeres (mayores de 60) de su cuerpo y su sexualidad; se trabajó con seis mujeres pertenecientes a un grupo social caracterizado por su enfoque tradicional. Las participantes contaron sus vivencias y sus experiencias con su cuerpo y sexualidad, con ello se expusieron resultados que marcan que los tabúes y los estereotipos aún están presentes; además se cree que el contexto social, político, cultural, histórico y religioso son significativos en la sexualidad y el cuerpo de dichas mujeres (Núñez Ibarra, 2021).

De la misma manera en otro estudio cualitativo, realizado a mujeres, se da a conocer algunas interpretaciones que se le da a la sexualidad de mujeres mayores. En el análisis participaron seis mujeres entre 64 y 76 años. Los resultados resaltan que las mujeres adultas consideran en su vida, la sexualidad como algo secundario, por experiencias poco placenteras, de igual forma se resalta que esas experiencias pueden estar relacionadas a los roles tradicionales de género o de crianza. Se concluye en este caso que la sexualidad se vivencia principalmente desde una dimensión espiritual y afectiva; priorizan más las relaciones de cuidado y los vínculos afectivos familiares, y ya no tanto relaciones de pareja o actos relacionados a su sexualidad (Ramos Pinilla et al., 2019).

### **Pregunta guía de investigación**

¿Cómo influyen la autopercepción y los estereotipos en la sexualidad del adulto mayor?

PCC:

Patients: Adulto mayor

Concept: Autopercepción y estereotipos

Context: Sexualidad

### **Justificación**

La presente investigación se enfoca en el análisis de la influencia de los estereotipos, tanto externos como internos, sobre la vida sexual de los adultos mayores. Este enfoque responde a una necesidad urgente de comprender que factores como la edad, el género y las creencias influyen en la percepción y vivencia de la sexualidad en la tercera edad. A pesar de que la sexualidad sigue siendo un aspecto esencial del bienestar humano en todas las etapas de la vida, ha sido históricamente poco explorada en la población adulta mayor.

En la etapa avanzada de la vida, la sexualidad ha experimentado una evolución significativa, desplazándose del enfoque reproductivo hacia la satisfacción y el placer (Cubillos, 2022). Esta transformación resalta la importancia de continuar investigando el impacto de la sexualidad en el bienestar psicológico y la calidad de vida de los adultos mayores. La evidencia sugiere que mantener una vida sexual activa puede contribuir a un mejor estado emocional y una mayor calidad de vida en esta etapa. Sin embargo, a menudo se observa que la percepción de la sexualidad en la tercera edad está marcada por estereotipos sociales que minimizan o desvalorizan su importancia.

Mientras que algunos adultos mayores consideran fundamental mantener una vida sexual activa y satisfactoria, otros pueden haber internalizado estereotipos que los llevan a restarle importancia o a abandonar esta dimensión de su vida. Este contraste pone de manifiesto la necesidad de una investigación profunda que permita identificar y comprender estos estereotipos, así como explorar cómo los adultos mayores se autoperciben y experimentan su sexualidad (Gordillo-Castro et al., 2022).

Por lo tanto, la investigación propuesta tiene como objetivo general analizar la influencia de la autopercepción y los estereotipos en la sexualidad del adulto mayor, por lo cual se propone establecer cómo se autoperciben los adultos mayores en relación a su sexualidad, describir la relación de los estereotipos según la edad, género y creencias sobre la sexualidad, e identificar cómo las normas y expectativas sociales afectan su comportamiento sexual. Con esto se busca llenar un vacío en la literatura existente al proporcionar una perspectiva detallada sobre cómo los estereotipos afectan la vida sexual de los adultos mayores y cómo estos individuos se perciben así mismos en relación con la misma.

## **Materiales y métodos**

### **Diseño**

Revisión bibliográfica con enfoque cualitativo.

### **Estrategias de búsqueda**

Al momento de la búsqueda, se utilizaron las palabras claves “Estereotipos, autopercepción, edad, genero, creencias, adulto mayor.” Mismas que se tradujeron al idioma inglés “*Stereotypes, Self-perception, age, gender, beliefs, Older adult*” y portugués “*Estereótipos, Autopercepção, idade, sexo, crenças, Idoso.*” También se usó los operadores booleanos (AND, OR) en conjunto con las palabras claves; esto se realizó mediante las bases de datos Web of Science, PubMed, Tylor y Francis.

### **Criterios de selección**

Dentro de los criterios de inclusión que se tomaron en cuenta para la selección de los estudios, están: reportes de casos, estudios transversales, ensayos clínicos, artículos de los últimos 5 años (2019-2024), en idioma español, inglés y portugués, que contengan información sobre la población adulta mayor (60 años en adelante) que estén relacionados con estereotipos, autopercepción y factores psicosociales (edad, género y creencias) en la vida sexual del adulto mayor.

Así mismo, dentro de los criterios de exclusión se encuentran artículos que no contengan al menos dos de las palabras clave, que la población estudiada no corresponda a adultos mayores, que cuenten con información incompleta o irrelevante para la investigación, que hayan sido publicados en bases de datos no correspondientes a las seleccionadas, que no cuenten con revisión por pares y sea literatura gris.

### **Extracción de datos**

Para el proceso de extracción de datos se utilizó la ficha bibliográfica que contiene nombre de los autores, año de publicación, título, propósito de la investigación u objetivo, metodología, resultados y conclusiones. También se hizo la búsqueda manual en las tres bases de datos anteriormente declaradas.

### **Análisis de datos**

Los tipos de estudio a considerar son reportes de casos, estudios transversales y ensayos clínicos. La información se analizó de forma cualitativa, considerando la comparación y la evaluación de las metodologías empleadas en los estudios. Se tuvo en cuenta las variables estereotipos, autopercepción, adultos mayores y vida sexual ya mencionados, de la misma manera el análisis cronológico de los estudios va en base a revisiones de la evolución temporal en los últimos cinco años. Cabe señalar que este análisis cualitativo proporciona una comprensión profunda y matizada de cómo los estereotipos influyen en la vida sexual del adulto mayor y cuál es su percepción ante esta.

## **Desarrollo**

### **Autopercepción de los adultos mayores en relación a su sexualidad.**

Como los adultos mayores autoperciben su sexualidad llega a ser de suma importancia para entender como esta influye en sí mismos. Lafarja & Gimenez (2022) en su investigación desarrollada a través de un diseño no experimental/transversal, con enfoque cualitativo de estudio de casos; la recolección de los datos se realizó mediante la aplicación de entrevistas individuales a adultos entre 61 y 87 años de edad, 7 de ellos fueron mujeres y 3 fueron varones. Los autores logran identificar que los adultos mayores en torno a su sexualidad destacan la relevancia de la vida de pareja, donde se percibe como un componente importante para el disfrute mutuo, el fortalecimiento del diálogo y la unión en la relación.

En algunos casos, la ausencia de relaciones sexuales se asocia a una pérdida del sentido de

vida. A pesar de que el deseo sexual persiste, este suele ser inhibido por creencias y valores adquiridos, que se utilizan como una forma de justificar la disminución de la actividad sexual, manteniendo una sensación de coherencia dentro de la relación de pareja. Este enfoque refleja cómo las experiencias de vida, la crianza y los modelos de aprendizaje influyen en la construcción de su concepto de sexualidad. Tanto hombres como mujeres muestran un desconocimiento general en temas de educación sexual, lo que condiciona su percepción y conducta sexual. La mayor parte de lo que saben proviene de interacciones con sus pares o parejas, y no de una educación formal, lo que lleva a basar su comportamiento en la experiencia personal y el sentido común (Lafarja & Gimenez, 2022).

En esta misma línea, un estudio realizado en New York por Salisu & Dacus (2022) demuestra la necesidad de analizar la manera en que las mujeres negras mayores perciben su sexualidad, dado que la falta de estudios específicos limita la comprensión de sus experiencias. El objetivo fue, explorar la percepción de su sexualidad en relación con su rol de matriarcas y sus interacciones sociales. Para lograrlo, se utilizó un enfoque fenomenológico interpretativo con 14 mujeres viudas o solteras (60-75 años), entrevistadas entre mayo y diciembre de 2018. Se concluyó que, aunque hay avances en visibilizar estas vivencias, aún quedan áreas por investigar, como la influencia del matriarcado. También es clave desafiar estereotipos, desentrañar mitos y comprender cómo se comunican sobre su sexualidad.

Este estudio muestra cómo las mujeres construyen su criterio sexual dentro de roles familiares y estereotipos sociales. Como matriarcas, se perciben como figuras respetadas, desafiando estereotipos negativos. Sin embargo, equilibrar este rol con su autopercepción sexual representa un reto. Muchas se sorprenden al notar que su deseo sexual persiste en la vejez, contradiciendo la idea de que la edad lo reduce. Este redescubrimiento expone la influencia del edadismo y el sexismo en su percepción. Aun así, temen perder su feminidad al envejecer. Por miedo al juicio, evitan hablar abiertamente del tema, usando el humor como defensa (Salisu & Dacus, 2022).

En este contexto la asexualidad se caracteriza por una falta o disminución significativa de atracción sexual hacia otras personas. Las personas que se identifican como asexuales no experimentan atracción sexual, independientemente del género o sexo de la otra persona, lo que puede llevar a que no desarrollen una orientación sexual determinada. Esto no implica necesariamente la ausencia de otros tipos de atracción, como la emocional o romántica, y muchas

personas asexuales pueden tener relaciones afectivas profundas y satisfactorias sin involucrar la sexualidad (Mora Montes & Mora Encinas, 2020).

También es necesario tener claro que un estereotipo negativo es todo aquello que está relacionado a actitudes, pensamientos o ideas negativas o erróneas que se tienen sobre una persona o sobre un grupo en particular, estos estereotipos negativos pueden ser sobre una etnia, una raza, un género, una orientación sexual, profesiones, culturas, religiones, naciones o incluso las clases sociales. Dichos estereotipos negativos pueden llegar a ser como tales juicios sin fundamentos, lo que quiere decir que no tienen la suficiente información o pruebas que sustenten lo que dicen, muchos de ellos se basan en rumores falsos o en suposiciones (Cortés Recabal et al.,2020).

Por otra parte, edadismo es toda aquella discriminación que se da por motivos de edad, que se manifiesta en la forma de pensar, sentir y actuar de las personas. Este más que nada trata de un fenómeno social que puede tener graves consecuencias para las personas mayores y para la sociedad en general. En la mayoría de las ocasiones es difícil comprender el envejecimiento como una etapa más de la vida, contrastar los conceptos negativos y estereotipados con el reconocimiento de la diversidad en la vejez, respetar los cambios debidos a la edad, etc (Hernández Gómez et al., 2022). Continuamente el sexismo hace referencia a un conjunto de situaciones, expresiones, pensamientos y creencias que discriminan o excluyen a las personas en relación a su sexo biológico, este término más que nada se centra en la idea de que un sexo es inferior al otro, por lo que promueve bastante la desigualdad social en cualquier lugar del mundo (Castillo Delgado, 2022).

En el mismo sentido, Beerepoot et al. (2022) analizaron la conexión entre el disfrute sexual, la longevidad y la importancia percibida de la sexualidad. Estudiaron a 3107 adultos holandeses (55-85 años) desde 1992, con seguimientos cada tres años. Las entrevistas se realizaron en sus hogares y respondieron cuestionarios sobre sexualidad. Un 60% disfrutaba su sexualidad y un 44% la consideraba importante. El disfrute sexual se asoció con mayor longevidad, pero solo en quienes valoraban la sexualidad. Esta relación se explicó por factores como afecto positivo, salud percibida y soledad emocional. Un 5,4% la consideraba importante, pero no la disfrutaba, lo que podría afectar su longevidad.

El estudio presenta una perspectiva interesante sobre cómo la sexualidad y su disfrute están asociados con la longevidad en los adultos mayores, destacando que esta relación depende de la importancia que las personas atribuyen a su vida sexual. Es relevante observar que aquellos que

valoran la sexualidad pero no logran disfrutarla representan un porcentaje reducido, lo que podría indicar la influencia de factores emocionales y físicos específicos. El papel de la sexualidad en el bienestar general de los adultos mayores, no se trata únicamente de una cuestión biológica, sino también de una experiencia subjetiva que varía según las circunstancias de cada individuo. (Beerepoot et al., 2022).

En la misma línea, Humboldt et al. (2021) realizaron un estudio sobre la vida sexual de adultos mayores, con el objetivo de comparar las perspectivas sobre el bienestar subjetivo en personas de Portugal y México. Se recopilaron datos de 86 portugueses y 80 mexicanos de 65 años o más, a través de entrevistas semiestructuradas. Los hallazgos indicaron que la autopercepción puede verse afectada por la salud física, cambios hormonales, experiencias de pareja y la percepción social del envejecimiento. Al preguntar sobre los factores que influyen en su bienestar sexual, se encontró que el erotismo fue más relevante para los portugueses (31,4%), mientras que la salud y el autocuidado fueron los aspectos más mencionados por los mexicanos (26,5%).

Estos resultados sugieren que el bienestar subjetivo está fuertemente influenciado por valores socioculturales y psicosociales. Algunos adultos mayores experimentan una renovación de su identidad sexual, mientras que otros enfrentan inseguridad o baja autoestima, según su contexto personal y social. Esto demuestra la importancia de promover un enfoque positivo y respetuoso hacia la sexualidad en la vejez, considerando la diversidad de experiencias y necesidades en esta etapa de la vida (Humboldt et al., 2021).

En otro estudio, Sinković & Towler (2019) realizaron una revisión sistemática de literatura cualitativa sobre la salud sexual y la sexualidad en adultos mayores. Su objetivo fue abordar temas clave como los significados personales del sexo, la sexualidad en hombres y mujeres, y las experiencias sexuales en la vejez. Se destacó que, en el caso de las mujeres, su comportamiento y actitudes sexuales varían desde una postura inactiva o conservadora hasta una activa en esta etapa. Además, percibían su sexualidad como una respuesta al deseo masculino y rechazaban el estereotipo de que en la vejez no se puede ser sexualmente activa. Esto sugiere que, para ellas, el sexo sigue siendo un aspecto fundamental en sus vidas.

A medida que las personas envejecen, su perspectiva sobre la sexualidad puede cambiar, influenciada por sus experiencias y creencias conservadoras. Sin embargo, es importante destacar que, pese a los estereotipos, las mujeres adultas pueden reconocer que la edad no es un impedimento para su vida sexual. Este estudio resalta que no existe un límite de edad para ser

sujetos sexuados, ya que la inactividad sexual está más relacionada con factores externos y el desenvolvimiento individual que con el envejecimiento en sí (Sinković & Towler, 2019).

### **Relación de los estereotipos según: edad, género y creencias de la sexualidad.**

En el estudio realizado por Cismaru et al. (2021) examinaron la literatura sobre la sexualidad en adultos mayores de 65 años desde un enfoque positivo de salud pública. Revisaron 918 registros, seleccionando 12 estudios y 4 documentos de política, aplicando una síntesis interpretativa crítica. Además de analizar comportamientos sexuales, evaluaron cómo las políticas han abordado el tema. Los resultados muestran que los adultos mayores siguen siendo sexualmente activos, pero los profesionales de la salud carecen de habilidades para tratarlo. Antes de 2013, no había políticas que reconocieran la sexualidad en el envejecimiento. Se destaca la influencia de la investigación, políticas y práctica clínica en su percepción, reforzando la invisibilización del tema.

La sexualidad en la vejez enfrenta estereotipos opuestos: la asexualidad y la sobresexualización, mismos que impactan en la percepción de los adultos mayores y en cómo son vistos socialmente (Berdychevsky y Nimrod, 2017, como se citó en Cismaru et al., 2021). Por un lado, persiste la idea de que deben mantener actividad sexual y atractivo físico como parte de un “envejecimiento activo”; por otro, se les asocia con la asexualidad, ignorando sus deseos de intimidad y afecto. Este contexto genera una contradicción que los adultos mayores viven de manera compleja, ya que algunos siguen valorando el sexo, aunque no con la misma importancia que en su juventud, debido a que lo relacionan con el vínculo emocional.

Sin embargo, esta generación enfrenta obstáculos para discutir abiertamente su sexualidad, ya que pocos profesionales de salud abordan estos temas por considerarlos privados o ajenos a su rol. Esta falta de atención y apoyo en el ámbito médico deja sin respaldo a muchos adultos mayores, afectando su bienestar. Además, los estereotipos a menudo generan una mezcla de aceptación y rechazo, ya que internalizan o resisten la visión social de su sexualidad, lo que finalmente incide en sus comportamientos y en su autoimagen, creando una relación ambivalente entre las expectativas sociales y su realidad personal (Cismaru et al., 2021).

A pesar de la necesidad evidente de atención, la sexualidad sigue siendo poco abordada en las Ciencias de la Salud en los adultos mayores. Es por eso que Gonzáles et al. (2024) analizaron el significado de la sexualidad en esta etapa, considerando el entorno y las condiciones del cuerpo. Utilizaron un enfoque fenomenológico con 16 participantes seleccionados por muestreo

intencional. A través de entrevistas virtuales, se identificaron tres temas clave: la percepción del mundo, las posibilidades físicas y los prejuicios sobre la sexualidad en la vejez. Se concluyó que la sexualidad en los adultos mayores está influenciada por el entorno y las experiencias previas, y que las enfermedades y estereotipos limitan su capacidad de expresión sexual.

La sexualidad en la vejez está influida por una amplia gama de factores como estereotipos culturales, enfermedades crónicas y experiencias negativas. A pesar de haber crecido en un entorno que evitaba el tema, muchos adultos mayores reconocen la importancia de normalizarlo. Sin embargo, la sociedad aún los percibe como asexuales, dificultando su derecho a una vida sexual plena. Algunos buscan información en medios digitales, pero prefieren la orientación de profesionales de la salud. A pesar de las limitaciones físicas, valoran el afecto y formas de expresión no genital. El estudio destaca la necesidad de educación sexual adaptada a sus necesidades y sensibilización de la sociedad y profesionales de salud (González et al., 2024).

De igual manera, Erens et al. (2019) analizaron cómo la salud afecta la actividad y satisfacción sexual en los adultos mayores. Aunque muchas personas siguen activas sexualmente en la vejez, la frecuencia y satisfacción disminuyen con la edad. A pesar de problemas de salud y medicamentos, no todas las personas con afecciones médicas experimentan insatisfacción sexual. El estudio combinó una encuesta nacional con entrevistas a 3343 individuos. El 26.9% de los hombres y el 17.1% de las mujeres reportaron problemas de salud que impactaron su sexualidad, pero las tasas de satisfacción fueron similares. Concluyeron que la salud, la relación de pareja y la actitud personal son determinantes en la satisfacción sexual en la vejez.

El estudio muestra cómo la salud y la edad afectan la sexualidad de los adultos mayores, destacando factores psicológicos y relacionales. Aunque la actividad sexual disminuye con la edad, la satisfacción depende más de la calidad de la relación y la comunicación con la pareja. Los hombres se preocupan más por el rendimiento, mientras que las mujeres se enfocan en la conexión emocional, reflejando estereotipos de género. Pocas personas buscan ayuda profesional, quizás por la falta de educación sexual. La adaptación y la exploración de nuevas formas de intimidad mejoran la satisfacción. La sexualidad en la vejez también implica bienestar emocional y social. Es necesario fomentar un enfoque positivo sobre la sexualidad en esta etapa (Erens et al., 2019).

A su vez, en otro estudio, Lee et al. (2019) analizaron la relación entre la actividad sexual y el bienestar en adultos mayores. Plantearon que una vida sexual activa podría estar asociada con un mayor disfrute de la vida. El estudio utilizó datos de la Encuesta Longitudinal Inglesa del

Envejecimiento. Los resultados mostraron que los adultos activos sexualmente reportaron mayor satisfacción con la vida. En los hombres, la frecuencia sexual y el contacto afectivo se relacionaron con el bienestar. En las mujeres, el contacto físico afectivo fue más relevante. Las preocupaciones sobre la actividad sexual estaban asociadas con menor disfrute de la vida. El estudio concluye que la actividad sexual y la conexión emocional contribuyen al bienestar en la vejez (Lee et al., 2019).

El estudio resalta la importancia de la actividad sexual en la calidad de vida de los adultos mayores, desafiando la creencia de que la sexualidad pierde relevancia con la edad. El bienestar no depende solo de la frecuencia sexual, sino también del contacto afectivo y la satisfacción con la vida íntima. Los hombres asocian su bienestar con la frecuencia sexual, mientras que, en las mujeres, el contacto físico afectivo es más relevante. Además, las preocupaciones sexuales se relacionan con menor disfrute de la vida, especialmente en hombres. Esto indica que una vida sexual insatisfactoria afecta negativamente la salud emocional en la vejez. Este estudio demuestra que la sexualidad sigue siendo importante para el bienestar de los adultos mayores (Lee et al., 2019).

En un estudio realizado por Quimis Pazmiño et al. (2024), se exploró la dinámica entre envejecimiento y sexualidad, enfocándose en los desafíos específicos que enfrentan las mujeres mayores en América Latina. A través de un análisis descriptivo, se destacó que el género influye significativamente en la percepción y bienestar sexual de las mujeres latinoamericanas, quienes enfrentan estigmas y limitaciones. A pesar de los avances en igualdad de derechos, persisten estereotipos que asocian la vejez femenina con la pérdida del deseo sexual, reforzando roles tradicionales como el de cuidadora. Además, los cambios hormonales y la falta de educación agravan la desvalorización de la autonomía sexual de estas mujeres.

A partir de este análisis, es evidente que la sexualidad en la vejez de las mujeres latinoamericanas está fuertemente condicionada por factores socioculturales y biológicos. La sociedad, al asociar la vejez femenina con la pérdida de deseo y función sexual, limita gravemente el bienestar y la autonomía sexual de estas mujeres. Esta perspectiva estigmatizada contribuye a que muchas mujeres no busquen apoyo para mantener su salud sexual. Es crucial fomentar una visión más inclusiva y abierta sobre la sexualidad en la vejez, especialmente en mujeres que enfrentan retos adicionales por estereotipos de género y el impacto de la menopausia. La educación y el acceso a apoyos integrales son fundamentales para promover el bienestar sexual en esta etapa (Quimis Pazmiño et al., 2024).

En este sentido, Rojas-Alvarado et al., (2022) en su estudio mencionan que los estereotipos de género desempeñan un papel clave en cómo se percibe la sexualidad en la vejez. Los adultos mayores que adoptan actitudes positivas hacia el envejecimiento tienden a aceptar la sexualidad como una parte natural de la vida, libre de culpas y prejuicios. Sin embargo, las expectativas sociales hacia hombres y mujeres son muy diferentes. Mientras que los hombres enfrentan menos restricciones para expresar su sexualidad, las mujeres mayores siguen siendo invisibilizadas. Estos estereotipos perpetúan una visión errónea que afecta negativamente el bienestar emocional y psicológico de los adultos mayores, generando sentimientos de vergüenza y represión.

Por otro lado, la discriminación basada en la asexualidad de los adultos mayores también refleja cómo las creencias culturales y los prejuicios personales afectan su vivencia sexual. En particular, las mujeres enfrentan barreras adicionales, ya que se les atribuyen ideas erróneas sobre su sexualidad, lo que limita su derecho a una vida afectiva y sexual plena. La persistencia de estos prejuicios resalta la necesidad de reestructurar las concepciones sociales sobre la sexualidad en la vejez, promoviendo una mayor visibilidad y aceptación del deseo sexual en adultos mayores, especialmente en mujeres, para garantizar su bienestar integral (Rojas-Alvarado et al., 2022).

### **Normas y expectativas sociales que afectan el comportamiento sexual en el adulto mayor.**

En un estudio realizado por Rodríguez Morales (2020) acerca de la sexualidad en la vejez, se evidencia que se promueve mucho la idea de que la sexualidad está relacionada con normas sociales, mismas que actúan en estos casos como limitante en la vida de los adultos mayores y así mismo refuerzan los tabúes. Las nuevas generaciones han creado ideas erróneas sobre este tema; lo que se considera como puntos de vistas de un mundo exterior; en este caso con ello se puede llevar a restringir la expresión sexual en los adultos mayores lo que puede indicar que muchas veces las expectativas sociales están asociadas a frases como: “la sexualidad no es para viejos”.

Esta creencia considerada un poco más cultural mantiene que el interés sexual y la intimidad no corresponden a las personas de edad mayor, lo que lleva a que muchos adultos sientan vergüenza y escondan sus deseos para evitar el juicio social respecto a su comportamiento sexual (Rodríguez Morales, 2020). Con ello cabe decir que muchas veces la invisibilidad o el desamparo que enfrentan y pasan los adultos mayores en el ámbito sexual no es tomado en cuenta adecuadamente, debido a estereotipos que consideran la sexualidad como algo más de jóvenes; la

sociedad tiende a ignorar las necesidades sexuales de las personas mayores por lo que esto puede ocasionar en ellos sentimientos negativos que provoquen un desequilibrio emocional y mental.

En otro estudio realizado por Hernández-Hernández et al. (2021) donde se habló sobre los prejuicios sociales hacia la sexualidad en la vejez, dan a notar que se han creado la mayor parte del tiempo una gran presión sobre los adultos mayores, por lo que ellos han estado mayormente expuestos a reprimir sus deseos y se han ajustado a las normas de conductas apropiadas que se según la sociedad es la que deben de tener, dichas normas están relacionas con efectos negativos los cuales traen a relucir las actitudes negativas o prejuiciosas frente a la sexualidad en la vejez.

La percepción de la sociedad en relación a este tema ha logrado crear un tipo de estado emocional y conductual aparentemente inestable gracias a la variedad de prejuicios o mitos que se mantienen sobre la sexualidad en esta edad (Hernández-Hernández et al., 2021). Es notorio que la presión social que tiene esta población para ajustarse a ciertas normas puede impactar directamente la salud emocional de los adultos mayores, más que nada por las ideas que se tienen acerca de que su comportamiento sexual debe de ser limitado o nulo porque en la vejez este tipo de actos son conocidos como inmorales, ya que según las personas “la imagen corporal de los adultos mayores es fea y tampoco deberían de andar pensando en sexo porque eso es algo que a ellos ya no les debería de importar”.

De manera similar, Shen & Liu (2022) analizaron la relación entre la sensación de obligación sexual y el estrés percibido en adultos mayores de Estados Unidos. Utilizando datos longitudinales de 1,477 adultos activos sexualmente, aplicaron modelos de efectos mixtos para explorar esta conexión. Los resultados mostraron que la sensación de obligación sexual estaba asociada con mayores niveles de estrés, especialmente en los hombres mayores, mientras que la relación fue más estable en las mujeres. Aunque la calidad de la relación contribuyó a esta asociación, no fue suficiente para explicarla completamente. Este estudio resalta cómo la obligación sexual puede tener un impacto más significativo en los hombres mayores.

El efecto de la interacción entre género, obligación sexual y tiempo se vuelve marginalmente significativo cuando se controla la calidad de la relación, lo que sugiere que esta última actúa como mediadora. Los hombres mayores que perciben una obligación sexual tienden a experimentar una peor calidad de relación, lo que incrementa su estrés con el tiempo. Esta obligación puede generar sentimientos de culpa, resentimiento o disgusto hacia la pareja, deteriorando aún más la relación. Una mala calidad de relación está asociada con altos niveles de

estrés, que, si persiste, puede volverse crónica y afectar negativamente varios sistemas del cuerpo, especialmente en las parejas mayores (Shen & Liu, 2022).

En concordancia con los autores anteriores, Freak (2020) identificó los factores que favorecen la actividad sexual en la vejez, analizando datos de 2,374 adultos mayores holandeses y revisando la literatura existente. Los hallazgos indicaron que la disponibilidad de pareja, el género y la salud impactan más en la vida sexual que la edad en sí misma. La ausencia de pareja, los roles de género tradicionales y los problemas de salud están relacionados con la disminución de la actividad sexual. Sin embargo, se estima que las generaciones actuales de adultos mayores experimentarán una mayor apertura hacia su sexualidad, con menos inhibiciones y una participación más activa en su vida íntima que las generaciones previas.

Factores como la disponibilidad de pareja, las diferencias de género y el estado de salud influyen más en la actividad sexual de los adultos mayores que la edad. Las normas culturales afectan las decisiones sexuales, por lo que abrir el diálogo sin prejuicios puede reducir estereotipos, permitiendo que los adultos mayores disfruten del afecto físico. Aunque los hombres buscan más tratamiento para la disfunción sexual, las diferencias de género no deben ser una limitación. Fomentar conversaciones sobre la sexualidad a lo largo de la vida favorece una experiencia más plena en la vejez. Es crucial motivar a los adultos mayores a solicitar apoyo y establecer políticas que garanticen atención en salud sexual adecuada (Freak, 2020).

Del mismo modo, Ricoy et al. (2020) investigaron los factores que influyen en la conducta sexual de los adultos mayores, destacando cómo aspectos fisiológicos y psicosociales afectan su vida íntima. A pesar de que la sexualidad es importante en todas las etapas, persisten estereotipos limitantes en la vejez. Se usó una revisión sistemática de 18 estudios cualitativos, incluyó a 2603 participantes de siete países. Los resultados mostraron que problemas de salud como la disfunción eréctil y la menopausia pueden reducir el deseo sexual. Además, las creencias culturales y los roles de género tradicionales afectan la percepción de la sexualidad en la vejez. El estudio concluye que es necesario un enfoque más abierto y educativo sobre la sexualidad para contrarrestar mitos.

Al igual que los estudios anteriores, este confirma que la sexualidad en la vejez sigue siendo un tema rodeado de prejuicios. Aunque el deseo y la actividad sexual pueden continuar, factores como la salud, la cultura y las creencias religiosas influyen en su expresión. Es preocupante que muchos adultos mayores internalicen la idea de que su sexualidad ya no es válida, afectando su bienestar emocional. Además, existe una gran desigualdad de género, ya que los hombres

enfrentan barreras fisiológicas y las mujeres enfrentan normas sociales que limitan su autonomía sexual. La menopausia también tiene un impacto en la autopercepción y la dinámica de pareja. Es necesario fomentar una educación sexual integral que promueva espacios sin estigmas. Romper con la visión de la vejez como una etapa sin deseo es clave para mejorar la calidad de vida (Ricoy et al., 2020).

Asimismo, en otro estudio realizado por Alcaino et al. (2021) se exploran las creencias y conductas sexuales de los adultos mayores, identificando factores biopsicosociales que influyen en su vivencia sexual. Se llevó a cabo una revisión bibliográfica que mostró que muchos adultos mayores con pareja siguen siendo sexualmente activos, con el coito como la práctica más común. Sin embargo, persisten creencias erróneas sobre la desaparición de la sexualidad con la vejez. También se observó falta de privacidad, desinformación, enfermedades crónicas y prejuicios culturales. El estudio concluye que es necesario crear programas de educación sexual y sensibilización para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

Este estudio muestra cómo los prejuicios sociales limitan la vivencia plena de la sexualidad en la vejez. Aunque muchos adultos mayores siguen teniendo relaciones sexuales, persiste la idea de que este comportamiento es inapropiado. La falta de privacidad y la invisibilización del deseo refuerzan estos estereotipos. Los profesionales de la salud rara vez abordan este tema, generando desinformación. Además, la heteronormatividad impuesta impide el reconocimiento de la diversidad sexual. La educación sexual debe extenderse a todas las edades. Es necesario crear espacios donde los adultos mayores puedan expresar su sexualidad sin juicios, promoviendo una visión más inclusiva sobre el envejecimiento y el deseo (Alcaino et al., 2021).

**Tabla 1***Ficha bibliográfica*

Autores	Año	Tema	Objetivo	Metodología	Resultados	Conclusiones
Antonieta Alcaíno, Sofía Becerra, Gloria Pizarro, Valeria Rodríguez, Javiera Sotelo, Ivette Torres, & Maricela Pino.	2021	Conductas y creencias de la sexualidad en el adulto mayor, Latinoamérica 2009-2019.	Identificar las conductas y creencias sexuales de los adultos mayores, abarcando los factores biopsicosociales que podrían afectar el goce y la libertad sexual.	Revisión bibliográfica. Se realizó una búsqueda de artículos científicos en las bases de datos biomédicas EBSCO, Lilacs, Proquest y Science Direct, utilizando los términos de búsqueda sexualidad, creencias, mitos, conductas, factores biopsicosociales, prácticas sexuales, vejez y sus equivalentes en español, entre 2009-2019.	Entre las prácticas sexuales señalan el coito, mayoritariamente aquellos menores de 70 años con pareja, sin diferencias notorias de género. Tanto el coito como las prácticas sexuales están asociadas a la expresión de la afectividad y cariño. El asumir la asexualidad de este grupo, así como también la heterosexualidad, son las mayores creencias acerca de este grupo. Los factores biopsicosociales que dificultan la expresión de la sexualidad son la falta de privacidad,	La sexualidad en el adulto mayor aporta grandes desafíos tanto para la matronería como para el personal de la salud. Se sugiere la realización de mayores investigaciones e implementaciones de programas de educación sexual destinados a mejorar la vida sexual en la vejez.

					las enfermedades crónicas y la viudez.	
Shanice Beerepoot, Suzanne Luesken, Martijn Huisman, & Dorly Deeg.	2022	Enjoyment of Sexuality and Longevity in Late Midlife and Older Adults: The Longitudinal Ageing Study Amsterdam.	Examinar la asociación del disfrute de la sexualidad con la longevidad y el papel moderador de la importancia percibida de la sexualidad en esta asociación.	En el Estudio Longitudinal de Envejecimiento de Ámsterdam, basado en la población, se hizo un seguimiento de la supervivencia de las personas inicialmente de 55 a 84 años durante 27 años. Se dispuso de datos completos de 1042 participantes (45,3%). Los análisis se ajustaron por covariables relacionadas con la salud y psicosociales.	El 60% de los participantes disfrutaba su sexualidad y el 44% la consideraba importante. Se encontró una asociación débil y positiva entre el disfrute de la sexualidad y la longevidad (B[CI] = 0.29[-0.004;0.58]). La importancia percibida de la sexualidad moderó esta asociación, siendo significativa solo en quienes consideraban la sexualidad importante (B[CI] = 0.78[0.29;1.27]). Factores como afecto positivo, limitaciones funcionales, soledad emocional,	El disfrute de la sexualidad está relacionado con la longevidad solo en personas que la perciben como importante. Las intervenciones pueden dirigirse a adultos mayores que consideran la sexualidad relevante pero no la experimentan como placentera.

Alondra Castillo 2022 Delgado	Mujeres viviendo su vejez de manera autónoma: nuevas lecturas desde los cursos de vida y las injusticias históricas	Reflexionar acerca de la autonomía de las mujeres mayores y sus aportes al ámbito de la salud, a partir de relatos de su propio cuidado, generando nuevos constructos teóricos y ofreciendo una mirada distinta sobre la vejez.	La metodología de este estudio se basa en un enfoque cualitativo, sustentado en relatos de una investigación doctoral sobre el cuidado de la salud en mujeres mayores, generando un saber situado y crítico.	salud autopercebida, sentido de control y consumo de alcohol explicaron el 35% de esta relación.	La autonomía se entiende como la capacidad de tomar decisiones sobre uno mismo, mientras que la independencia se refiere a las acciones que permiten llevar a cabo esas decisiones. Ambas son complementarias y favorecen un envejecimiento saludable. Además, la autonomía es un proceso en constante cambio, especialmente cuando las mujeres dejan de ser responsables del cuidado de otros y Con esta investigación se llegó a resemantizar los conceptos de autonomía e independencia dentro del ámbito de la salud, incorporando una perspectiva crítica y reflexiva en la práctica sanitaria. Esta visión debe reconocer la historia de vida de las mujeres mayores y las diversas formas de discriminación que afectan sus experiencias, contribuyendo así a la construcción de una sociedad más justa y equitativa.
----------------------------------	---	---	--	--	--

Adina Cismaru, Stéphane Adam, Anne Nobels, Philippe Kempeneers, Marie Beaulieu, Christophe Vandeviver, Ines Keygnaert & Laurent Nisen.	2021	The Elephant in the Room – A Critical Interpretive Synthesis of Older Adults' Sexuality	Este estudio tuvo como objetivo explorar estudios anteriores que se han centrado exclusivamente en la sexualidad de los adultos mayores de 65 años desde un enfoque positivo de salud pública.	Se realizó una síntesis interpretativa crítica, comenzando con la revisión de la literatura sobre los comportamientos sexuales en la vejez, agregando documentos de política sobre la sexualidad envejecida y aportando nuevas perspectivas.	comienzan a centrarse en sus propias vidas, aunque enfrentando la amenaza del envejecimiento.	Postulamos que la visión de la sociedad sobre la sexualidad en la vejez se refleja en la práctica, las políticas y la investigación sobre este tema, que influyen en la visión de la sociedad.
Juana Cortés Recabal, José León Pino, Jocelyne Chandi a Bustos, Carla Muñoz Gómez, Abigail Orellana Navarrete &	2020	Negative stereotypes of old age in students of rural establishments.	Determinar el nivel de negatividad de los estereotipos de la vejez en establecimientos rurales, Región de Ñuble, Chile.	Este es un descriptivo de corte transversal sobre una muestra de 114 estudiantes de 5.º a 8.º básico de dos establecimientos rurales en Chile. La información se obtuvo a través de la aplicación del	En este caso el 53,5% (n = 61) de los estudiantes, obtuvo un alto nivel de estereotipo negativo acerca de este tema, donde la dimensión más negativa fue salud en todas las	Los estudiantes percibieron un alto nivel de estereotipo negativo hacia el envejecimiento, por lo que resulta necesario realizar intervenciones que se enfoquen en cambiar la visión negativa que poseen respecto a este

Giovanna Robbiano Muñoz.				cuestionario de estereotipos negativos de la vejez (CENVE).	de variables estudiadas.	grupo etario; de esta manera, se puede lograr que los ancianos se sientan integrados y valorados en la sociedad actual.
Bob Erens, Kirstin Michell, Lorna Gibson, Jessica Datta, Ruth Lewis, Nigel Field, & Kaye Wellings.	2019	Health status, sexual activity and satisfaction among older people in Britain: A mixed methods study	Examinar la prevalencia de la actividad sexual y la satisfacción en adultos con condiciones de salud que afectaron su vida sexual en el último año.	Un estudio de método mixto que integró datos y análisis de la tercera Encuesta Nacional Británica de Actitudes Sexuales y Estilos de Vida (n = 3343, de 55 a 74 años, de 55 a 74 años) y de entrevistas en profundidad de seguimiento con 23 participantes de la encuesta que informaron tener una condición de salud o tomar medicamentos que afectaban su vida sexual.	En general, el 26,9 % de los hombres y el 17,1 % de las mujeres de 55 a 74 años informaron tener una afección de salud que afectó su vida sexual. Entre este grupo, las mujeres tenían menos probabilidades que los hombres de ser sexualmente activas en los 6 meses anteriores, pero con la misma probabilidad de estar satisfechas con su vida sexual. En las entrevistas de seguimiento, los participantes a veces tuvieron dificultades para diferenciar los efectos de la mala	Los datos muestran interacciones complejas entre la salud, el estilo de vida y los factores de relación que afectan la actividad/satisfacción sexual. Cuando se trata de problemas sexuales en personas mayores, los profesionales deben tener en cuenta el estilo de vida, las necesidades y las preferencias individuales.

Rosanne Freak. 2020	It's not age that prevents sexual activity later in life.	Describir los factores claves que facilitan el comportamiento sexual en la edad adulta.	Se volvió a analizar los datos de un estudio de 2.374 adultos mayores holandeses.	salud con los de la edad. En las relaciones cercanas, las parejas trabajaban para establecer mecanismos compensatorios, pero en las relaciones menos cercanas, la mala salud proporcionaba una excusa para dejar de tener relaciones sexuales o disuadía los intentos de resolver las dificultades. Es probable que la disponibilidad de la pareja, el género y la salud sean factores más importantes que influyen en la participación en el comportamiento sexual que el factor de la edad en la vida posterior. La falta de disponibilidad de	Este análisis observó que la actividad sexual se asocia con la disponibilidad de pareja y una mejor salud, en lugar de la edad, lo que contrarresta los estereotipos de disminución del comportamiento sexual y normaliza la actividad sexual y el deseo en la vida posterior.
---------------------	---	---	---	--	--

					<p>pareja, los roles tradicionales de género y la mala salud se asocian con la edad avanzada. Sin embargo, las generaciones actuales de adultos mayores serán más capaces, se avergonzarán menos de sus deseos sexuales y tendrán más comportamientos sexuales que las generaciones anteriores.</p>	
Cynthia Gonzáles, Raúl Castañeda, Claudia Lima, & Jonathan Soto.	2024	Influences exerted by the world and the body on older adults' sexuality.	Describir el significado de la sexualidad de los adultos mayores a partir de la influencia ejercida por el mundo y el cuerpo.	Un estudio fenomenológico guiado por los conceptos de la Fenomenología de la Percepción de Merleau Ponty, realizado en una ciudad del centro de México con grupos de adultos mayores. Muestreo intencional con los siguientes criterios de selección: adultos mayores con	De las unidades de significado identificadas surgieron tres temas, a saber: 1) El mundo tal como lo experimentan los adultos mayores; 2) Posibilidades del cuerpo actual; y 3) Estereotipos y prejuicios sobre la sexualidad de los adultos mayores.	La sexualidad de los adultos mayores está influenciada por el contexto en el que interactúan y por las experiencias vividas en este aspecto a lo largo de su vida. Las enfermedades y limitaciones físicas afectan la sexualidad de las personas mayores y dificultan su expresión; En este mismo sentido,

				<p>capacidad de comunicación verbal preservada, sin deterioro cognitivo (<math>\geq 24</math> puntos en el Mini-Examen del Estado Mental) y con capacidad de decisión legal; Los participantes fueron 16 adultos mayores, considerando el criterio de saturación de datos. Se realizaron entrevistas fenomenológicas virtuales, analizadas según el método fenomenológico de Giorgi. Se respetaron los criterios de rigor ético y cualitativo.</p>		<p>los estereotipos y prejuicios sobre la sexualidad existentes en la sociedad y en la familia condicionan la expresión sexual y obligan a los propios adultos mayores a reprimir su sexualidad.</p>
<p>Mercedes Adelaida Hernández Gómez, Néstor Javier Sánchez Sánchez &amp; María José Fernández Domínguez.</p>	<p>2022</p>	<p>Análisis del edadismo durante la pandemia, un maltrato global hacia las personas mayores.</p>	<p>Identificar el impacto del edadismo en las personas mayores, especial en el contexto de la pandemia de COVID-19, y presentar</p>	<p>Se utilizaron revisiones narrativas de la literatura para analizar actitudes edadistas y las respuestas generadas durante la pandemia de COVID-19. Estas revisiones se basaron en la recopilación y análisis de</p>	<p>Como resultado se encontró que el edadismo, es una forma de maltrato, tiene efectos negativos significativos en la salud y bienestar de las personas mayores. Además, se asocia con</p>	<p>Se sugiere actividades comunitarias que promuevan relaciones intergeneracionales y la educación en el envejecimiento, estas pueden ser estrategias claves para combatir el edadismo. Estas propuestas buscan una mejor integración de los</p>

			propuestas para combatirlo.	publicaciones científicas y documentos relevantes para comprender el impacto del edadismo.	sobrecostes, peor salud y una mayor mortalidad precoz.	mayores en la sociedad y mitigar los efectos adversos del edadismo.
Ana Gabriela Hernández, Erika Ivon Álvarez Baños, María del Carmen Cano Hernández, Reyna Cristina Jiménez Sánchez, José Javier Cuevas Cansino, Diego Estrada Luna, Rosario Barrera Gálvez & José Arias Rico.	2021	Young adult's perception of the sexuality of the older adult.	Determinar el nivel de prejuicio de adultos jóvenes de 18 a 35 años, respecto a la sexualidad durante la vejez.	Se realizó un análisis de diseño transversal-descriptivo. Se aplicó el "Cuestionario de actitudes hacia la sexualidad en la vejez (CASV2020) de forma presencial, con una duración de 5 a 10 minutos por participante. Se obtuvo consentimiento informado y los datos fueron analizados con SPSS.	La población estudiada consistió en un 28% al género masculino y un 72% al género femenino, al categorizar los datos obtenidos, se logró obtener que 6 ítems se encontraron en un nivel bajo de estereotipo, mientras que 4 ítems correspondieron a un nivel medio y 3 ítems a un nivel muy alto de estereotipo.	Al cuestionar sobre la sexualidad del adulto mayor, los participantes respondían en los valores centrales, es decir, neutrales, lo que significa que la muestra estudiada presentó un nivel bajo de prejuicios hacia la sexualidad del adulto mayor.
Sofia Humboldt, Neyda Mendoza Ruvalcaba, José Alberto Ribeiro Gonçalves, Alejandro Chávez Rodríguez, Gail	2021	How Do Older Portuguese and Mexican Adults Experience Their Sexual Well-Being? A Cross-Cultural	Analizar comparativamente las perspectivas sobre el bienestar subjetivo entre adultos mayores	Se utilizó percepciones del bienestar sexual (BS) en adultos mayores de Portugal y México, con datos de 86 portugueses y 80 mexicanos mayores de 65 años. Se utilizaron	En este estudio se recopilaron datos de 86 participantes portugueses y 80 mexicanos que vivían en la comunidad de 65 años o más,	El erotismo fue más pertinente para los portugueses con el (31,4%). La salud y el autocuidado fueron los aspectos más mencionados por los mexicanos con el

Low & Isabel Leal.	Qualitative Study.	que residen en Portugal y México.	en entrevistas y semiestructuradas y análisis de contenido para identificar ocho temas: erotismo, relación de apoyo, autoconcepto positivo, salud y autocuidado, romance, vida activa, ternura y cuidado.	utilizando un protocolo de entrevista semiestructurada. Se preguntó a los adultos mayores sobre los factores que contribuyen significativamente a su bienestar subjetivo. Además, se identificaron ocho temas en ambas muestras: erotismo, relación de apoyo, autoconcepto positivo, salud y autocuidado, romance, vida activa, ternura y cuidado.	(26,5%). Los hallazgos de este estudio indican que el bienestar subjetivo está fuertemente influenciado por valores socioculturales y psicosociales.	
Blanca Lafarja Aveiro de & Salvadora Giménez Amarilla.	2022	Sexualidad en adultos mayores de 60 años: Percepción de personas que recurren a las consultas ambulatorias de un hospital.	Analizar la percepción de las personas adultas, mayores de 60 años, que recurren a consultas ambulatorias de un hospital.	Se empleo un diseño no experimental-transversal, y con enfoque cualitativo de estudio de casos. Donde participaron 10 personas entre 61 y 87 años de edad: de los cuales 7 fueron mujeres y 3 varones.	Se encontró que los patrones de relacionamiento en la pareja muestran que la conducta moral de fidelidad es asociada al rol femenino, mientras que, en el hombre se asume como una	Los adultos mayores desde los 61 a los 87 años expresan deseo sexual, pero éste es inhibido por creencias y valores socioculturales; las conductas relacionadas a esto son resultados de sus experiencias personales,

			Se aplicó una entrevista individual a profundidad.	una persona susceptible de dejarse llevar por la satisfacción y sus necesidades; por otra parte, con ello se observó poca información de los cambios fisiológicos, y una focalización de la genitalidad como forma de experimentar la sexualidad.	basándose en lo aprendido con sus pares o parejas, y del modelo de enseñanza que ejercen una influencia en su percepción.	
Lee Smith, Lin Yang, Nicola Veronese, Pinar Soysal, Brendon Stubbs & Sarah Jackson.	2019	Sexual Activity is Associated with Greater Enjoyment of Life in Older Adults.	Investigar las asociaciones entre la actividad sexual, los problemas y preocupaciones, y el bienestar experimentado en una muestra representativa de adultos mayores.	En este análisis transversal del Estudio Longitudinal Inglés del Envejecimiento, el comportamiento sexual, los problemas y las preocupaciones se evaluaron a través de un cuestionario autocompletado. Las covariables incluyeron la edad, el estado de la pareja, el nivel socioeconómico, el tabaquismo, la ingesta de alcohol, la limitación de la enfermedad de larga	Se disponía de datos sobre la actividad sexual y el disfrute de la vida de un total de 3.045 hombres y 3.834 mujeres (edad media de 64,4 años en hombres y 65,3 años en mujeres). Los hombres y mujeres que informaron haber tenido alguna actividad sexual en el último año tuvieron	Este es uno de los primeros estudios que muestra que el bienestar es mayor entre los adultos mayores cuando son sexualmente activos. Las preferencias en cuanto a la expresión de la actividad sexual difieren entre los sexos. Se necesitan más investigaciones longitudinales para confirmar una asociación causal entre la actividad sexual y el bienestar.

duración y los síntomas depresivos. Los datos se analizaron mediante análisis de varianza independiente de 1 vía.

puntuaciones medias de disfrute de la vida significativamente más altas en comparación con aquellos que no eran sexualmente activos. Entre los hombres sexualmente activos, las relaciones sexuales frecuentes y los besos, o caricias frecuentes se asociaron con un mayor disfrute de la vida. Entre las mujeres sexualmente activas, besarse, o acariciarse con frecuencia también se asoció con un mayor disfrute de la vida, pero no hubo una asociación significativa con las relaciones sexuales frecuentes.

José María Mora Montes & María Paz Mora Encinas.	2020	Una mejor comprensión de la sexualidad humana a través del estudio de la asexualidad.	Delimitar con precisión el concepto "atracción sexual" que es distinto al cariño, a la admiración, a la mal llamada "atracción romántica" y a la excitación sexual.	Se empleó el estudio a través de un enfoque teórico y analítico para así delimitar el concepto de "atracción sexual" y diferenciarlo de otras experiencias como el cariño, la admiración, la atracción romántica y la excitación sexual.	Se mostro que la carencia de "atracción erótica" es definitoria para el comportamiento asexual. Adicional a ello se observa que en las personas asexuales existen frecuentes conductas masturbatorias y parafilicas, las cuales responden a factores distintos a la atracción erótica.	Con la investigación se sostiene la existencia de tres factores fundamentales en la sexualidad humana, como lo son: la atracción sexual, la excitación y el orgasmo. Estos factores son independientes entre sí y explican las diferentes conductas sexuales, tanto de forma conjunta o aislada.
Daniela Gandhari Quimis Pazmiño, Melany Julexi Ramos Acosta, Melany Anahi Valle Manzaba, Helen Soraide Zambrano Acosta & Jhon Alexander Ponce Alencastro.	2024	Sexuality, old age and aging. Updated review in the context of latin american women.	Estructurar una síntesis actualizada que explore la compleja dinámica entre el envejecimiento y la sexualidad y resalte las características y desafíos específicos que enfrentan las mujeres en este contexto.	Su método se basó en representarlo como estudio descriptivo, el cual analizó fuentes de bases de datos como Scielo, Medigraphic, Open Journal Systems, Elsevier, LILACS y Science Direct, y libros clave. Se empleó el gestor bibliográfico Mendeley y se seleccionaron 32 fuentes relevantes en español e inglés, publicadas en los últimos 5 años.	Loa hallazgos de esta investigación señalaron que el envejecimiento en las mujeres mayores es un proceso multidimensional influido por cambios biológicos, psicológicos y sociales. La sexualidad está vinculada a la identidad, el placer y las relaciones, se	El envejecimiento afecta varias dimensiones, la sexualidad se ve especialmente impactada, sobre todo en mujeres mayores. Los desafíos en roles tradicionales, junto con condiciones fisiológicas y patológicas, complican el bienestar sexual. El estigma cultural y el edadismo, principalmente en América Latina, limitan la expresión y

<p>Adrián Jesús Ricoy Esteban Gaitán, Francisco Caravaca Sánchez &amp; Yolanda María De La Fuente Robles.</p>	<p>2020 Factors Conditioning Sexual Behavior in Older Adults: A Systematic Review of Qualitative Studies.</p>	<p>Presentar los principales estudios cualitativos que analizan cómo los factores fisiológicos y psicossociales afectan el comportamiento sexual en adultos mayores.</p>	<p>Se empleo una revisión sistemática de estudios cualitativos sobre los factores fisiológicos y psicossociales que afectan el comportamiento sexual en adultos mayores; se incluyeron 18 estudios con 2,603 participantes. Los datos se analizaron con un (Análisis de síntesis temática).</p>	<p>ve afectada por la menopausia, los cambios físicos y diversos factores psicossociales y culturales. Además, las mujeres enfrentan roles tradicionales como cuidadoras (mamá) y abuelas.</p> <p>Se seleccionaron un total de 16.608 referencias y se incluyeron 18 estudios cualitativos en la revisión. Estos estudios involucraron a 2.603 participantes en siete países, de los cuales la mayoría eran mujeres (aproximadamente el 80%). Se identificó una amplia variedad de factores fisiológicos y psicológicos que pueden influir en el</p>	<p>visibilidad de la sexualidad de este grupo etario</p> <p>La edad biológica en relación con los modelos estereotipados de comportamiento sexual, enfatizada como factor de riesgo en la contracción de enfermedades sexuales, parece jugar un papel relevante como factor limitante del comportamiento sexual en los adultos mayores.</p>
---	---	--	---	--	---

Zeyda Rodríguez Morales.	2020	La sexualidad en la vejez.	Examinar cómo Simone de Beauvoir trata el tema de la sexualidad en la vejez en su obra <i>La vejez</i> , una de sus últimas publicaciones.	La metodología de esta investigación es multidisciplinaria, por lo que combina fuentes secundarias: encuestas, teorías, datos históricos y sociológicos y también fuentes primarias: cartas y diarios personales de personas mayores, en su mayoría de sectores acomodados, para analizar la vejez desde una perspectiva objetiva y subjetiva.	comportamiento sexual de los adultos mayores. En este estudio se encontraron resultados como: la sexualidad en la vejez es afectada por factores sociales, biológicos y culturales, la sociedad tiende a rechazar o ver con incomodidad la sexualidad de los adultos mayores y la experiencia sexual varía entre los mayores, dependiendo de la salud, contexto social y relaciones.	En la investigación el autor Simone de Beauvoir invita a reconocer la vejez como una etapa de la vida en la que aún se pueden experimentar deseos y placeres sexuales, pero también señala que este proceso está profundamente marcado por las presiones sociales y culturales. Es necesario que se tenga un enfoque más abierto y reflexivo sobre cómo las personas mayores viven y experimentan su sexualidad.
Karina Vianney Rojas Alvarado, Danae Zúñiga Zamacona, Arturo Medina Fernández, Laura Carrillo Cervantes, Enrique Trujillo	2022	Attitude towards old age as a predictor of attitudes towards sexuality of the elderly in the Mexican population.	Determinar el efecto de la actitud que presentan los adultos mexicanos respecto a la vejez y a la sexualidad del adulto mayor.	Estudio correlacional-predictivo y transversal. La muestra incluyó 364 adultos entre 18 y 59 años del Estado de Coahuila de Zaragoza, México. Se aplicaron el cuestionario de actitudes a la vejez y la	Se encontró mayor actitud negativa hacia la vejez y menor actitud favorable hacia la sexualidad en la vejez. Además, la actitud de los adultos mexicanos hacia la vejez es un	En este caso las actitudes hacia la vejez son un factor predictor de la actitud hacia la sexualidad del adulto mayor, es decir son un factor importante para no estigmatizar el proceso de envejecimiento.

Hernández &  
Arturo Medina  
Fernández.

escala de actitudes hacia la sexualidad del adulto mayor. Los análisis estadísticos incluyeron análisis descriptivos e inferencial. factor predictor que influye negativamente en un 11,8 % sobre las actitudes hacia la sexualidad en el envejecimiento.

Margaret Salisu 2022  
& Jagadisa  
Dacus.

Living in a Paradox: How Older Single and Widowed Black Women Understand Their Sexuality. Explorar cómo las mujeres negras mayores solteras y/o viudas entienden su sexualidad en el contexto de su papel matriarcal negro y a través de sus interacciones relacionales con sus hijos, familias, amigos y sus redes sociales extendidas.

Se utilizó un método fenomenológico interpretativo de indagación para conocer las experiencias subjetivas de las mujeres negras mayores, viudas o solteras, y los significados personales que atribuyen a su sexualidad. De mayo a diciembre de 2018, se reclutaron a un total de 17 mujeres para participar en el estudio. Al final, solo se entrevistó a 14 mujeres, de entre 60 y 75 años de edad identificadas como heterosexualmente. Se utilizaron entrevistas semiestructuradas.

Las mujeres hablaron sobre su sexualidad en los contextos del matriarcado negro, el concepto de sí mismas y la comunicación. El matriarcado negro se definió como la tenacidad con la que, como mujeres negras y madres negras, las participantes ocupaban un papel centralizado en sus familias, mientras que el concepto de sí mismo se reflejaba en gran medida en las percepciones contradictorias que tenían de su

Vivir en una paradoja ejemplifica las luchas de las mujeres mientras intentan equilibrar las expectativas de los roles que ocupaban en la sociedad con su propia identidad como ser sexual. Nuestros hallazgos ofrecen una exploración matizada de las diversas dimensiones sobre cómo se entienden a sí mismas al proporcionar una visión invaluable de su mundo como mujeres negras mayores. Las implicaciones para la política y la práctica se refieren a la evaluación de los problemas históricos y contemporáneos fundamentales que

Shannon Shen, 2022 & Hui Liu.	Sexual obligation and perceived stress: A national longitudinal study of older adults.	Examinar la relación entre la obligación sexual y el estrés percibido entre los adultos mayores en los Estados Unidos	Utilizando datos longitudinales de tres oleadas del Proyecto Nacional de Vida Social, Salud y Envejecimiento (NSHAP, por sus siglas en inglés), la muestra incluyó a 1.477 encuestados sexualmente activos de 57 a 85 años de edad en la encuesta de referencia. Se estimaron modelos de efectos mixtos para probar cómo se relacionan los sentimientos de obligación sexual con los cambios en la puntuación de estrés percibido.	La obligación sexual se asoció positivamente con la puntuación de estrés percibido. La relación positiva entre la obligación sexual y la puntuación de estrés percibido se hizo más fuerte durante el período de estudio entre los hombres mayores, aunque se mantuvo relativamente estable entre las mujeres mayores. La calidad de la relación solo explica parcialmente esta relación.	enfrentan las mujeres negras mayores y, al mismo tiempo, considerar la convergencia de la raza, el género y la sexualidad. Sentirse más obligado a tener relaciones sexuales tuvo un efecto significativamente mayor en el nivel de estrés percibido de los hombres mayores a lo largo del tiempo que el de las mujeres mayores. Esta asociación se volvió marginalmente significativa después de que se controló la calidad de la relación, lo que sugiere que la calidad de la relación fue un factor explicativo clave para los patrones de género en la vinculación de la obligación sexual con el estrés. Estos resultados resaltan la importancia de comprender la sexualidad de género entre los adultos
-------------------------------	--	---	--	---	---

Matija Sinković 2019 & Lauren Towler.	Sexual Aging: A Systematic Review of Qualitative Research on the Sexuality and Sexual Health of Older Adults	Abordar los temas que se han investigado y la calidad de la investigación dentro del campo de la sexualidad y la salud sexual en adultos mayores.	Se realizó una revisión sistemática de la literatura cualitativa sobre sexualidad y salud sexual de los adultos mayores para abordar los temas que se han investigado y la calidad de la investigación dentro de este campo. Se realizaron búsquedas en PsycINFO, SocINDEX, MEDLINE y CINAHL de artículos cualitativos que investigaran la sexualidad de adultos de 60+ años. Se analizaron 69 artículos utilizando el análisis temático para sintetizar sus hallazgos.	Se identificaron dos categorías temáticas generales: aspectos psicológicos y relacionales de la sexualidad; significados y entendimientos personales del sexo, aspectos de la pareja y aspectos socioculturales y salud y sexualidad (efectos de la enfermedad y/o la infertilidad).	mayores de edad avanzada dentro del contexto de su relación. Se llegó a la conclusión de que se necesitan investigaciones sobre el deseo y el placer sexual masculino, las identidades culturales y sexuales de género específicas y su efecto sobre los resultados, como la conducta de búsqueda de ayuda y la satisfacción sexual.
---------------------------------------	--	---	---	--	--

*Nota.* Esta tabla detalla los datos claves: autor, año, tema, objetivo, metodología, resultados y conclusiones de los artículos que dan respuesta a los objetivos declarados en el desarrollo de la investigación.

## **Conclusión**

La autopercepción de la sexualidad es fundamental para el bienestar del adulto mayor, ya que abarca factores emocionales y relacionales más allá de lo físico. Aunque los estereotipos asocian el envejecimiento con la pérdida de deseo, muchos adultos mayores siguen valorando y disfrutando su sexualidad, lo que favorece su longevidad. Sin embargo, estos prejuicios, junto con barreras físicas, sociales y culturales, y la falta de apoyo profesional, dificultan su expresión plena. Además, las enfermedades, las limitaciones físicas y una educación represiva complican la comprensión y vivencia sexual en esta etapa. Los estigmas que invisibilizan sus necesidades, al asociar la sexualidad exclusivamente con la juventud, generan vergüenza y represión, exacerbadas por roles de género tradicionales y la falta de pareja. A pesar de ello, muchos adultos mayores valoran las relaciones íntimas, especialmente cuando se prioriza la calidad afectiva. Para garantizar su bienestar, es crucial normalizar la sexualidad en esta etapa, eliminando prejuicios y promoviendo una educación y sensibilización que respeten sus capacidades y necesidades.

Con lo mencionado con anterioridad, se responde a la pregunta de investigación mencionando que la autopercepción y los estereotipos afectan profundamente la sexualidad del adulto mayor al influir en cómo se entienden y viven esta etapa. Los prejuicios que asocian el envejecimiento con la asexualidad o la pérdida de deseo generan vergüenza y limitan la expresión sexual. Aunque muchos adultos mayores continúan valorando la intimidad y el afecto como partes esenciales de su bienestar, enfrentan barreras como problemas de salud, roles de género tradicionales y falta de apoyo social o profesional. Las mujeres, en particular, son más afectadas por estas creencias, mientras que los hombres pueden sentir presión por cumplir expectativas sexuales poco realistas. Sin embargo, aquellos que logran desafiar estos estereotipos suelen disfrutar de relaciones más plenas, lo que se relaciona con un mayor bienestar emocional y físico. Para superar estos desafíos, es esencial educar sobre la importancia de la sexualidad en la vejez y eliminar los mitos que la rodean, promoviendo un enfoque respetuoso y libre de prejuicios.

Las limitantes de esta investigación estuvieron marcadas por la escasez de estudios disponibles sobre la sexualidad en adultos mayores, una situación atribuible a la poca atención que se le da a este tema en el ámbito científico y social. Además, la dificultad para encontrar información actualizada complicó el análisis, ya que muchos estudios disponibles no reflejan las realidades actuales de esta población. Por otra parte, según lo reportado en las investigaciones consultadas, los propios pacientes manifestaron sentir vergüenza al abordar el tema, lo que limita

la obtención de datos directos y profundos sobre su experiencia. Estas barreras destacan la necesidad de sensibilizar tanto a investigadores como a los mismos participantes, para promover un enfoque más abierto y dinámico sobre la sexualidad en la vejez.

Es necesario tener presente que este tema en particular abre múltiples oportunidades para futuras investigaciones desde cualquier punto de vista, ya que la misma puede llegar a ser analizada desde la perspectiva de cómo ambas variables varían según las culturas, los niveles educativos o las zonas geográficas, y así ver como estas influyen en la calidad de vida de los adultos mayores. También puede ayudar a profundizar en la relación entre los estereotipos sexuales y las variables como la autoestima, la depresión y la ansiedad en los adultos mayores, considerando factores como la salud física, las relaciones interpersonales y el acceso a recursos de salud sexual; entre otras.

Para finalizar cabe señalar que esta investigación tiene importantes implicancias prácticas para diversas profesiones y campos de estudio, especialmente en los ámbitos de la salud, la educación y las ciencias sociales. En primer lugar, se resalta la necesidad de promover y ofrecer una atención integral que incorpore la sexualidad como parte fundamental del bienestar del adulto mayor, misma que esté libre de prejuicios y que permita un envejecimiento activo y saludable de esta población. Con este tipo de enfoques no solo se intenta buscar una mejora de la calidad de vida de los adultos mayores, sino que también se busca fortalecer la práctica profesional al incorporar una visión integral en el abordaje de cada una de sus necesidades.

## Referencias

- Alcaino, A., Becerra, S., Pizarro, G., Rodríguez, V., Sotelo, J., Torres, I., & Pino, M. (2021). Conductas y creencias de la sexualidad en el adulto mayor, Latinoamérica 2009-2019. *Matronería Actual*, 1(3), 19-29. doi:10.22370/rev.mat.3.2021.3045
- Beerepoot, S., Luesken, S., Huisman, M., & Deeg, D. (2022). Enjoyment of Sexuality and Longevity in Late Midlife and Older Adults: The Longitudinal Ageing Study Amsterdam. *J Appl Gerontol*, 41(6), 1615-1624. doi:https://doi.org/10.1177/07334648221078852
- Castillo Delgado, A. (2022). Mujeres viviendo su vejez de manera autónoma: nuevas lecturas desde los cursos de vida y las injusticias históricas. *Revista Chilena de Fonoaudiología*, 21(2), 1-14. doi: https://doi.org/10.5354/0719-4692.2022.68919
- Cismaru, A., Adam, S., Nobel, A., Kempeneers, P., Beaulieu, M., Vandeviver, C., . . . Nisen, L. (2021). The Elephant in the Room – A Critical Interpretive Synthesis of Older Adults' Sexuality. *Int J Sex Health*, 34(1), 90-104. doi:https://doi.org/10.1080/19317611.2021.1958040
- Cortés Recabal, J., León Pino, J., Chandía Bustos, J., Muñoz Gómez, C., Orellana Navarrete, A., & Robbiano Muñoz, G. (2020). Negative stereotypes of old age in students of rural establishments. *Gerokomos.*, 31(1), 2-5. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-928X2020000100002&script=sci\_arttext
- Cubillos, J. (2022). Autonomía y placer. Un discurso emergente en el debate público sobre sexualidad en Chile. *Asparkía Investigació feminista*, 41(41), 315-334. doi:10.6035/asparkia.6115
- Erens, B., Michell, K., Gibson, L., Datta, J., Lewis, R., Field, N., & Wellings, K. (2019). Health status, sexual activity and satisfaction among older people in Britain: A mixed methods study. *PLoS ONE*, 14(3), 1-20. doi:https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213835
- Esmeraldas Vélez, E., Falcones Centeno, M., Vásquez Zevallos, M., & Solórzano Vélez, J. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. *RECIMUNDO: Revista Científica de la Investigación y el Conocimiento*, 3(1), 58-74. https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.58-74
- Fernández Montesinos, A. (2016). Los estereotipos: definición y funciones. *Iberic@l, Revue d'études ibériques et ibéro-américaines*, 1(10), 53-63. https://iberical.sorbonne-universite.fr/wp-content/uploads/2017/02/Pages-from-Iberic@l-no10-automne-2016-

Final-4.pdf


- Freak, R. (2020). It's not age that prevents sexual activity later in life. *Australas J Ageing*, 1(1), 22-29. doi:<https://doi.org/10.1111/ajag.12774>
- Ghidara, E., Antacle, A., Erbetta, F., Fierro, M., Fitzsimons, M., Loandos, M., . . . Yanicelli, M. (2019). Mientras haya vida, hay todo: una mirada en la sexualidad del adulto mayor. *Evidencia, Actualizacion en la práctica Ambulatoria*, 22(1), 1-4. <https://www.evidencia.org/index.php/Evidencia/article/view/4219/1719>
- Gonzáles, C., Castañeda, R., Lima, C., & Soto, J. (2024). Influences exerted by the world and the body on older adults' sexuality. *Enfermería Global*, 23(1), 417-428. doi:<https://doi.org/10.6018/eglobal.571201>
- Gordillo-Castro, A., López-Márquez, G., González, T., & Vallejo-Arce, M. (2022). Attitudes and perceptions of older adults about their sexuality. *MASKANA*, 13(1). <https://doi.org/10.18537/mskn.13.01.02>
- Guajardo, J., Rivera, M., Molina, Á., & Pérez, L. (2020). Autopercepción Motivante. *UANL*, 1(1), 59-74. [https://www.researchgate.net/publication/344353209\\_Autopercepcion\\_Motivante](https://www.researchgate.net/publication/344353209_Autopercepcion_Motivante)
- Hernández Gómez, M. A., Sánchez Sánchez, N. J., & Fernández Domínguez, M. J. (2022). Analysis of ageism during the pandemic, a global elder abuse. *Elsevier*, 54(6). doi:<https://doi.org/10.1016/j.aprim.2022.102320>
- Hernández-Hernández, A. G., Álvarez-Baños, E. I., Cano-Hernández, M. d., Jiménez-Sánchez, R. C., Cuevas-Cansino, J. J., Estrada-Luna, D., . . . Arias-Rico, J. (2021). Young adult's perception of the sexuality of the older adult. *JONNPR*, 6(9), 1196-1208. doi:<https://dx.doi.org/10.19230/jonnpr.4316>
- Humboldt, S., Mendoza-Ruvalcaba, N., Ribeiro-Gonçalves, J., Chávez-Rodríguez, A., Low, G., & Leal, I. (2021). How Do Older Portuguese and Mexican Adults Experience Their Sexual Well-Being? A Cross-Cultural Qualitative Study. *Arch Sex Behav.*, 50(6), 1-11. doi:[10.1007/s10508-021-01994-x](https://doi.org/10.1007/s10508-021-01994-x)
- Lafarja-de Aveiro, B., & Giménez-Amarilla, S. (2022). Sexualidad en adultos mayores de 60 años: Percepción de personas que recurren a las consultas ambulatorias de un hospital. *Revista científica ciencias de la salud.*, 4(1), 4-16. <https://doi.org/10.53732/rccsalud/04.01.2022.04>
- Lee, S., Yang, L., Veronese, N., Soysal, P., Stubbs, B., & Jackson, S. (2019). Sexual Activity is

- Associated with Greater Enjoyment of Life in Older Adults. *Sexual Medicine*, 7(1), 11-18. doi:<https://doi.org/10.1016/j.esxm.2018.11.001>
- López, H., Medina, M., Hernández, P., & Silva, J. (2019). Sexualidad en el adulto mayor, conductas y retos – revisión de la literatura. *Revista Urología Colombiana*, 28(2),121-129. <https://doi.org/10.1055/s-0038-1645849>
- Mora Montes, J., & Mora Encinas, M. (2020). Una mejor comprensión de la sexualidad humana a través del estudio de la asexualidad. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 10(138), 115-132. doi:10.4321/s0211-573520200020007
- Moreno Moreno, D., Castillo Suñol, D., & Cuenca Ramos, N. (2020). LA SEXUALIDAD EN EL ADULTO MAYOR. UNA MIRADA DESDE LO SOCIAL. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales (RCCS)*, 1(2), 1-11. <https://www.eumed.net/rev/caribe/index.html>
- Núñez Ibarra, M. (2021). Percepciones y significaciones del cuerpo y la sexualidad de las adultas mayores, un acercamiento desde los estudios de género. *Revista de ciencias sociales*, 1 (49), 1-30. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7835226>
- Quimis Pazmiño, D. G., Ramos Acosta, M. J., Valle Manzaba, M. A., Zambrano Acosta, H. S., & Ponce Alencastro, J. A. (2024). Sexuality, old age and aging. Updated review in the context of latin american women. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades.*, V(1), 716-729. doi: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i1.1625>
- Ramos Pinilla, A., Thomson Pulgar, D., & Mazzucchelli Olmedo, N. (2019). Envejecimiento, género y sexualidad: aproximación a los significados sobre la sexualidad demujeres mayores en la comuna de Valparaíso. *Revista Pensamiento y Acción Interdisciplinaria*, 4(2), 8-23. <https://doi.org/10.29035/pai.4.2.8>
- Ricoy, A., Obrero, E., Caravaca, F., & De la fuente, Y. (2020). Factors Conditioning Sexual Behavior in Older Adults: A Systematic Review of Qualitative Studies. *Journal of Clinical Medicine*, 9(6), 1-17. doi:<https://doi.org/10.3390/jcm9061716>
- Rodríguez Morales, Z. (2020). La sexualidad en la vejez. 27(77), 273-282. doi: <https://doi.org/10.32870/ees.v27i77.7129>
- Rojas-Alvarado, K. V., Zúñiga-Zamacona, D., Medina-Fernández, A., Carrillo-Cervantes, L., & Trujillo-Hernández, E. (2022). Attitude towards old age as a predictor of attitudes towards sexuality of the elderly in the Mexican population. *Index Enferm*, 31(3), 146-150. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962022000300002&script=sci\\_arttext](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962022000300002&script=sci_arttext)

- Ruiz-Vallejo, F., Cifuentes-Avellaneda, Á., Devía, C., Alfonso, M., Alegría, A., & Vera, C. (2023). Percepciones y experiencias de adultos mayores sobre sexualidad y servicios de salud sexual en Colombia. *Salud UIS*, 55(1), 1-10. <https://doi.org/10.18273/saluduis.55.e:23040>
- Salisu, M., & Dacus, J. (2022). Living in a Paradox: How Older Single and Widowed Black Women Understand Their Sexuality. *J Gerontol Soc Work*, 64(3), 303-333. doi:<https://doi.org/10.1080/01634372.2020.1870603>
- Shen, S., & Liu, H. (2022). Sexual obligation and perceived stress: A national longitudinal study of older adults. *Clin Gerontol*, 44(3), 259-272. doi:<https://doi.org/10.1080/07317115.2020.1869131>
- Sinković, M., & Towler, L. (2019). Sexual Aging: A Systematic Review of Qualitative Research on the Sexuality and Sexual Health of Older Adults. *Sage Journals Home*, 29(9), 1-16. doi:<https://doi.org/10.1177/1049732318819834>
- Slack, P., & Aziz, V. (2020). Sexuality and sexual dysfunctions in older people: a forgotten problem. *BJPsyche Advances*, 26(3), 173-182. <https://doi.org/10.1192/bja.2019.80>
- Torres Mencía, S., & Rodríguez-Martín, B. (2019). Percepciones de la sexualidad en personas mayores: una revisión sistemática de estudios cualitativos. *Rev Esp Salud Pública*, 93(1), 1-17. <https://www.scielosp.org/pdf/resp/2019.v93/e201909059/es>
- Villanueva, J. G., Jiménez - Delgadillo, G. d., & Hernández - Ramírez, C. I. (2020). Estereotipos sobre la sexualidad en la adultez mayor: un análisis desde la perspectiva de género. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 4(7), 27-38.

**Ruth Valeria Heras Lozada** portador(a) de la cédula de ciudadanía N.º **0803579945** y **Ana Cristina Pizarro Ludeña** portador(a) de la cédula de ciudadanía N.º **0705311876**. En calidad de autores y titulares de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Autopercepción y estereotipos en la sexualidad del adulto mayor”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconocemos a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizamos además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

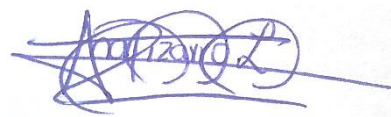
Cuenca, **28 de marzo de 2025**



F: .....

**Ruth Valeria Heras Lozada**

**C.I. 0803579945**



F: .....

**Ana Cristina Pizarro Ludeña**

**C.I. 0705311876**