

Acciones independientes de enfermería dirigidas a la salud sexual del adulto mayor, desde el principio del cuidado, 2019-2020

Independent nursing actions aimed at the sexual health of the elderly, from the beginning of care, 2019-2020

Peralta Pérez, Gleudys¹
Rodríguez Abrahantes, Taimi Nereida^{1*}
Fariña Díaz, Aranelys¹
Del Castillo Salazar, Dasmylis¹

¹ Policlínico Mártires 8 de abril/Departamento Docencia, Quemado de guines, Villa Clara, Cuba, taimirodriguez@infomed.sld.cu*

Resumen:

Introducción: La sexualidad se encuentra presente en todo ser humano y permanece a lo largo de la vida, tema que toma poca importancia cuando el accionar de enfermería es dirigido al adulto mayor.

Objetivo: Diseñar acciones independientes de enfermería orientadas a promover la salud sexual del adulto mayor, desde el principio del cuidado.

Métodos: Se realizó un estudio observacional descriptivo transversal en 21 ancianos pertenecientes al consultorio médico de familia 41-3 del municipio de Quemado de Güines, que conformaron la muestra, de un total de 25 que constituyeron la población estudio. Se utilizó el muestreo cuantitativo no probabilístico por criterios para la selección de la muestra, se incluyeron aquellos que manifestaron participar en el estudio hasta el final, dando su consentimiento y que se encontraban aptos psicológicamente para responder a la encuesta.

Resultados: La investigación reveló que los hombres poseían poco o erróneo conocimiento sobre sexualidad, que el abandono sexual era provocado fundamentalmente por la pérdida de la confianza en sí mismos, que desconocen casi en su totalidad sobre la comunicación afectiva, existieron escasos conocimiento sobre las diferentes actividades sexuales que se preservan en la vejez.

Conclusiones: Las acciones de enfermería independientes fueron valoradas por los especialistas como pertinentes, factibles y elaboradas teniendo en cuenta como principio de enfermería el cuidado de las personas de todas las edades basado en la promoción de salud y la prevención de enfermedades, en este caso hacia la práctica de una adecuada y saludable sexualidad.

Palabras clave: anciano; conducta sexual; conocimientos; sexualidad; acciones independientes; enfermería

Abstract:

Introduction: Sexuality is present in every human being and remains throughout life, an issue that takes on little importance when nursing actions are directed at the elderly.

Objective: Design independent nursing actions aimed at promoting the sexual health of the elderly, from the beginning of care.

Methods: A cross-sectional descriptive observational study was carried out in 21 elderly people belonging to the family doctor's office 41-3 in the municipality of Quemado de Güines, who made up the sample, out of a total of 25 who made up the study population. Non-probabilistic quantitative sampling

was used by criteria for the selection of the sample, including those who stated that they participated in the study until the end, giving their consent and who were psychologically fit to respond to the survey.

Results: The research revealed that men had little or erroneous knowledge about sexuality, that sexual abandonment was caused mainly by the loss of self-confidence, that they are almost completely unaware of affective communication, there was little knowledge about the different sexual activities that are preserved in old age.

Conclusions: The independent nursing actions were valued by the specialists as pertinent, feasible and elaborated taking into account as a nursing principle the care of people of all ages based on health promotion and disease prevention, in this case towards the practice of an adequate and healthy sexuality.

Keywords: elderly; sexual conduct; knowledge; sexuality; independent actions; Nursing

I. INTRODUCCIÓN

Hace más de medio siglo la generalidad de las personas sucumbían antes de cumplir los 50 años de edad, pero una mejor nutrición y unas mejores condiciones de vida en combinación con el avance de las ciencias médicas, han elevado la esperanza de vida en casi todas las regiones del mundo ⁽¹⁾. El grupo de longevos ha dejado de ser inferior y se ha convertido en población significativa para el cuidado de enfermería ⁽²⁾.

Se supone que la población mundial de adultos mayores se duplicará y la mayor parte de ese aumento se producirá en países en progreso ⁽⁴⁾; la pirámide de la población deja de ser cada vez más esa figura geométrica, para convertirse en una pirámide invertida debido al aumento de este grupo poblacional.

Debe tenerse bien definido que el proceso de envejecimiento no conduce inexorablemente a la incapacidad y que tampoco deviene un factor que disminuye el interés sexual, pues la sexualidad forma parte de la personalidad e identidad y representa una necesidad humana que se expresa a través del cuerpo: es el elemento básico de lo femenino y lo masculino. ⁽³⁾

Tal como dijo un escritor español hace dos siglos, la vida sexual es un aspecto mal conocido de la vida de los ancianos; hasta hace poco tiempo era prácticamente inabordable y se hablaba de él sólo cuando era motivo de escándalo.

Aunque aún hay mucha ignorancia con respecto al tema, se puede decir que no existe un límite cronológico que marque la desaparición de la vida sexual. En 1978, Master y Johnson plantearon que la sexualidad en la vejez, lo mismo que en otras etapas del ciclo vital, se debe considerar de gran importancia para la calidad de vida, el desarrollo y la salud de la persona. Por tanto, toda manifestación sexual puede ayudar a una adecuada mantención de la salud y el equilibrio. ⁽⁴⁾

La sexualidad humana se ha convertido en una especialidad de la salud, por cuanto permite vivir y conocer el mundo desde ángulos diferenciados fenotípicamente.

El hombre refleja la realidad en su pensamiento y gracias a ello puede acumular muy variadas experiencias, en cierta medida relacionadas con la conducta individual. ^(5,6)

La sexualidad está relacionada con la forma de ser, de pensar, de sentir, de actuar y, como fue mencionado anteriormente, de relación consigo mismo y con los demás; el desarrollo sexual comienza antes del nacimiento y como tal permanece a lo largo de la vida hasta la vejez. ⁽⁷⁾

Las necesidades económicas, de salud, sociales y afectivas se encuentran presentes en el adulto mayor y le afectan. Siendo el afecto expresión de la sexualidad, se evidencia que la falta de éste repercute de manera importante en la calidad de vida del adulto mayor, al igual que aspectos como la situación y las preocupaciones económicas influyen en la sexualidad afectando la actividad y el deseo sexual, en muchas ocasiones definidas sólo desde el aspecto físico y relacionado con la actividad coital; sin embargo, comprenden otras actitudes, conductas y prácticas como la necesidad de interacción, intimidad y afecto. ⁽⁴⁾

Ante los cambios propios de la edad, el adulto mayor debe ajustarse para vivir de una manera adecuada su sexualidad contando con el conocimiento, acompañamiento y asesoramiento de un profesional de enfermería que sea facilitador del tema y lo guíe de un modo apropiado.

Tomando como referencia un trabajo investigativo realizado en el año anterior en el municipio de Quemado de Güines a cerca del comportamiento de la sexualidad en adultos mayores en un área de sa-

lud, donde los resultados demostraron que aún sigue siendo motivación de investigación este campo en los longevos por encontrarse generalizado este problema, proponemos en esta ocasión como interrogante científica, la siguiente:

¿Qué acciones independientes de enfermería se pueden proponer hacia la orientación y promoción de la salud sexual del adulto mayor, en una comunidad de un área de salud perteneciente al municipio de Quemado de Güines?

Por resultante, el objetivo de este trabajo responde al problema científico y sugiere diseñar acciones independientes de enfermería orientadas a la promoción de la salud sexual del adulto mayor, desde el principio del cuidado, esta vez en un estudio realizado en el CMF 41-3 donde las experiencias encontradas son similares al estudio anterior, lo cual exige una actuación diferente en aras de una mejor calidad de vida.

II. MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional descriptivo transversal en 21 ancianos pertenecientes al consultorio médico de familia 41-3 del municipio de Quemado de Güines, que conformaron la muestra, de un total de 25 que constituyó la población estudio. Se utilizó el muestreo cuantitativo no probabilístico por criterios para la seleccionar la muestra, se incluyeron aquellos que manifestaron participar en el estudio hasta el final, dando su consentimiento y que se encontraban aptos psicológicamente para responder a las preguntas que les fueron formuladas, se excluyeron aquellos ancianos que no residían permanentemente en el área de salud y como criterio de salida, los longevos que desearon abandonar el estudio o fallecieron.

Los datos primarios de interés se obtuvieron a través de conversatorios y dinámicas de grupos; otros métodos empíricos como la encuesta encaminada a indagar sobre factores negativos existentes que incidían en el abandono sexual (trastornos emocionales, pérdida del cónyuge, mitos, enfermedades u otros), así como la exploración de otras variables de interés.

Luego de esta etapa diagnóstica se propusieron acciones independientes de enfermería orientadas a la promoción de la salud sexual del adulto mayor y que fueron valoradas por expertos en cuanto a pertinencia y factibilidad, al ser aplicables en el área de salud por constituir el envejecimiento poblacional y su actuar para mejorar la calidad de vida un problema de salud vigente en el mundo y en especial en el país y factible por contar con los recursos necesarios para llevar a cabo la investigación.

Se tuvieron en cuenta especialistas con más de diez años en la profesión, un master en longevidad satisfactoria, un psicólogo, especialistas en Medicina General Integral y un promotor de la salud, a quienes se les aplicó un cuestionario que les permitió valorar las acciones propuestas.

Se utilizó el método estadístico matemático, que determinó exponer los resultados en números y porcentajes como medida de resumen.

Normas éticas:

Previo a la aplicación del instrumento se contó con el consentimiento informado de los participantes con la aprobación del CEI y Consejo Científico del área de salud. Se respetaron los principios de las investigaciones en sus normas emitidas por la declaración de Helsinki.

III. RESULTADOS

Como puede apreciarse en la tabla 1, en la serie predominó el grupo etáreo de 65-69 años (28,57 %) y 75-79 años (33,33%) y el sexo masculino (61,90 %). Investigadores, destacan la importancia de que la tercera edad no es sinónimo de incapacidad sexual, solo cambia la intensidad de su respuesta y continúa siendo placentera.⁽⁹⁾

Tabla 1 Distribución de frecuencia según grupo de edad, sexo, en ancianos del CMF 41-3. Quemado de Güines, 2019-2020

Grupos etáreos	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino			
	No	%	No	%	No	%
60-64	3	23,07	-	-	3	14,28
65-69	4	30,76	2	25,00	6	28,57
70-74	1	7,69	2	25,00	3	14,28
75-79	3	23,07	4	50,00	7	33,33
80 y mas	2	15,38	-	-	2	9,52
Total	13	61,90	8	38,09	21	100,00

Fuente: Encuesta.

En cuanto al grado de conocimiento sobre sexualidad (tabla 2) se puso de relieve que los hombres conocían menos acerca de ello (48,29%) o tenían más conceptos erróneos al respecto que las mujeres, aunque es relevante el desconocimiento en ambos (42,85%). En los hombres no se presenta ninguna señal biológica; el declinar sexual es lento y fundamentalmente los cambios relacionados con la edad son la menor velocidad y duración de la erección^(9, 10,11). En la mujer, el proceso de envejecimiento tiene una marca biológica clara que es la menopausia; esta y los procesos de climaterio crean nuevas condiciones fisiológicas para la actividad sexual⁽⁴⁾. No se puede desligar que los cambios físicos inherentes al paso de los años y propios del envejecimiento pueden afectarla.

Tabla 2 Distribución de frecuencia según grado de conocimiento sobre los cambios fisiológicos, anatómicos y funcionales que ocurren en la vejes por sexo

Sexo	No		Sí		Escasos C.		Total	
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Masculino	6	75,00	-	-	4	19,04	10	48,29
Femenino	2	25,00	-	-	-	-	2	9,52
Ambos	-	-	9	48,85	-	-	9	42,85
Total	8	38,09	9	48,85	4	19,04	21	100,0

Fuente: Encuesta.

Entre los factores que incidían en el abandono sexual (tabla 3), el primer lugar fue ocupado por la pérdida de confianza en sí mismos (28,5 %) y el segundo, compartido, por los trastornos emocionales y la pérdida del cónyuge (42,85). La pérdida de confianza en sí mismo no constituye una enfermedad como tal, pero con el tiempo puede convertirse en ello. Además del placer, el sexo y las relaciones sexuales, la sexualidad comprende aspectos como el afecto y las relaciones humanas, por lo tanto, la sexualidad es un aspecto inherente al ser humano, que está presente en el transcurrir de la vida, hace parte de su bienestar e influye en su calidad de vida.

Tabla 3 Distribución de frecuencia según conocimientos sobre los factores incidentes en el abandono sexual

Factores	Tiene Conocimientos	
	No.	%
Emocionales	9	42,85
Pérdida de la pareja	9	42,85
Pérdida de confianza en sí mismo	10	47,61
Afrontamiento familiar inadecuado	1	4,76
Mitos, obsesiones	2	9,52
Padecimiento	5	23,80
Perdida del placer sexual	2	9,52

Fuente: Encuesta.

La tabla 4 muestra el conocimiento sobre la comunicación afectiva, se destacó el predominio del concepto errado en los hombres longevos para un 66,66%. El anciano se enfrenta a un nuevo lenguaje sexual, en el que prevalece la dimensión afectiva y cobra importancia el sentimiento profundo; es decir, de un lenguaje biológico cuantitativo se pasa a uno aprendido, cualitativo, relacionado con la intimidad y el compromiso de ambas partes. ⁽¹²⁾

Tabla 4. Distribución de frecuencia según conocimientos sobre la comunicación afectiva

Sexo	No		Sí		Total	
	No.	%	No.	%	No.	%
Masculino	14	77,77	-	-	14	66,66
Femenino	4	22,22	-	-	4	19,04
Ambos	-	-	3	14,28	3	14,28
Total	18	85,71	3	14,28	21	100,0

Fuente: Encuesta.

En cuanto al conocimiento sobre las diferentes actividades sexuales que se preservan en la vejes (Tabla 5), se manifestó el predominio del placer sexual (57,14%), seguido de los lazos de complicidad en un 53,28%. Comparado con el individuo joven, en el anciano disminuye la frecuencia de las relaciones y aumenta la de otras actividades sexuales, como aproximaciones físicas, tocamientos, caricias, lapsos de intimidad emocional, de complicidad, de relación de compañía, de dormir juntos. También aumenta la masturbación. ⁽⁴⁾

Tabla 5. Distribución de frecuencia según conocimiento sobre las diferentes actividades sexuales que se preservan en la vejes.

Factores	No.	%
Placer sexual	12	57,14
Caricias	9	42,85
Lazos de complicidad	11	53,38
Aproximación física	3	14,28
Tocamiento	4	19,04
Masturbación	8	38,09

Fuente: Encuesta.

Las acciones de enfermería en cuanto a sexualidad en el anciano representan una gran ventaja, tanto para el paciente como para el profesional que las ha de aplicar. Las acciones independientes están encaminadas a resolver los problemas o situaciones clínicas que son responsabilidad directa y dependen del grado de competencia y pericia del personal que brinda el cuidado.

Propuesta de acciones independientes de enfermería orientadas a promover la salud sexual en el adulto mayor desde el principio del cuidado.

El enfermero debe indagar sobre la sexualidad dejando de lado los prejuicios y los tabúes que siempre han sido asociados a este tema y brindar cuidado sobre los cambios propios del envejecimiento y las situaciones que repercuten en la vida sexual de los adultos mayores.

1. Utilizar técnicas participativas individuales o grupales como cara a cara, charlas educativas, entrevistas, que permitan indagar, orientar, acompañar, dar claridad y tener en cuenta los factores físicos, psicológicos y sociales, con el fin de mejorar el conocimiento y la práctica de una adecuada y saludable sexualidad.
2. Orientar sobre medidas básicas como el control médico, para la formulación de medicamentos en forma adecuada o la simple recomendación de vivir una sexualidad plena y saludable, teniendo presente que es parte inherente de la vida de un adulto mayor, enfatizando en que ésta se compone también de abrazos, caricias y besos.
3. Educarlos a través de intervenciones educativas y fomentar en ellos la prevención de infecciones de transmisión sexual que, como el VIH, repercute negativamente en su bienestar, utilizando medios visuales, plegables, pancartas, etc.
 - ✓ El utilizar medicamentos para mejorar la disfunción eréctil y continuar una vida sexual activa con comportamientos de riesgo, debido a factores sociales presentes en esta etapa de la vida como los cambios de pareja debido a la viudez, hace que los adultos mayores sean más susceptibles a adquirir infecciones de transmisión sexual (ITS), siendo la más relevante el virus de inmunodeficiencia adquirida (VIH) por todas las implicaciones y estigma que conlleva.
4. Brindar cuidado de enfermería reforzando los aspectos positivos de la sexualidad en las visitas al hogar, en invitaciones a lugares de esparcimiento y recreación.
 - ✓ El conocer las ventajas de la sexualidad en el adulto mayor se hace importante, en la vejez hace que se motive y se den soporres necesarios para que las parejas vean y vivan la sexualidad de una manera positiva y normal, lo que contribuye a su bienestar.
5. Abordar el tema con conocimiento y preparación por el personal de enfermería acerca de los deseos y preferencias sexuales en lugares que proporcione confort y confianza para ambas partes, tales como reuniones individuales o colectivas, sugeridas preferentemente por el interesado.
 - ✓ Es importante resaltar que la cultura y la crianza influyen en la educación sexual impartida y que un número importante de adultos mayores actuales han sido educados para no hablar de sexo, mucho menos para hablar con sus parejas de sus deseos y preferencias sexuales, así como tampoco hablar con sus hijos al respecto.
6. Brindar desde el cuidado de enfermería a este grupo poblacional que ha sufrido pérdidas conyugales, la creación de nuevos vínculos afectivos estables y seguros.
 - ✓ Conseguir que los adultos mayores se mantengan dentro de un sistema de vida de pareja, de familia, que tengan amistades y se integren en actividades grupales.
7. Dentro del cuidado de enfermería brindado en torno a la sexualidad en la vejez, procurar que los adultos mayores se reconcilien con su figura corporal y que se acepten y/o asuman los cambios que supone el proceso de envejecimiento, teniendo presente que la sexualidad no solo incluye el contacto físico.

En el cuidado brindado al adulto mayor es importante tener en cuenta que la sexualidad hace parte del bienestar y de la calidad de vida, de la misma forma que lo es para otros grupos de edad.

El total de especialistas valoraron las acciones diseñadas como pertinentes y factibles.

IV.CONCLUSIONES

Se destacó el diseño de acciones independientes de enfermería valoradas por especialistas como pertinentes, factibles y elaboradas teniendo en cuenta como principio de enfermería el cuidado de las personas de todas las edades basado en la promoción de salud y la prevención de enfermedades, en este caso hacia la práctica de una adecuada y saludable sexualidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1-Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Envejecimiento, derechos humanos y políticas públicas. Importancia de la sexualidad en el adulto mayor: una mirada desde el cuidado de enfermería [Internet] 2015 [Citado 21 de marzo de 2022] Disponible en: http://social.un.org/ageingworking-group/documents/ECLAC_sp
2. Organización Panamericana de la Salud. Indicadores básicos de salud, situación de salud en Colombia. [Internet] 2016 [citado 21 de marzo de 2022] Disponible en: http://achc.org.co/documentos/investigación/estadísticas_sector/externas/OPS/10.
- 3- Organización mundial de la salud. Envejecimiento y ciclo de vida. [Internet] 2017 [citado 21 de marzo de 2022]. Disponible en: http://www.who.int/features/factfiles/ageing/ageing_facts/es/index.html
- 4- Mitos y estereotipos en la sexualidad del adulto mayor. Conferencia dictada en el marco del IV Congreso Latinoamericano de Geriátría y Gerontología, Simposio: Sexualidad. [Internet] 2017 sept. [Citado 21 de marzo de 2022] Disponible en: <https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/PuestaDia/Congresos/650>
- 5- González Suárez E. Conocimiento y evolución de la humanidad. ACIMED [Internet]. 2004 Abr [citado 2022 Mar 22]; 12(2): 1-1. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-94352004000200009&lng=es.
- 6- Cañedo Andalia R. Análisis del conocimiento, la información y la comunicación como categorías reflejas en el marco de la ciencia. ACIMED [Internet]. 2016 ago. [citado 2022 Mar 22]; 11(4). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-94352003000400002&lng=es.
- 7- Leyva Martín Y, Artiles de León I, Flórez Madan L, Cano López AM, Bravo Fernández O, Castro Espín M, et al. Salud sexual, sexualidad y trastornos sexuales. En: Álvarez Sintés R. Temas de medicina general integral. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 2001; 1:46-56.
- 8- Quevedo León L. Importancia de la sexualidad en el adulto mayor: una mirada desde el cuidado de enfermería. Revista Cultura del Cuidado. [Internet] 2016 [citado 21 de marzo 2022]; 10 (2): 70-79. Disponible en: <http://www.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD18402.pdf>
- 9- Vásquez BA. Amor y sexualidad en las personas mayores, transgresiones y secretos. Barcelona: Editorial Gedisa; [Internet] 2016 [citado 21 de marzo 2022] Disponible en: <https://www.abebooks.co.uk/Amar-sexualidad>.
- 10- Stacy TL, Philip SM, Laumann, EO, Levinson W, Colm AO, Linda JW. A study of sexuality and health among older adults in the United States. The New Journal England of Medicine. [Internet] 2017 [citado 21 de marzo 2022] (357): 762-774 Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17715410/>

11- Monteagudo Peña G, Lastres Castro L, Ledón Llanes L, Gómez Alzugaray M, Ovies Carballo G, Álvarez Seijas E et al. Cambios en la erección en adultos mayores, su relación con la testosterona sérica y otros factores. Rev cubana Endocrinol [Internet]. 2016 dic [citado 2022 Abr 19]; 27 (3): 4-16. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-29532016000300002&lng=es.

12- Guadarrama RM, Ortiz ZM, Moreno CY, González PA. Características de la actividad sexual de los adultos mayores y su relación con su calidad de vida, Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas. [Internet] 2018 [citado 21 de marzo 2022]; 15 (2): 72-79. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=30177>