

La sexualidad de las mujeres mayores. Perspectiva evolutiva y psicosocial*

Anna Freixas-Farré
Bárbara Luque-Salas
Universidad de Córdoba

El objetivo de nuestra investigación ha sido conocer la práctica y la experiencia de la sexualidad en tres grupos de mujeres (entre 50 y 80 años). Los datos, cuantitativos y cualitativos, se han recogido a través de un cuestionario de elaboración propia y de entrevistas grupales. Los resultados de los 729 cuestionarios y de los ocho grupos de discusión revelan una diferencia cualitativa en la realidad de la sexualidad después de los 70 años. Tener o no tener pareja y la disposición interior hacia las relaciones afectivosexuales determinan la posibilidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria después de la menopausia. Las mujeres heterosexuales se muestran más insatisfechas con su sexualidad en la edad mayor que las de opción lesbiana. El autoerotismo es la práctica sexual más instaurada a todas las edades.

Palabras clave: envejecimiento, investigación feminista, mujeres mayores. sexualidad.

Older's women sexuality. Developmental and psychosocial perspective

The aim of our research is to unveil the practice and experience of sexuality in three groups of women between age 50 and 80. Both qualitative and quantitative data have been collected through focus groups and a questionnaire drawn up by our research team. Our sample group was composed of 729 women. The data collected reveal a qualitative difference in the reality of sex over the age of 70. The fact of having a partner or not, as well as the willingness to establish sexual affective relationships, determine the likelihood for enjoying a satisfactory sexual life after menopause. Heterosexual women are more unsatisfied

* *Agradecimientos:* esta investigación ha dispuesto de la financiación del Ministerio de Ciencia e Innovación, a través de una acción complementaria del Plan Nacional de I+D+I CSO2008-04358-E.

Correspondencia: Anna Freixas-Farré. Departamento de Psicología. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Córdoba. Av. San Alberto Magno s/n, 14071, Córdoba. Correo electrónico: afreixas@uco.es

in older age than those of lesbian orientation. Autoeroticism is the most established sexual practice in women of all ages.

Keywords: *Aging, feminist research, older women, sexuality.*

Introducción

La sexualidad de las mujeres mayores constituye uno de los espacios de silencio más importantes en nuestra cultura, un tema sobre el que disponemos de pocas investigaciones y conocimiento contrastado. La investigación disponible se ha centrado en la transición menopáusica, los cambios hormonales, las disfunciones y el malestar sexual, ofreciendo una información de carácter estadístico (Howard, O'Neill y Travers, 2006).

En los últimos años ha habido un cambio notable en las actitudes hacia la sexualidad, sin embargo la creencia de que las personas mayores son asexuales, que no tienen deseos eróticos, está fuertemente arraigada (Walz, 2002; López, 2012). Los primeros estudios longitudinales sobre vejez y sexualidad mostraban que los adultos mayores mantienen un interés sostenido en la sexualidad a lo largo de toda la vida (Bretschneider y McCoy, 1988) y en los trabajos pioneros de Masters y Johnson (1966) se constata que la capacidad de goce sexual de las mujeres no decrece con la edad.

En este momento encontramos diversas posiciones teóricas para explicar la evolución de la conducta afectivosexual en el ciclo vital. Por una parte, los planteamientos de la perspectiva biomédica consideran la sexualidad como algo intrínseco, natural y universal, planteando que el deseo femenino disminuye de manera natural con la menopausia (Buss, 1998). Por otra parte, la perspectiva social señala el peso de los factores intrapersonales, interpersonales y socioculturales en la experiencia sexual, especialmente a partir de la mediana edad. En este marco, la epistemología feminista y la perspectiva cultural resaltan los elementos contextuales, emocionales y afectivos que influyen sobre la sexualidad femenina (Freixas y Luque, 2009; Wood, Kock y Mansfield, 2006).

Numerosos estudios contienen consideraciones negativas acerca de la vivencia sexual de las mujeres postmenopáusicas. La pérdida de deseo se suele explicar a partir de los cambios hormonales de la menopausia, sin valorar otros elementos de gran importancia: los *aspectos socioculturales y educativos* que censuran la sexualidad en la vejez; los *aspectos relacionales y de pareja* –o la falta de pareja–; los *aspectos psicológicos* –el estrés, los procesos internos y la salud– y las *situaciones de carácter práctico y coyuntural* –los arreglos de vida que limitan la práctica sexual en la vejez– (Ginsberg, Pomerantz y Kramer-Feeley, 2005).

En cuanto a la opción sexual la investigación evolutiva suele partir del presupuesto de la heterosexualidad normativa (Rich, 1980/2001), por lo que las lesbianas mayores afrontan una triple discriminación: a la invisibilidad de ser mujeres y mayores añaden la de su opción sexual.

Objetivo y contexto sociocultural

Presentamos una síntesis de los resultados de nuestra investigación que ha tenido por objetivo conocer la vivencia, práctica y experiencia de la sexualidad en mujeres mayores de 50 años. En el periodo que abarca los años de nacimiento de nuestras participantes –1926/1958– se produjeron en nuestro país acontecimientos de enorme trascendencia política, social y educativa. Se pasó de la República al franquismo –1936/1975– y la sexualidad pasó a ser un tema tabú, se suprimieron los derechos sexuales de las mujeres y la religión señaló como pecado toda vivencia sexual. El franquismo marcó la infancia y juventud de nuestras participantes. Sin posibilidad de divorciarse, de controlar su natalidad, las mujeres españolas vivieron una sexualidad reproductiva; carecieron de educación afectivosexual y tuvieron muchos hijos e hijas. Tenían 40 años al final del franquismo (1975) y cuando se aprobó la ley del divorcio (1983) tenían ya 50 años. La educación recibida por nuestras participantes más jóvenes fue menos restrictiva. En 1970 cuando se aprueba la escuela mixta tenían ya 12 años y las esencias del franquismo empezaban a debilitarse. Cuando llega la democracia tienen más de 20 años y los beneficios del cambio político marcarán su vida sexual y afectiva.

Método

Esta investigación se enmarca en la metodología de investigación feminista de carácter interpretativo en la que se reconoce la validez de la experiencia de las mujeres a partir de su propia voz (Hesse-Biber y Yaiser, 2004), el papel de la subjetividad y la reflexividad en el proceso de investigación (Harding, 1987; Reinharz, 1992) y el carácter sociocultural también define la perspectiva feminista de este trabajo (Crawford y Kimmel, 1999).

Instrumentos

La recogida de datos se ha realizado a través de un *cuestionario* de 28 preguntas (cerradas o dicotómicas, otras de elección múltiple y otras abiertas) de elaboración propia y de ocho *entrevistas grupales* llevadas a cabo en diversas ciudades, con participantes de distintas edades, opciones sexuales y situaciones afectivas.

Participantes

729 participantes han respondido al cuestionario. Hemos conseguido su colaboración a través de la técnica de la “bola de nieve” (Taylor y Bogdan, 1984/1986: 109): *conocer a algunas informantes y lograr que ellas nos presenten*

a otras y también hemos dispuesto de la colaboración de personas que tenían acceso a grupos de mujeres mayores. Nuestros criterios de selección han sido: mujeres de más de 50 años –sin límite de edad– y de cualquier opción sexual.

Resultados

Hemos recogido información cualitativa y cuantitativa. Los datos cualitativos proceden de las narraciones de las participantes en los diferentes grupos de discusión y de las preguntas abiertas del cuestionario.

Los datos cuantitativos se han analizado utilizando la base de datos de Microsoft Access y la información cualitativa ha sido categorizada y analizada convenientemente. Las entrevistas grupales han sido transcritas en su totalidad y analizadas a través del programa NVivo9. Para el análisis de los datos se ha llevado a cabo una codificación abierta (Stake, 1995; Simons, 2011; Gott y Hinchliff, 2003; Frith, 2000).

En este artículo, que supone un avance de la amplia investigación que hemos realizado, presentamos únicamente los resultados cuantitativos que, a modo de panorámica, nos permiten ofrecer una perspectiva general.

La configuración de la población que ha respondido al cuestionario (N=729) se ajusta a los parámetros recogidos en la tabla 1 de la página siguiente.

Edad: la distribución obtenida revela la mayor facilidad de las mujeres más jóvenes para hablar de su sexualidad y su mayor alfabetización académica e informática.

Opción sexual: la proporción de mujeres no heterosexuales de nuestra población se sitúa algo por debajo de la población general –probablemente debido a la sensibilidad del tema y la coyuntura sociocultural de las participantes– (Gott y Hinchliff, 2003).

Nivel educativo: el tipo y el objetivo del cuestionario han determinado las características de nuestra población que se sitúa en términos educativos y laborales por encima de la media. El nivel educativo muestra una relación inversa entre estudios y edad: a menor edad, mayor nivel.

Pareja afectiva y relaciones sexuales: 7 de cada 10 participantes tiene pareja afectiva, con quien el 64% mantiene relaciones sexuales. El 44% mantiene relaciones sexuales, además, consigo misma.

Prácticas actuales de sexualidad

Tres prácticas superan el 50% de implantación –sexo vaginal, besos y caricias y masturbación– (ver tabla 2, página 218). Otras prácticas frecuentes son masturbación mutua y sexo oral. El sexo anal y el cibersexo son prácticas puntuales.

TABLA I: PERFIL PARTICIPANTES.

Participantes		n	%		
Edad	50-59	492	67,49		
	60-69	190	26,06		
	70 y más	47	6,45		
Pareja afectiva	Sí	504	69,14		
	No	214	29,36		
	No contesta	11	1,50		
Relaciones sexuales con:	Pareja afectiva	478	66,57		
	Consigo mismo	324	44,44		
	Voluntariamente abstengo	69	9,47		
	Otra persona	63	8,64		
Opción sexual	Más de una persona	30	4,12		
	Heterosexual	675	92,59		
	Lesbiana/bisexual	54	7,41		
<i>Nivel estudios</i>					
	<i>50-59 años</i>	<i>60-69 años</i>	<i>70 y más</i>	<i>Total</i>	
Primarios + ninguno	n	37	34	19	90
	%	7,52	17,89	40,43	12,35
Bachiller + intermedios	n	72	25	4	101
	%	14,63	13,16	8,51	13,85
Universitarios	n	339	108	12	459
	%	68,9	56,84	25,53	62,96
No contesta	n	44	23	12	79
	%	8,94	12,11	25,53	10,84
Total	n	492	190	47	729
	%	100	100	100	100

Deseos de cambio o mejora

La reflexión acerca de qué se desea cambiar o mejorar se organiza en tres unidades de significado (ver tabla 3, página 219):

1. *Prolegómenos y desarrollo de calidad*: se desea una sexualidad más delicada, tierna y sensual. Una erótica en la que prevalezca la calidad.
2. *Mayor intensidad sexual*: se reclama una relación más apasionada y frecuente. El deseo de disfrutar de más sexo predomina en los tres grupos de edad, siendo mayor en las mujeres lesbianas. El reclamo mayor en las mujeres heterosexuales es de carácter afectivo.
3. *Mayor libertad personal*: el 17% reconoce hacer sexo con el fin de contentar a la pareja. Se plantean tener una actitud más activa, tomando una mayor iniciativa sexual.

TABLA 2: PRÁCTICAS SEXUALES ACTUALES.

<i>Prácticas actuales</i>	<i>Total (729=100%)</i>	<i>50-59 años (492=100%)</i>	<i>60-69 años (190=100%)</i>	<i>70 y más (47=100%)</i>
Sexo vaginal	63,51	70,33	56,84	19,15
Besos y caricias	55,14	59,96	49,47	27,66
Masturbación	50,48	55,69	43,16	25,53
Masturbación. mutua	40,19	45,73	33,68	8,51
Sexo oral	37,72	44,51	27,37	8,51
Sexo anal	7,82	9,15	6,32	0
Cibersexo	1,92	2,85	0	0
Ninguna	10,43	7,11	9,47	48,94

Las dificultades sexuales

El 45,82% reconoce haber experimentado una disminución del deseo, aunque, por oposición, el 54,18% no lo ha experimentado; contrarrestando la creencia popular de que se trata de un hecho inevitable. Se produce en una proporción similar en todas las edades (ver tabla 4, página 219).

Origen de las dificultades sexuales

Los argumentos se distribuyen en tres bloques: desimplicación personal, elementos de carácter físico y falta de pareja (ver tabla 5, página 220).

Las puntuaciones más altas atribuyen las dificultades en la sexualidad a una *falta de motivación personal*. Sienten que *están en una etapa distinta* respecto a la sexualidad de otros tiempos y viven un proceso de *desimplicación hacia la sexualidad* –31,3% en las más jóvenes y 44,68% en las mayores–.

El estrés, el cansancio y el malestar con la propia imagen corporal son elementos que afectan su satisfacción sexual (Carrobbles, Gámez-Guadix y Almendros, 2011).

No tener pareja supone una dificultad importante después de los 70 años (AARP, 2010). Un 24% de lesbianas reconoce que este hecho incide en su vida sexual (18% heterosexuales).

Evolución del deseo sexual

La pérdida de deseo sexual es el argumento sobre el que pivotan gran parte de las explicaciones clínicas acerca de la sexualidad en la edad mayor (ver tabla 6, página 220).

TABLA 3: DESEOS DE CAMBIO / MEJORA EN SEXUALIDAD.

Deseos de cambio / mejora	Prolegómenos y desarrollo de calidad				Mayor intensidad sexual			Mayor libertad personal	
	Más sensualidad	Más caricias	Más ternura	Más tiempo	Más intimidad	Más pasión	Más frecuencia	Sentir menos obligación	Tomar más iniciativa
50-59 años	35,37	29,47	22,97	20,73	9,96	31,71	33,54	18,29	16,26
60-69 años	24,74	30	24,74	17,89	9,47	26,32	26,32	16,32	11,58
70 y más	14,89	2,4	19,15	4,26	2,13	14,89	6,38	12,77	2,13
Heterosexual	31,56	30,52	24,15	18,67	9,48	28,3	28,74	17,48	14,52
Lesbiana/Bisexual	27,78	12,96	11,11	22,22	7,41	40,74	44,44	16,67	9,26
Total	31,28	29,22	23,18	18,93	9,33	29,22	29,99	17,42	14,13

TABLA 4: DIFICULTADES SEXUALIDAD ACTUAL.

Dificultades actuales	Disminución deseo	Sequedad vaginal	Me cuesta entrar en calor	Diffcil alcanzar orgasmo	Incomodidad, molestia, física
50-59 años	46,14	30,89	27,44	20,93	14,02
60-69 años	45,79	31,58	16,32	19,47	8,42
70 y más	42,55	12,77	6,38	8,51	12,77
Total	45,82	29,9	23,18	19,75	12,48

TABLA 5: FACTORES QUE AFECTAN A LA SEXUALIDAD ACTUAL

<i>Factores que afectan a la sexualidad actual</i>	<i>Total</i> (729=100%)		<i>50-59 años</i> (492=100%)		<i>60-69 años</i> (190=100%)		<i>70 y más</i> (47=100%)		<i>Heterosexual</i> (675=100%)		<i>Lesb-Bisex</i> (54=100%)	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Falta motivación personal	Desinterés por mi parte	33,06	31,3	34,74	44,68	33,48	27,78					
	Estoy en etapa distinta	31,55	31,5	31,58	31,91	32,15	24,07					
	Estrés y cansancio	24,69	30,89	14,74	0	24,3	29,63					
Corporales	Mi imagen corporal	15,91	16,87	14,74	10,64	15,11	25,93					
	Falta de pareja	18,38	17,48	17,89	29,79	17,93	24,07					

TABLA 6: EVOLUCIÓN DEL DESEO SEXUAL.

<i>Evolución del deseo sexual</i>	<i>Ha disminuido</i>		<i>Ha aumentado</i>		<i>No ha cambiado</i>		<i>No contesta</i>		<i>Total</i>	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
50-59 años	328	66,67	101	20,53	8	1,63	55	11,18	492	100
60-69 años	135	71,05	27	14,21	4	2,11	24	12,63	190	100
70 y más	36	76,6	1	2,13	2	4,26	8	17,02	47	100
Heterosexual	466	69,04	115	17,04	13	1,93	81	12	675	100
Lesbiana/Bisexual	33	61,11	14	25,93	1	1,85	6	11,11	54	100
Total	499	68,45	129	17,7	14	1,92	87	11,93	729	100

Un porcentaje importante de participantes afirma que su deseo sexual ha disminuido en los últimos años. Un porcentaje bastante menor, pero no despreciable, confirma que ha aumentado. Se observa un descenso progresivo del deseo en función de la edad. También con la edad disminuye el número de personas que afirma que su deseo ha aumentado con los años, siendo casi nulo a partir de los 70 años. El sostenimiento del deseo se muestra mayor en las mujeres lesbianas.

Argumentos explicativos acerca de la disminución del deseo sexual (ver tabla 7, página siguiente)

El problema está en mí: identifican una progresiva disipación del deseo y del papel que ocupa la sexualidad en su vida actual.

Circunstancias de pareja: no tener pareja sexual contribuye a la disminución del deseo. Disponer de una relación de pareja de larga duración se argumenta también como causa de un menor interés sexual.

El problema está en la pareja: solo un 8,33% identifica su menor interés sexual en las prácticas de la pareja. Se asume la sexualidad como un proceso de gestión personal.

Las mujeres más mayores muestran dos realidades contundentes:

1. El 44,68% no tiene pareja sexual.
2. El 42,55% afirma que la sexualidad no es importante para ellas.

En ambas, sus porcentajes doblan con creces los de sus compañeras de edades inferiores. Además, las mujeres de la edad intermedia (60-69 años) tienen un elevado nivel de ‘queja’ en lo que se refiere a la relación con la pareja: sitúan sus problemas en el ámbito ‘el problema está en mi pareja’, especialmente en que es poco hábil y está poco interesada por el sexo. Mostrando un interés por la sexualidad no correspondido.

En cuanto a la opción sexual casi todas las razones afectan en un porcentaje superior a las mujeres heterosexuales, a excepción del argumento que aduce la falta de pareja sexual, situación que las mujeres lesbianas ya habían mostrado.

El aumento del deseo (ver tabla 8, página siguiente)

Gestión de la propia sexualidad: la mejora se reconoce ligada a procesos personales de identificación y puesta en práctica del deseo. Las propuestas más frecuentes se refieren al conocimiento del propio cuerpo, del deseo y de la libertad personal para expresarlo. Un pequeño porcentaje (2,06%) identifica una mejora a partir de la satisfacción de los deseos lesbianos y se distribuyen uniformemente en los tres grupos de edad.

TABLA 7. ATRIBUCIÓN DISMINUCIÓN DESEO SEXUAL.

<i>Atribución disminución deseo sexual</i>	<i>Total</i> (729=100%)		<i>50-59 años</i> (492=100%)		<i>60-69 años</i> (190=100%)		<i>70 y más</i> (47=100%)		
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	
El problema está en mí	No siento deseos sexuales	233	31,96	166	33,74	53	27,89	14	29,79
	Tengo menos fantasías sexuales	152	20,85	109	22,15	40	21,05	3	6,38
	La sexualidad no es importante para mí	125	17,15	65	13,21	40	21,05	20	42,55
Circunstancias de pareja	Tengo problemas de salud	66	9,05	41	8,33	16	8,42	9	19,15
	Tengo pareja de larga duración	138	18,93	93	18,9	40	21,05	5	10,64
	No tengo una pareja sexual	140	19,20	84	17,07	35	18,42	21	44,68
El problema está en la pareja	Mi pareja es poco hábil en este campo	72	9,88	47	9,55	22	11,58	3	6,38
	Mi pareja está poco interesada por sexo	59	8,09	37	7,52	19	10	3	6,38
	Pareja mayor con problemas funcionales	60	8,23	24	4,88	28	14,74	8	17,02

TABLA 8: ATRIBUCIÓN AUMENTO DESEO SEXUAL.

<i>Atribución aumento deseo sexual</i>	<i>Total</i> (729=100%)		<i>50-59 a</i> (492=100%)		<i>60-69 a</i> (190=100%)		<i>70 y más</i> (47=100%)	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Gestión de la propia sexualidad	Conozco mejor mi cuerpo y deseo	20,30	2,77	21,54	4,38	19,47	10,64	22,64
	Me siento más libre para expresar deseo	18,93	2,60	21,14	4,30	15,79	8,51	18,12
	Tengo más fantasías sexuales	7,82	1,07	8,54	1,73	7,37	2,13	4,76
Relacionados con embarazo	He realizado deseos lesbianos	2,06	0,28	2,03	0,41	2,11	2,13	4,53
	No utilizar anticonceptivos	12,21	1,67	13,21	2,69	12,11	2,13	2,59
Aspectos coyunturales	No tengo miedo al embarazo	12,07	1,66	12,4	2,52	13,68	2,13	4,53
	Tengo más tiempo y tranquilidad	11,66	1,60	10,98	2,23	14,21	8,51	18,32
La situación de relación pareja	Tengo una nueva pareja	7,00	0,96	8,94	1,81	3,68	0	0,00
	He renegociado relación sexual	6,45	0,88	6,5	1,32	7,89	0	0,00

Las más jóvenes muestran una mayor capacidad de gestión erótica, especialmente en la libertad para expresar los deseos. Las mujeres lesbianas obtienen porcentajes más altos en todos los ámbitos de gestión de la sexualidad: conocimiento del cuerpo, del deseo y en la libertad para expresarlo.

Relacionados con el embarazo: no temer el embarazo supone una mejora en el deseo y la vivencia sexual.

La relación de pareja: la reorganización de la relación con la pareja contribuye a la mejora de la gestión de la propia sexualidad. El 8,94% de las más jóvenes sitúa su mejora en el hecho de tener una nueva pareja, posibilidad que desciende a un 3,68% en las de 60-69 años, hasta llegar a un 0% después de los 70 años. Queda claro que a partir de esa edad en nuestra sociedad a las mujeres les resulta difícil encontrar una nueva relación sexual. El 12,96% de las participantes lesbianas asegura que una nueva pareja ha estimulado su deseo, frente al 6,52% de las heterosexuales.

Los deseos lesbianos (ver tabla 9, página siguiente).

Casi el 15% de las participantes ha optado por no responder a esta pregunta. Por otra parte, el 43,15% afirma que nunca ha tenido deseos lesbianos. Esta es una de las preguntas que más resistencia ha creado, dado el tabú de la homosexualidad, la falta de reconocimiento e incluso de identificación de estos deseos. Muchas mujeres con pareja heterosexual pueden considerar estos sentimientos especialmente inapropiados y tener dificultades para reconocerlos.

El 25% confirma haber tenido sueños lesbianos y reconoce que se ha sentido atraída sexualmente por alguna mujer. Un pequeño porcentaje afirma que ha rechazado estos sentimientos de atracción. El rechazo y/o la negación aumentan con la edad.

Las prácticas de autoerotismo (ver tabla 10, página siguiente)

Las respuestas tratan sobre: la instauración de la práctica de la masturbación a lo largo del tiempo, y la frecuencia actual.

Evolución individual del autoerotismo: el porcentaje de mujeres que afirman que nunca se han masturbado aumenta a partir de los 70 años. Las mujeres lesbianas tienen mayor actividad autoerótica y afirman con mayor frecuencia que se masturban desde que son niñas (33% L/B, 16% heterosexuales). Las mujeres lesbianas identifican desde antes el papel de la sexualidad en su vida y la gestionan con mayor independencia.

Frecuencia reconocida: el 60% de las participantes se masturba, con frecuencia o esporádicamente. Porcentaje que nos permite destacar esta práctica como un elemento de interés y satisfacción en todas las edades, que, además, se mantiene a lo largo de los años. Se encuentran porcentajes ligeramente mayores de frecuencia autoerótica en las mujeres lesbianas.

TABLA 9: LOS DESEOS LESBIANOS.

<i>Los deseos lesbianos</i>	<i>A veces he tenido sueños lesbianos</i>		<i>Alguna vez me he sentido atraída por una mujer</i>		<i>He sentido deseos lesbianos, pero los rechacé</i>		<i>He satisfecho mis deseos lesbianos</i>		<i>Nunca he tenido deseos lesbianos</i>		<i>No contesta</i>	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
50-59 años	144	29,27	123	25	19	3,86	65	13,21	201	40,85	66	13,41
60-69 años	34	17,89	37	19,47	11	5,79	29	15,26	80	42,11	38	20
70 y más	3	6,38	7	14,89	0	0	4	8,51	34	72,34	4	8,51
Total	181	24,83	167	22,91	30	4,12	98	13,44	315	43,21	108	14,81

TABLA 10: PRÁCTICAS DE AUTOEROTISMO.

	<i>Prácticas de autoerotismo</i>						
	<i>Total (729=100%)</i>	<i>50-59 años (492=100%)</i>	<i>60-69 años (190=100%)</i>	<i>70 y más (47=100%)</i>	<i>Heterosexual (675=100%)</i>	<i>Lesbian/Bisexual (54=100%)</i>	
<i>Evolución individual del autoerotismo</i>							
Me masturbo desde niña	16,87	17,48	17,89	6,38	15,56	33,33	
Me masturbaba antes, ahora no	14,95	14,84	14,74	17,02	14,96	14,81	
Antes no me masturbaba, ahora sí	8,78	8,54	10,53	4,26	9,04	5,56	
Nunca me he masturbado	13,44	8,94	17,89	42,55	14,37	1,85	
<i>Frecuencia reconocida</i>							
Me masturbo con frecuencia	11,39	13,21	7,89	6,38	10,96	16,67	
Me masturbo ocasionalmente	48,56	53,05	42,63	25,53	48,3	51,85	

Discusión

Nos encontramos ante una población de mujeres entre 50-80 años, predominantemente heterosexual, con un nivel cultural y económico medio. Los resultados evidencian que la sexualidad femenina en la edad mayor es una experiencia múltiple, diversa y compleja, que se relaciona con la historia personal y la coyuntura sociocultural:

1. Las mujeres se mueven en un amplio espectro de realidades en cuanto a su vida sexual, que van del desinterés completo a la satisfacción mantenida o recién inaugurada (Henderson, Lehavot y Simoni, 2009; Salzman, 2006).
2. Hay un salto cualitativo en la realidad sexual después de los 70 años. Aunque el deseo y la emoción sexual no desaparecen con la edad (Bretschneider y McCoy, 1988; Beckman, Waern, Gustafson y Skoog, 2008; Skultety, 2007; Trompeter, Bettencourt y Barrett-Connor, 2012).
3. Tener o no tener pareja, la salud y la disposición hacia las relaciones afectivosexuales determinan la posibilidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria en la edad mayor (Skultety, 2007; AARP, 2010; Gott y Hinchliff, 2003; Lutfey, Link, Rosen, Wiegel y McKinlay, 2009; Howard, O'Neill y Travers, 2006).
4. Ser agente de la propia sexualidad, actuando como sujeto sexual, supone un elemento central para la satisfacción sexual (Burkett y Hamilton, 2012; Trompeter, Bettencourt y Barrett-Connor, 2012).
5. Se reclama: mayor sensualidad y afectividad – mujeres heterosexuales. Más intensidad sexual, pasión y frecuencia – mujeres heterosexuales, incluidas las de 70 y más años, y las mujeres lesbianas (Basson, 2005; Ginsberg, Pomerantz y Kramer-Feeley, 2005; Umidi, Pini, Ferretti, Vergani y Annoni, 2007).
6. La sexualidad sigue interesando a las mujeres en la edad mayor (Malatesta, 2007):
 - Disminuye el deseo, aunque no desaparece (Trompeter, Bettencourt y Barrett-Connor, 2012).
 - Hay un aumento en el deseo, en un porcentaje menor.
 - Hay mujeres que eligen prescindir de la sexualidad.
7. El cambio en el interés por la sexualidad se argumenta por una evolución en los intereses vitales y por aspectos coyunturales: no a partir de elementos hormonales (Basson, 2005; Fine, 1988; Lutfey, Link, Rosen, Wiegel y McKinlay, 2009).
8. Las mujeres heterosexuales mayores se muestran más insatisfechas con su sexualidad que las lesbianas.

9. El autoerotismo es la práctica sexual más instaurada y mantenida en las mujeres de todas las edades, con y sin pareja sexual (Vasquez-Bronfman, 2006).
10. La sociedad se desinteresa sexualmente de las mujeres postmenopáusicas y ofrece pocas oportunidades para establecer nuevas relaciones –se reducen a partir de los 60 años y se extinguen prácticamente a partir de los 70– (Ginsberg, Pomerantz y Kramer-Feeley, 2005).
11. Las parejas de larga duración suponen una limitación en términos de actividad sexual (James, 1983) y un plus en términos de afectividad (Henderson, Lehavot y Simoni, 2009).
12. Disponer de una nueva pareja estimula el deseo, la autoestima y la satisfacción sexual.
13. Las mujeres a medida que avanzan en edad prefieren una sexualidad esporádica y afectiva, que no interfiera con su vida cotidiana (Gott y Hinchliff, 2003).
14. Las relaciones entre mujeres son un territorio frecuentemente inexplorado pero progresivamente satisfactorio para las mujeres. Las más jóvenes muestran una mayor facilidad para el reconocimiento e identificación de los deseos lesbianos (Bartky, 2000; Rich, 1980/2001).
15. El silencio en torno a la sexualidad y la dificultad para hablar de ella constituye una asignatura pendiente para la normalización de la sexualidad en la edad mayor.

Nuestros resultados concuerdan, en gran medida, con los obtenidos en otros estudios (AARP, 2010; Beckman, Waern, Gustafson y Skoog, 2008), en los que se hace hincapié en el valor que la calidad emocional de la relación tiene en la sexualidad de las mujeres mayores. Los resultados obtenidos evidencian un cambio profundo en las actitudes y vivencias de la sexualidad en las mujeres mayores y su extraordinaria capacidad para la superación. Las libertades de las más jóvenes indican un salto cualitativo en la vivencia de la sexualidad, pero sobre todo cabe destacar el progreso que muestra una buena parte de las participantes de más edad que sostienen propuestas avanzadas en la gestión de su sexualidad y el reconocimiento de sus deseos.

REFERENCIAS

- AARP (2010). *Sex, romance, and relationships. AARP survey of midlife and older adults*. Washington, D.C.: AARP.
- Bartky, S. L. (2000). Unplanned obsolescence: Some reflections on aging. En M. Urban Walker (Ed.), *Mother time. Women, aging and ethics* (pp. 61-74). Lanham: Rowman & Littlefield.
- Basson, R. (2005). Women's sexual dysfunction: Revised and expanded definitions. *Canadian Medical Association Journal*, 172(10), 1327-1333.

- Beckman, N., Waern, M., Gustafson, D., & Skoog, I. (2008). Secular trends in self reported sexual activity and satisfaction in Swedish 70 year olds: Cross sectional survey of four populations, 1971-2001. *British Medical Journal*, 337(a279), 176.
- Bretschneider, J. G. & McCoy, N. L. (1988). Sexual interest and behavior in healthy 80- to 102-years-olds. *Archives of Sexual Behavior*, 17(2), 109-129.
- Burkett, M. & Hamilton, K. (2012). Postfeminist sexual agency: Young women's negotiations of sexual consent. *Sexualities*, 15, 815-833.
- Buss, D. M. (1998). Sexual strategies theory: Historical origins and current status. *The Journal of Sex Research*, 35(1), 19-31.
- Carrobbles, J.A., Gámez-Guadix, M. y Almedros, C. (2011). Funcionamiento sexual, satisfacción sexual y bienestar psicológico y subjetivo en una muestra de mujeres españolas. *Anales de Psicología* 27(1), 27-34.
- Crawford, M. & Kimmel, E. (1999). Promoting methodological diversity in feminist research. *Psychology of Women Quarterly*, 23(1), 1-6.
- Fine, M. (1988). Sexuality, schooling, and adolescent females: The missing discourse of desire. *Harvard Educational Review*, 58(1), 54-63.
- Freixas, A. y Luque, B. (2009). El secreto mejor guardado: la sexualidad de las mujeres mayores. *Política y Sociedad*, 46(1-2), 191-203.
- Frith, H. (2000). Focusing on sex: Using focus groups in sex research. *Sexualities*, 3(3), 275-297.
- Ginsberg, T.B., Pomerantz, S. & Kramer-Feely, V. (2005). Sexuality in older adults: Behaviours and preferences. *Age and Aging*, 34, 475-480.
- Gott, M. & Hinchliff, S. (2003). How important is sex in later life? The views of older people. *Social Science & Medicine*, 56, 1617-1628.
- Harding, S. (Ed.). (1987). *Feminism and methodology: Social science issues*. Bloomington: Indiana University Press.
- Henderson, A. W., Lehavot, K., & Simoni, J.M. (2009). Ecological models of sexual satisfaction among lesbian/bisexual and heterosexual women. *Archives of Sexual Behavior*, 38, 50-65.
- Hesse-Biber, S. N. & Yaizer, M. L. (2004). *Feminist perspectives on social research*. New York: Oxford University Press.
- Howard, J.R., O'Neill, S., & Travers, C. (2006). Factors affecting sexuality in older Australian women: Sexual interest, sexual arousal, relationships and sexual distress in older Australian women. *Climacteric*, 9, 355-367.
- James, W.H. (1983). Decline in coital rates with spouses' age and duration of marriage. *J. Biosoc Sci*, 15, 83-87.
- López Sánchez, F. (2012). *Sexualidad y afectos en la vejez*. Madrid: Pirámide.
- Lutfey, K.E., Link, C.L., Rosen, R.C., Wiegel, M., & McKinlay, J.B. (2009). Prevalence and correlates of sexual activity and function in women: Results from the Boston Area (BACH) Survey. *Archives of Sexual Behavior*, 38, 514-529.
- Malatesta, V. J. (2007). Sexual problems, women and aging: An overview. *Journal of Women & Aging*, 19(1/2), 139-154.
- Masters, W.H. & Johnson, V.E. (1966). *Human sexual response*. Boston: Little Brown.
- Reinharz, S. (1992). *Feminist methods in social research*. Oxford: Oxford University Press.
- Rich, A. (1980/2001). Heterosexualidad obligatoria y existencia lesbiana. En Adrienne Rich (Ed.), *Sangre, pan y poesía. Prosa escogida 1979-1985*, pp. 41-86. Barcelona: Icaria.
- Salzman, B. (2006). Myths and realities of aging. *Care Management Journals*, 7(3), 141-150.
- Simons, H. (2011). *Case study research in practice*. London: Sage.
- Skultety, K.M. (2007). Addressing issues of sexuality with older couples. *Generations*, XXXI (3), 31-37.
- Stake, R. (1995). *The art of case study research*. London: Sage.
- Taylor, S.J., & Bogdan, R. (1984/1986). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Buenos Aires: Paidós.

- Trompeter, S.E., Bettencourt, R., & Barrett-Connor, E. (2012). Sexual activity and satisfaction in healthy community-dwelling older women. *The American Journal of Medicine* 125(1): 37-44.
- Umidi, S., Pini, M., Ferretti, C., Vergani, C., & Annoni, G. (2007). Affectivity and sexuality in the elderly: Often neglected aspects. *Arch. Gerontol. Geriatr.*, (Suppl. 1), 413-417.
- Vasquez-Bronfman, A. (2006). *Amor y sexualidad en las personas mayores. Transgresiones y secretos*. Barcelona: Gedisa.
- Walz, T. (2002). Crones, dirty old men, sexy seniors: Representations of the sexuality of older persons. *Journal of Aging and Identity*, 7(2), 99-112.
- Wood, J.M., Kock, P.B., & Mansfield, P.K. (2006). Women's sexual desire: A feminist critique. *Journal of Sex Research*, 43(3), 236-244.