

## CARTAS AL DIRECTOR

### El geriamor



**Yadira Cardozo García, María Teresa Quintero T.**

Docentes, Facultad de Enfermería. Grupo de Investigación Emergencias y Desastres. Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia

Correspondencia: Yadira Cardozo García. Universidad de Antioquia. Facultad de enfermería. Calle 64 # 53- 09. Medellín. Antioquia, Colombia

**Index de Enfermería [Index Enferm] 2009; 18(1):66-67**

**Sr. Director:** A propósito del artículo publicado por Juan Manuel Leyva Moral "La expresión sexual de los ancianos. Una sobredosis de falsos mitos". Queremos compartir una experiencia educativa que realizamos los integrantes del grupo académico y de Investigación de Emergencias y Desastres de la facultad de Enfermería de la Universidad de Antioquia (Medellín, Colombia). Planeamos un proyecto de educación dirigido a cuidadores familiares de adultos mayores institucionalizados de algunos hogares en la ciudad de Medellín, Colombia. Los contenidos se desarrollaron a partir de las 14 necesidades propuestas por Virginia Henderson, incluyendo la sexualidad como un componente fundamental del desarrollo en todas las etapas del ciclo vital humano.

Iniciamos la jornada con una actividad de sensibilización donde los cuidadores expresaron lo que para cada uno significaba la sexualidad. Una de las participantes, que es religiosa, expresó "todos creen que las monjas no tenemos sexualidad porque nosotras no tenemos una vida sexual activa, pero mentiras, la sexualidad es amor, ternura, entrega, bondad, es darse siempre". Para otro "la sexualidad es cualquier clase de afecto que se demuestra a los demás, una caricia, una sonrisa, una palabra, un abrazo, un gesto amable, eso es sexualidad".

En un segundo momento cada participante compartió con el grupo vivencias de los adultos mayores de sus instituciones: en algunas separan estrictamente los hombres de las mujeres "porque los hombres son muy morbosos", en ninguna les permiten tener una vida en pareja, en uno de los hogares se realizó el matrimonio de dos adultos con autorización de la familia, con la condición que debían continuar viviendo en habitaciones separadas. Todos coincidieron en que los ancianos se sienten cohibidos para expresar su sexualidad, como afirma Leyva<sup>1</sup> es un tema repleto de mitos y falsas creencias. Los familiares se burlan de ellos, los regañan y les prohíben cualquier manifestación de ésta, porque les parece algo ridículo y no apropiado para la edad. En una de las instituciones tienen establecida la abrazo-terapia, la cual permite que los adultos mayores reciban abrazos como expresión de cariño sin ser vista como algo malo. Uno de los participantes expresó "¿por qué frustrar la sexualidad de los adultos mayores, si ésta les brinda alegría y felicidad? el problema está en que los cuidadores no están lo suficientemente calificados, no entienden, juzgan y castigan las expresiones de la sexualidad".

Para terminar y después de un amplio conversatorio se sacaron las siguientes conclusiones encaminadas a favorecer la vivencia de la sexualidad de los adultos mayores institucionalizados de nuestra ciudad. Se debe garantizar el respeto por el comportamiento individual de los adultos mayores, permitir las relaciones de pareja y proporcionar espacios adecuado para éstas. Educar a los cuidadores y familias para que acepten y permitan la libre expresión de los sentimientos como parte fundamental de la sexualidad, de la cual tienen derecho todos los seres humanos en el

transcurso de la vida. Con relación a la masturbación se debe respetar esta práctica, proporcionando educación y privacidad para que pueda realizarse sin perturbar o incomodar a las personas con quien conviven.

Para la actividad sexual se recomienda que el adulto mayor la realice en una temperatura agradable, no realizarla inmediatamente después de haber ingerido abundantes comidas o bebidas ni después de un ejercicio físico vigoroso, si tiene alguna enfermedad crónica no debe suspender el uso de los medicamentos.<sup>2</sup>

Fomentar la actividad física en forma moderada. En resumen debemos fomentar el amor entre gerontes, que es un amor peculiar, es algo diferente al de los años mozos, pero que también es amor: el geriamor.<sup>3</sup>

### **Bibliografía**

1. Leyva Moral, Juan Manuel. La expresión sexual de los ancianos. Una sobredosis de falsos mitos. Index de Enfermería (edición digital) 2008; 17(2). Disponible en </index-enfermeria/v17n2/6592.php> [Consultado el 8 de sep 2008].
2. Quintero, María Teresa; Zuleta, Lina María; Caraballo, Domingo. Rehabilitación sexual post infarto agudo del miocardio. Revista Urológica Colombiana. 2007; XVI (1): 127-133.
3. Acuña, Alonso; Guerrero, Pedro. La pirámide del amor. Un camino hacia la felicidad. Relación de pareja. Bogotá: Editorial Grifalbo Ltda, 2001; 284.