



Mitos y realidades respecto a la sexualidad en los adultos mayores



Mito: En la vejez ya no se tiene deseo sexual por lo que ya no hay relaciones sexuales



Realidad: Todo depende del estado de salud del AM y sus condiciones sociales además de la interacción con la pareja.



Mito: La menopausia es el fin de la sexualidad



Realidad: La etapa menopáusica no debe ser motivo de preocupaciones para la mayoría de las mujeres, ya que el deseo sexual no cesa y puede seguir creciendo.

Mito: Los AM puede sufrir infartos durante el acto sexual.



Realidad: Puede suceder si el AM tiene una enfermedad cardíaca o si se toma medicamentos para tener una erección pero lo hace sin prescripción médica.



Mito: Las mujeres presentan una mayor falta de deseo sexual.



Realidad: Los cambios en el cuerpo pueden afectar el autoestima de las mujeres e inclusive puede llegar una depresión por no estar en las condiciones de antes y lo que llevará a un rechazo hacia tener relaciones sexuales con el.

Mito: La única forma satisfactoria de mantener relaciones sexuales es por medio del coito, culminando en el orgasmo.



Realidad: El coito forma parte del sexo, pero no tiene por qué ser el centro de toda actividad sexual. El AM puede cubrir sus necesidades al tocar y ser tocado, abrazar, etc.



Fuente: Herrera, A. (2004, 1 mayo). Mitos y estereotipos en la sexualidad del adulto mayor - Medwave. Medwave. <https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/PuestaDia/Congresos/650>

Elaborado por: Nancy Blanco, Elvira Moreno, Lizbeth Ortega, Mónica Orduño, Jorge Garza, Mateo Caudillo, Christopher Rodríguez y Lucia Caudillo.