

Publicada en La Ribera web en Agosto 2022

¡Sexualidad para todes y durante toda la vida!: Educación Sexual Integral con perspectiva de edad y de género

Por Rosa Cattana. Militante de Arrugas más, arrugas menos

¡Calla, mujer! me ordenan
No nos aburras más con tu lujuria
Vete a la habitación
Desnúdate
Haz lo que quieras
Pero calla
No lo pregones a los cuatro vientos.

...

Cállate. No hables más de vientres y humedades.
Era quizás aceptable que lo hicieras en la juventud.
Después de todo, en esa época, siempre hay lugar para el desenfreno.
Pero ahora, cállate.

Fragmento del poema “mujer irredenta” de Gioconda Belli

El proyecto activista y feminista “Mujeres que no fueron tapa” llevaron a cabo el año pasado la campaña “hermana soltá el reloj” con el objetivo de “hackear” los estereotipos de la edad sobre qué cosas deben hacer las mujeres, y qué no deben hacer, para ser plenas y felices.

Comenzaron realizando una encuesta que preguntaba: a partir de qué edad, la cultura, tu entorno, ¿empezaron a hacerte sentir que ya estabas vieja para ciertas cosas y que había cosas que ya no podías hacer?

El 65% de las 15.000 mujeres que contestaron dijeron “antes de los 30”.

Si antes de los 30 ya nos hacen sentir que estamos viejas para algunas cosas, creo que no alcanzaría la memoria de la notebook en la que estoy escribiendo esta nota para decir todo lo que por mandato o imposición social ya no debemos o podemos hacer las mujeres +60.

Ya no debemos mostrar el cuerpo como le dijeron a Moria “tápese señora”. Ya no debiéramos teñirnos el pelo de turquesa, violeta o verde como hago yo, esos son colores para adolescentes, a esta edad hay que teñirse de castaño, taparse las canas está bien porque sino sería dejadez, pero con la mayor discreción. ¿Estudiar una carrera universitaria a esta edad? Sería dilapidar recursos del estado si lo hacemos en una Universidad Pública. Practicar un deporte sería ocupar un espacio destinado a jóvenes. Y así, la lista sería muy larga, ya no debemos usar jeans ajustados, ni minifalda, ni bailar rock (aunque nos reconozcan como la generación del rock and roll). Pero lo que está mal, muy mal es que las viejas tengamos sexo, eso solo se ve en películas porno. En este sentido, dos prejuicios fuertes persisten en la sociedad: que las mujeres mayores no tienen una vida sexual activa y que aquellas que mantienen deseos son anormales o inmorales. Y lo justifican afirmando que la falta de estrógenos que se produce en la menopausia hace que se pierda el deseo sexual. Por ello es que los hombres pueden tener sexo hasta el final de su vida, pero no así las mujeres.

Y lo dice Gioconda Belli en otro párrafo del poema con que inicié la nota:

Ya no te sientan las pasiones.

Ni bien pierde la carne su solidez
debes doblar el alma
ir a la Iglesia
tejer escarpines
y apagar la mirada con el forzado decoro de la menopausia.

Hoy por hoy, existen muchos prejuicios, mitos y tabúes sobre la sexualidad de las mujeres mayores, incluso compartidos por profesionales que en particular los tratan. Es común asociar conceptos negativos y resulta difícil expresar una idea positiva sobre la sexualidad en la vejez.

Los mitos pasan de generación en generación por vía oral, y así son recordados y aprendidos con mayor facilidad lo que garantiza su cohesión, y asegura su supervivencia. La base de estos mitos populares es que siguen desexualizando a las personas mayores.

Debemos desarmar como sociedad estos mitos y prejuicios. Existen miedos y equivocaciones y tampoco es que las actuales generaciones hayan recibido una correcta y puntual educación sexual. Se confunde la capacidad sexual en términos cuantitativos y de rendimiento y no en calidad y desarrollo de expresión de la persona sexuada.

La menopausia no tiene por qué llevar asociada una disminución en la satisfacción sexual, ya que las consecuencias debidas a la disminución en la producción de estrógenos que conlleva una serie de trastornos pueden ser compensadas mediante un tratamiento apropiado. Si se produce una disminución real en la satisfacción sexual de las mujeres esto se deberá con mayor frecuencia a las expectativas de poder o no mantenerlas, que a los efectos físicos de la misma sobre el organismo. De hecho, algunas mujeres creen que disminuye su potencial de feminidad y seducción que trae aparejado una pérdida de su autoestima.

Hoy podemos afirmar que la etapa menopáusica no debe ser motivo de preocupaciones para la mayoría de las mujeres, ya que el deseo sexual no cesa, e inclusive puede seguir aumentando. Las relaciones sexuales pueden continuar siendo las mismas, y en ocasiones mejores porque la mujer está liberada del miedo a un posible embarazo no deseado.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define sexualidad como “un aspecto central del ser humano presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los papeles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos y creencias, actitudes, valores, conductas prácticas, papeles y relaciones interpersonales.

Partiendo de la base de que la sexualidad es un derecho para todos los seres humanos, los llamados “derechos sexuales y reproductivos” son un derecho humano que integran el derecho a la salud, pero la sola enunciación de reproductivos habla de una mirada parcial de este derecho y del grupo al que está circunscripto, la población en edad de reproducción, focalizado a estrategias de prevención de embarazos, etc. También se ha visto en los medios de comunicación una gran variedad de material informativo destinado a esta franja etaria. La sexualidad está vinculada exclusivamente a la reproducción biológica, dejando excluidos a las demás franjas y en particular a la vejez.

Por lo expuesto, en líneas generales podemos hablar de la existencia de una invisibilización de la sexualidad de las personas mayores (sobre todo de las mujeres mayores) y de la circulación de prejuicios y estereotipos negativos sobre la vida sexual de esta población.

Esto, por un lado, constituye una negación a nuestro derecho al placer, pero también es importante pensar que sucede con la salud sexual (no reproductiva) de las mujeres de este grupo etario.

Existen varios registros que reportan el aumento de la tasa de incidencia de contagios de VIH y como así también de otras ITS (infecciones de transmisión sexual) en personas mayores en Argentina (Boletín Oficial sobre VIH -sida en Argentina/2015)

En este contexto, resulta impostergable preguntarnos acerca de las políticas públicas existentes o por venir para abordar la dimensión sexual de las personas mayores. Es decir preguntarnos por la responsabilidad del Estado como garante y promotor de derechos

En el proceso del envejecimiento, al igual que en otras etapas evolutivas, el impulso sexual se sitúa en el límite de lo psicosomático. No se conoce exactamente la forma en que está condicionado por el organismo. No obstante, la sociedad en general piensa que la vejez es un período sin deseos ni actividades sexuales.

Los jóvenes no son los únicos que creen que la sexualidad disminuye con la edad. La mayoría de las personas mayores piensan también que la vejez es un período asexual.

El rechazo de la “sexualidad geriátrica” parece formar parte de un estereotipo cultural difundido y que pretende que las personas mayores sean consideradas feas, débiles, desgraciadas e impotentes. A ello contribuyen en gran medida los medios de comunicación especialmente la TV, el cine y la publicidad que presentan exclusivamente como objeto de deseo a las personas jóvenes, bellas y perfectas.

Sin embargo, mantener vigente la sexualidad es posible y sano, e implica afecto, compañía, ganas de vivir, contacto físico, buenas relaciones con los demás y autoafirmación. Negarse, a partir de una determinada edad, a la riqueza sensitiva y emocional de las relaciones sexuales, es aceptar un prejuicio social que ensalza la juventud y que niega a las personas mayores la posibilidad del goce y el bienestar

Frente a esta realidad, desde Arrugas más, arrugas menos, conjuntamente con otras agrupaciones, instituciones y profesionales dedicados a la gerontología, pensamos que se hace necesario una modificación de la ley de educación sexual integral de modo que la educación sexual no se brinde solo a niños y adolescentes sino a toda la población, en particular a la vejez.

La educación sexual integral aparece develando y poniendo en jaque estas cuestiones, estos mitos que han operado, por ejemplo, tal como decimos, relegando la sexualidad a la mera reproducción, el amor a la tolerancia infinita, las elecciones personales en virtud del propio deseo en contraposición al deseo del poder.

Brindar educación sexual integral a toda la población, habilitaría a todas las generaciones el disfrute, trabajando sobre los tabúes que históricamente han rodeado a la sexualidad, liberándola de los prejuicios y las prohibiciones. Si se entiende que Tabú es una prohibición ejercida socialmente sobre algo que es considerado indebido, se presenta como ineludible la necesidad de liberar a la sexualidad de esta significancia

Las personas de mi generación, no hemos recibido educación sexual o la misma ha sido “una educación represiva”. O sea, basada en mitos científicos y creencias dogmáticas, carentes de todo sustento probatorio, que tuvo como resultado producir temor y vergüenza hacia la sexualidad.

En muchas ocasiones una mujer mayor se considera “decente” si deja la sexualidad de lado y no se interesa por el sexo cuando vive sola o ha enviudado. “Sólo las mujeres frívolas se entregan a los placeres que ofrece la sexualidad a estas edades, cuando ya no se puede tener hijos, que era lo único que para muchos dignificaba el acto sexual”. En las mujeres que envejecen, la falta de interés sexual es más bien una actitud defensiva contra las falsas creencias y la ausencia de pares masculinos, que un verdadero efecto fisiológico.

“Se acepta que hombres mayores busquen a mujeres más jóvenes como pareja sexual, pero parece ridículo que mujeres mayores tengan relaciones sexuales con hombres más jóvenes”
Se comparte frecuentemente este estereotipo sobre las mujeres mayores que no serían sexualmente activas ni atractivas físicamente. Tal vez es así que los hombres suelen escoger para sus relaciones esporádicas o como pareja estable a mujeres más jóvenes o con aspecto más juvenil. Esto puede deberse a que la mujer ha sido considerada un objeto sexual pasivo para satisfacer las necesidades del hombre, y a que, al envejecer, como la mujer se presupone que no tiene ya deseos sexuales, el hombre busque a alguien nuevo y distinto; a veces mucho más joven que él.

La sociedad espera que la mujer tenga una imagen atractiva y joven para resultar sexualmente deseable. Estos estereotipos sobre la sexualidad femenina hacen que sea difícil que las mujeres mayores acepten plenamente su sexualidad actuando esto como una profecía autocumplidora.

Se hace necesario convencer a la persona mayor que tiene el derecho a ser sexuada, y desde allí, abrir el campo social, asumiendo que defender hoy el derecho a la sexualidad de las personas mayores es defender la sexualidad de todos y todas en el mañana. La educación sexual debe beneficiar a la sociedad en su conjunto.

El derecho a amar comprende la libertad de disfrutar de la intimidad sexual, de amar y ser amado, construyendo una reciprocidad positiva y la aceptación mutua, revalorizando la función erótica y placentera de la sexualidad. Ser aceptado/a, acariciado/a, amado/a es un derecho de todos y todas.

Por último, deseo terminar esta nota con un poema de la genial Rosa Rodríguez Cantero, esta tocaya mía es una poeta porteña de nuestra generación que escribe poesía erótica cuyos protagonistas son viejos y viejas, en sus poemas siempre está presente el humor y la descripción de la realidad. El título de este poema es "lo senil no quita lo caliente"

Lo senil no quita lo caliente

Es cierto, se caen las tetas
El culo se viene abajo
La papada es un colgajo
De dudoso mal aspecto
Pero aun me queda algo erecto
En el cuore y más abajo

Se mantiene bien arriba
El apetito sexual
Me calienta en forma tal
Que me explota en los ovarios
La abstinencia es un calvario
De tristeza irracional

Vení que te hago unos mimos
Reconozcamos los besos
Cometamos los excesos
Que la pasión nos encienda
Y que tu piel se sorprenda
Porque te amo hasta los huesos

Nota: para la redacción de este artículo he tomado información contenida en el primer fascículo del Cuadernillo de Educación Sexual Integral con perspectiva de edad, escrito por reconocidos profesionales especializados en aspectos gerontológicos de su disciplina. Entre ellos: Ricardo Iacub, Isolina Davibe, Sandra Hiriart, Lia Daichman, Isabel Lovrincevich