

**LES RELACIONS AFECTIVOSEXUALS EN  
LA GENT GRAN DES DE  
LA PERSPECTIVA INTERGENERACIONAL**

---

## **Les relacions afectivosexuals en la gent gran des de la perspectiva intergeneracional**

Margalida Vives Barceló

## Resum

Les relacions afectivosexuals en les persones grans són, com en qualsevol altra etapa de la vida, una necessitat relacionada amb la qualitat de vida. En la vellesa, aquestes relacions formen part d'una època plena de canvis físics, psicològics i socials envoltats de mites i estereotips que fan que no es vegin cobertes o, si més no, no siguin visualitzades ni normalitzades en la nostra societat.

Aquestes tres idees clau (relacions afectivosexuals, dret i multidimensionalitat) són la base per a una recerca bibliogràfica que recull els vincles principals entre les relacions afectivosexuals, la qualitat de vida i l'envelliment actiu, els factors que s'hi relacionen i els principals mites que l'envolten. A partir d'aquesta investigació, s'ha fet una entrevista a setze persones (vuit homes i vuit dones), representatives de quatre grups d'edat, que practiquen alguna activitat física d'una manera regular i que viuen a Mallorca. L'objectiu d'aquesta mostra era disposar d'una idea aproximada de la visió de les relacions afectivosexuals en gent gran de diferents generacions.

Com podem observar en les reflexions de la mostra, existeixen diferents opinions entre generacions i sexes respecte de determinats temes, com ara la influència dels factors físics en les relacions sexuals o les noves relacions en persones vídues. Això no obstant, la majoria afirma que una societat que permeti la llibertat, normalitzi les relacions afectivosexuals en gent gran i que potenciï l'educació sexual ajudarà a eliminar mites i estereotips, fet que permetrà gaudir d'unes relacions afectivosexuals plenes en la vellesa.

## Resumen

Las relaciones afectivo-sexuales en personas mayores, son, como en cualquier etapa vital, una necesidad relacionada con la calidad de vida. En la tercera edad, se engloban dentro de una época llena de cambios físicos, psicológicos y sociales rodeados de mitos y estereotipos que hacen que estas necesidades no se vean cubiertas o, cuando no, no se visualicen ni se normalicen en nuestra sociedad.

Estas tres ideas claves (relaciones afectivo-sexuales, derecho y multidimensionalidad) son la base para una revisión bibliográfica que recoge los vínculos principales entre las relaciones afectivo-sexuales, la calidad de vida y el envejecimiento activo; los factores que se relacionan y los principales mitos que le rodean. A partir de esta revisión, se han entrevistado dieciséis personas (ocho hombres y ocho mujeres), representativos de cuatro grupos de edad, que practican alguna actividad física de forma regular y que viven en Mallorca. El objetivo de esta muestra era captar una idea aproximada de la visión de las relaciones afectivo-sexuales en personas mayores desde diferentes generaciones.

Como podemos observar en las reflexiones de la muestra, existen diferentes opiniones entre generaciones y entre sexos en determinados temas, como la influencia de los factores físicos en las relaciones sexuales o las nuevas relaciones en personas viudas. No obstante, la mayoría afirma que una sociedad que permita la libertad, normalice las relaciones afectivo-sexuales en personas mayores y potencie la educación sexual ayudará a eliminar mitos y estereotipos, hecho que permitirá a las personas mayores gozar de unas relaciones afectivo-sexuales plenas.

---

## 1. Introducció

Les relacions afectivosexuals en les persones grans s'han d'entendre com una necessitat en una etapa vital durant la qual hom experimenta molts canvis biològics, psicològics i socials.

Aquesta frase conté diversos conceptes clau que treballarem en el capítol que presentam. El primer es refereix a la necessitat, al **dret** que tenen les persones grans a poder desenvolupar, amb llibertat i de la manera que cadascú decideixi, les seves relacions afectivosexuals. En aquest sentit, cal treballar mites i estereotips que perviuen encara avui en dia en la nostra societat (García, 2005; Prieto, 2006).

En segon lloc, parlem de **relacions afectivosexuals**, no de la sexualitat, de relacions centrades únicament en el coit o en aspectes purament físics. Tal com assenyalava l'Organització Mundial de la Salut (OMS) el 1975, la salut sexual és «la integració dels elements somàtics, emocionals i socials del ser sexual, per mitjans que siguin positivament enriquidors i que potenciïn la personalitat, comunicació i estima».

Finalment, la frase fa referència als canvis en diferents nivells que es produeixen durant aquesta etapa vital, com hem pogut observar, no solament són físics, sinó també psicològics i socials. La **multidimensionalitat** és una conceptualització que ja està consolidada en conceptes de qualitat de vida i d'envelliment actiu (Fernández-Ballesteros, 2009; Walker, 2010, entre d'altres). Per tant, cal tenir present que qualsevol canvi en una dimensió afectarà també les altres, és a dir, en el tema de les relacions afectivosexuals, un bona vivència física de la sexualitat serà indispensable per a un bon desenvolupament psicoemocional i assegurarà i enfortirà les relacions interpersonals (Leiva et al., 2013).

Per García (2005), la sexualitat s'ha d'entendre com a part d'una necessitat humana d'establir relacions, amb un component d'amor i estima. Cada individu té la seva pròpia manera de viure-la, fet que pot provocar harmonia i satisfacció i/o conflictes i tensions. Tal com ens mostren els estudis (Thorpe et al., 2014), l'edat no disposa d'entitat pròpia per

afectar les relacions sexuals ni el plaer associat. Això no obstant, hi ha molts mites que fan que hi hagi una dissociació entre sexualitat i envelliment.

La majoria de mites i estereotips sobre les relacions afectivosexuals en gent gran no solament estan associats a aspectes físics, com ara la disminució de relacions, sinó a aspectes psicològics, és a dir, als relacionats amb el plaer. Possiblement, el fet que la majoria de les persones grans hagin nascut durant la postguerra, època associada a repressió (García, 2005), també pot haver influït a l'hora de mantenir socialment els mites i potenciar-los. En altres paraules, els prejudicis i mites sobre la sexualitat en persones grans es conceptualitzen com a sinònim d'incapacitat i inactivitat (Prieto, 2006). Alguns mites recollits per Carrasco (s. d.) giren a l'entorn de la disminució de l'activitat sexual en la gent gran (principalment, per motius de salut), al fet de limitar les relacions afectivosexuals al coit, o a l'eliminació de la necessitat, del desig o interès per les relacions afectivosexuals. A més, l'autora recull alguns mites específics de cada sexe, com ara que la menopausa és el final de la sexualitat, o mites i estereotips relacionats amb el començament d'una nova relació en la gent gran, especialment si la nova parella és més jove («vídua alegre» o «viejo verde»), i considerar que les persones grans no tenen gens d'atractiu i que estan abocades a la soledat en haver passat una determinada edat.

Possiblement, la mala interpretació dels canvis en diferents àmbits (físics, psicològics i socials) hagi potenciat aquests mites. No hem d'oblidar els canvis fisiològics (per exemple, en les dones, els relacionats amb la menopausa i, en els homes, els quals arriben d'una manera més gradual) ni els que s'esdevenen en la resposta sexual, que normalment depenen de factors associats com ara la personalitat, la pèrdua de la parella —que, com veurem més endavant, és un factor significatiu—, la qualitat de la relació, o l'estat de convivència. En aquest darrer aspecte, les llars intergeneracionals i les institucions són els llocs on hi ha més dificultats per disposar d'un espai íntim (García, 2005).

Així, tot i que és cert que no es poden negar algunes disfuncions que solen aparèixer a aquestes edats, com ara la impotència o la disminució de desig sexual, es transformen en mites i s'associen a la vellesa a la asexualitat (García, 2005), fet possiblement provocat pel desconeixement i desinformació sobre la sexualitat en l'envelliment (Prieto, 2006). De fet, però, la realitat no és així. En l'estudi de Taylor i Gow (2015), en el qual participaren cent tretze persones de més de 65 anys, manifestaren haver tengut conductes sexuals freqüents els darrers sis mesos: tocar-se i acariciar-se, abraçar-se, besar-se, masturbar-se i coits.

Les diferències entre la realitat i les idees sobre aquest tema poden tenir un origen, o, si més no, una influència, en la cultura, la qual té un paper fonamental en aquest sentit. Els mitjans de comunicació, en concret, la imatge que hi apareix de les persones grans és fonamental. Per una banda, podem comentar que una dècada ençà, la imatge de les persones grans evoluciona a poc a poc, si bé fins fa poc s'associava al món rural, a cercar la denominada «eterna juventud» o a la necessitat de cura. Com a prova dels efectes

dels mitjans de la comunicació, podem citar l'estudi de Nieto (1995), en el qual veiem que més de la meitat de persones grans consultades acceptaven que amb el pas dels anys desapareixien les ganes de tenir relacions sexuals.

Afortunadament, a l'actualitat, la imatge de la persona gran als mitjans de comunicació ha anat canviant. Això, juntament amb polítiques sobre l'envelliment actiu i l'aprenentatge al llarg de tota la vida, han potenciat les primeres passes per eliminar els estereotips i mites de la sexualitat entre la gent gran. Wilk (2015) també inclou els avanços en medicina, en concret, l'ajuda que representen per augmentar la qualitat de vida i l'esperança de vida com a factor clau.

Tenint present aquestes dades, ens centrarem en les opinions i reflexions, des de diferents generacions, sobre les relacions afectivosexuals entre la gent gran per poder disposar d'una idea aproximada al respecte. Aquesta informació ens ajudarà a delinear algunes propostes de millora per desmitificar, visualitzar i normalitzar les relacions afectivosexuals de la gent gran en la nostra societat.

## 2. Metodologia

L'estudi es basa en una mostra de setze persones (vuit homes i vuit dones) de diferents grups d'edat (18 a 34 anys, de 35 a 49 anys, de 50 a 64 anys, i de 65 anys o més) que viuen a Mallorca i que practiquen alguna activitat esportiva de manera regular:

**Taula 1** | *Descripció de la mostra*

Núm.	Grup d'edat	Sexe	Activitat física
1	18-34	Dona	Ball de bot (assajos i exhibicions)
2	18-34	Dona	Activitats dirigides al gimnàs i córrer
3	18-34	Home	Futbol
4	18-34	Home	Futbol
5	35-49	Dona	Córrer i caminar
6	35-49	Dona	Escalada
7	35-49	Home	Culturisme
8	35-49	Home	Ciclisme
9	50-64	Dona	Activitats dirigides en el gimnàs
10	50-64	Dona	Pàdel (entrenament i competició)
11	50-64	Home	Pàdel i córrer
12	50-64	Home	Activitats dirigides en el gimnàs i córrer

Núm.	Grup d'edat	Sexe	Activitat física
13	65 anys o més	Dona	Ball de bot (assajos i exhibicions)
14	65 anys o més	Dona	Natació
15	65 anys o més	Home	Aiguagim
16	65 anys o més	Home	Ball de bot (assajos i exhibicions)

Font: elaboració pròpia

El guió de les entrevistes ha estat dissenyat tenint present el marc conceptual prèviament descrit sobre les relacions afectivosexuals amb gent gran i seguint una estructura basada en blocs temàtics que descrivim a continuació:

- El primer bloc se centra en la conceptualització de les relacions afectivosexuals; en la manera com es relacionen amb l'envelliment actiu i la qualitat de vida, i en la percepció de l'amor i de l'estima en aquesta etapa vital
- El segon bloc se centra en els factors que influeixen en les relacions afectivosexuals; a recollir les opinions de la mostra sobre els factors que afavoreixen aquestes relacions i que les disminueixen, primer, d'una manera general, i, posteriorment, es demana sobre la influència dels factors als quals hem fet referència a la introducció: físics, psicològics i socials.
- Es destina un tercer bloc a la variable social i cultural; a les opinions sobre si cal reprimir o no el desig sexual en l'àmbit públic i en el privat; de si són partidaris de facilitar la intimitat en llars multigeneracionals; opinió i reflexions respecte de les noves relacions entre homes i dones vidus, i sobre el manteniment de l'activitat sexual quan no es té parella. Conscients de la importància dels mitjans de comunicació, es demana sobre el record i opinió respecte de campanyes publicitàries en les quals es visualitzin aquestes relacions.
- El penúltim bloc tracta d'una manera específica els mites i estereotips, que, si bé poden haver aparegut abans, es demana sobre els que recorden. En concret, també es demana sobre el mite més freqüent citat a la bibliografia: «com més gran, menys relacions sexuals».
- Finalment, es dediquen dues preguntes als canvis en la percepció d'aquestes relacions. En concret, a l'opinió sobre si ha canviat la visió de la sexualitat en persones grans respecte d'etapes anteriors i respecte de la frase d'una persona gran: «Abans em deien que era dolent per a la salut i que em desgastava i m'envellia... Ara em diuen que ho he de fer i que és obligat, i, que sí no puc, que prengui la "viagra"».

### 3. Resultats

En relació amb la **definició de les relacions afectivosexuals**, tots els grups d'edat consideren que són importants, però no prioritàries: «Són importants, però hi ha coses que ho són més» —(4), (6). També donen importància a allò que envolta una relació purament física, aspecte que destaquen sobretot el grup de joves: «Amb un gran respecte [...], més afectives que sexuals per contacte físic» —(2)—, o «van més enllà que el sexe en si mateix» —(5). Els homes de 35 a 49 anys les defineixen com a «importants» —(7)— o «imprescindibles» —(8). Els dos grups de més edat les defineixen com a «normals i naturals» —(10)— i «presentes i satisfactòries» —(13). En tots els grups d'edat, però, hi ha algun subjecte que esmenta la disminució de la freqüència: «Probablement més escasses» —(4)—, «Les mateixes, però amb menys freqüència» —(14). El grup de més edat és el que les relaciona d'una manera explícita amb problemes de salut —(12), (14).

Tots, menys dos homes (un del grup de joves i un altre del grup de més edat i que és vidu), entenen que les relacions afectivosexuals entre la gent gran **estan relacionades amb la seva qualitat de vida**. Per part seva, tots, menys dues dones (una del grup dels més joves i l'altra del de 50 a 64 anys), entenen que **hi pot haver envelliment actiu sense sexe**.

Per acabar aquest bloc, es demanà sobre la **relació entre amor/estima i sexualitat**. En termes generals, es concep l'estima com un concepte molt més ampli que la sexualitat: «Totes les persones s'han de sentir estimades» —(5)—, «[...] puc viure amb estima sense sexualitat» —(16)— o «Tu pots estimar molt la teva parella i estar-ne enamorat, i no tenir-hi relacions sexuals» —(14). Menys aquestes dues darreres declaracions, la resta de la mostra opina que sí, que amor i sexualitat van lligats: «Els dos conceptes van units» —(13)—, «Quan hi ha amor es pot viure la sexualitat de moltes maneres» —(12)—, i que evolucionen al llarg de la vida: «Són conceptes amplis i poden anar variant al llarg del cicle vital» —(2)—, «[...] Tal vegada l'amor no es demostri com en l'adolescència, però això no significa que no n'hi hagi» —(3)—; «Són importants, però ho feim d'una altra manera» —(15)—, o «L'amor i l'estima es perceben amb serenitat, i la sexualitat perd espai quan tens una edat» —(9). Això sí, tot i que «depèn de la parella» —(6), (8)—, hi ha diferents perfils que comenten que, com més grans es fan, menys relacions —(5), (6), (8), (13)—, mite que abordarem en paràgrafs posteriors.

Arribats a aquest punt, quan la majoria havia comentat que, en un moment o un altre, les relacions sexuals disminueixen, se'ls demanà sobre els factors que influeixen en l'activitat sexual de les persones grans. Com es pot comprovar a la taula 2, el principal factor que hi influeix és la salut (disposar de bona salut, en positiu, i tenir alguna malaltia física, en negatiu). En segon lloc, destaca el fet de ser actius, tenir una bona actitud enfront de la vida, una bona autoestima i tenir parella com a factors que influeixen d'una manera positiva en les relacions afectivosexuals de la gent gran. Com a factors que les disminueixen,



n'hi ha dos de més recurrents i tots dos estan relacionats amb l'àmbit físic: l'estat físic en general i patir alguna malaltia física, així com els efectes dels medicaments que es preguin. La inapetència sexual i no tenir parella serien els altres factors que se citen, però molt menys que els dos primers.

**Taula 2** | *Factors que potencien l'activitat sexual en la gent gran i que la disminueixen*

Factors que la potencien	Factors que la disminueixen
Bona salut (4) (6) (11) (12) (13) (14) (15)	Malalties / Efectes dels medicaments (4) (6) (7) (9) (11) (13) (14) (15)
Bona autoestima (1) (10) (12) (13)	Estat físic (2) (3) (4) (6) (10) (11) (16)
Ser actius / Fer esport (1) (2) (13) (15)	No tenir parella (16) (9)
Tenir parella (16) (9) (14) (15)	Falta de ganes de compartir moments íntims amb la parella (13) (14)
Actitud (6) (8) (9) (13)	
L'estima envers l'altra persona (3) (4)	Pressió social (4)
Tenir una visió optimista (1)	Crisi econòmica (6)
Bona alimentació (2)	Inactivitat (8)
Bona qualitat de vida (7)	Mala alimentació (9)
Sentiment de voler tenir relacions sexuals (14)	Estrès (1)

Font: elaboració pròpia

Quan es demana d'una manera específica sobre **la influència de ser home o dona**, els dos grups de menys edat manifesten que no hi hauria d'haver diferències «perquè tots tenim les mateixes necessitats» —(6). Això no obstant, a partir del grup de 50 anys, quasi tots els homes manifesten que sí que hi influeix i els homes solen tenir més relacions que les dones —(11), (12), (15)— «[...] tenen més facilitat per aconseguir relacions» —(8). Solament una dona del grup de 50 a 64 anys considera que els homes en tenen menys «perquè l'home, a una certa edat, ja no té ereccions» —(9).

Pels joves, **els canvis físics** que arriben en la vellesa no afecten —(1), (2)— les relacions: «S'ha de saber apreciar el pas del temps» —(5). Si diuen que afecten, ho fan solament alguns factors —(3), (8)—, sobretot els medicaments —(7), (13)—, «[...] però depèn de la persona i de l'actitud» —(6). Els dos grups de més edat sí que manifesten que els tots canvis físics els afecten —(11), (12)—: «La sexualitat és molt física» —(9)—, «Per l'excitació» —(10). Fins i tot n'hi ha alguns que repeteixen algun mite ja comentat: «El cos no necessita aquestes relacions» —(14).

En canvi, la majoria de persones entrevistades sí que manifesten que **els canvis psicossocials** les afecten. Els més citats pel que fa a l'aspecte psicològic són l'autoestima —(2)— i l'actitud

personal —(6). En l'aspecte social, els joves citen la cultura —(3)—, els prejudicis —(5)— o la pròpia família —(4). Crida l'atenció que les persones grans entrevistades expressin d'una manera explícita la manca d'informació: «La gent gran viu en una societat reprimida, no té informació» —(11)—, i la manera com aquesta mancança ha afectat la seva manera de pensar, especialment les dones més grans: «Si al meu temps m'haguessin donat més informació, per ventura ara tendria una altra manera de pensar» —(13).

La majoria de persones entrevistades comenten que **no tenir parella** condiona la vida sexual, que «és complicat» —(10), (11). Els joves creuen que l'afecta, especialment si tens una personalitat més reservada —(1)—, o els comentaris de la família —(3)— o d'un mateix: «No tenc edat per a aquestes coses» —(2). Especialment el grup de més edat manifesta que, si no tenguessin parella, no mostrarien una actitud activa per trobar-ne: «Si quedàs vídua, no aniria a cercar altres homes» —(14)—, «Ni la meva dona ni jo no crec que anéssim a cercar res més» —(15). Amb tot, el grup de 35 a 49 anys és el que més creu que no tenir parella no condiona l'activitat sexual —(5), (6), (8)—: «No tenir parella no és un impediment per mantenir relacions sexuals» —(8)—, «Es poden trobar altres vies de plaer» —(13).

Sembla també que hi ha un cert acord en el fet que s'ha de tenir la mateixa opinió respecte de **les noves relacions** d'un home que queda vidu que d'una vídua —(1), (3), (8)—, ja que «tenen els mateixos drets a refer la seva vida, ja sigui amb relacions esporàdiques o estables» —(2), (7)—, «És el millor que poden fer» —(5). Amb tot, quasi la meitat opina que si bé hi estan a favor, «sobretot avui en dia» —(6)—, encara hi ha impediments: «Hauria de ser igual» —(11)—, però «encara vivim en una societat masclista» —(12).

Respecte d'**altres fonts de plaer**, la majoria consideren que «depèn de cada persona» —(2), (9)— i «de la situació» —(4). N'hi ha alguns que comenten joguines sexuals —(1), (6)—, «amics i amigues especials» —(10)— o la masturbació —(3). Respecte de pagar per mantenir relacions sexuals, solament quatre persones, a partir de 50 anys, ho comenten: «Es pot recórrer a altres fonts, com pagar per tenir relacions sexuals» —(13)—, tot i que «no en som gaire partidari» —(15). Les dones de més de 50 anys es manifesten en contra de la prostitució: «No estic d'acord que es recorri a la prostitució» —(10)—, «Les dones no anam a cercar homes que es dediquin a vendre el seu cos, [...] es pot viure sense activitat sexual» —(14). Aquesta mateixa idea, la de viure sense activitat sexual, és també manifestada per la persona vídua de més de 65 anys: «S'ha de mantenir sense activitat sexual» —(16).

Els més joves entrevistats es manifesten a favor de **potenciar la intimitat física de persones grans que viuen en llars multigeneracionals o en residències**: «Tothom té dret a la intimitat» —(2)—, «Sí, perquè per ells és casa seva» —(4). Amb tot, pel que fa a la intimitat emocional, «no pots demostrar els teus sentiments davant dels altres» —(1). Entre els dos grups de més edat és on hi ha matisos: «Seria maco, però podria ser també

problemàtic» —(9)—, «No és que s'hagi de fomentar, ja existeix» —(6). El grup de més de 65 anys ho condiciona a unes bones condicions mentals: «Sí, en la mesura que la gent gran ho consenti i conservi les capacitats mentals adequades» —(11)—, «[...] jo tenc una edat i em veig acabant la meua vida a una residència, i, per tant, si el meu home viu molts d'anys més, m'agradaria que em facilitessin poden tenir alguns moments d'intimitat sempre que les capacitats mentals estiguin bé» —(13)— i al fet de tenir parella «Si tens la teva parella, sí» —(15).

Cal destacar que, si bé han anat sortint alguns mites i estereotips al llarg de les entrevistes, quan es demana sobre aquests d'una manera explícita n'hi ha pocs que en recordin cap. Els més repetit és «*viejo verde*» —(2), (4), (7), (10), (14). A continuació, apareixen tots els relacionats amb la reducció de l'activitat sexual (1), (4), o al de l'eliminació —(3), (13), (14)— de les relacions afectivosexuals, alguns casos dels quals són motivats pels efectes de les malalties —(14)— o per la desaparició del desig sexual —(13), (11). Solament una persona menciona un mite relacionat amb les dones: «Les dones són unes estretes» —(9).

Els mites, com sabem, són influenciats per la societat i la cultura, i, en la nostra, els mitjans de comunicació tenen un paper molt important. Per aquest motiu, es va demanar a les persones entrevistades sobre el **record i opinió de campanyes publicitàries** en les quals es visualitzassin les relacions afectivosexuals en persones grans. La majoria no en recordaren cap, solament dues persones recordaren: «De sexual, no, però afectiva sí, encara que no record el nom» —(9) (13). Una persona en recorda una de referida a un medicament: «[...] Anunciava la viagra. És completament estereotipat, no fa falta tenir 65 anys per tenir problemes sexuals» —(6). Cal dir que diversos membres manifestaren que «m'agradaria veure aquest tipus de campanyes» —(14). La conclusió a la qual arriba la mostra gira al voltant d'aquestes dues frases: «[...] ja que tal vegada sigui perquè socialment no són ben vistos» —(2)— o «[...] En el món publicitari solen aparèixer persones joves» —(4).

Les dues darreres preguntes se centren en la **percepció dels canvis en les relacions afectivosexuals de la gent gran**. La primera, relacionada amb la percepció general, a través de la reflexió i opinió sobre la frase: «[...] Abans em deien que era dolent per la salut, que desgastava i que envellia i que era pecat... Ara em diuen que ho he de fer, que és obligatori i que, si no puc, que prengui la "viagra"». La segona pregunta se centra en la perspectiva individual, si ha canviat o canviarà la visió de les relacions sexuals en la gent gran.

Pel que fa als canvis en la **percepció dels canvis a nivell general**, s'afirma que la frase escollida és bastant encertada —(3), (10)— per descriure la realitat: «Abans hi havia una concepció més diferent i tancada [...]. Ara és un tema més obert i això ha permès que es digui la veritat quan es parla de temes sexuals» —(1). La majoria ho associen a la qualitat de vida i a la llibertat individual —(2), (3), (4), (7), (8), (11)—: «Si vull tenir determinades

relacions i necessit algun tipus d'ajuda, podré emprar-la» —(15). Cal destacar que tres persones del grup de 35 a 49 anys ho associen als efectes de la cultura —(5), (6), (8)—, i que dues de les persones de més edat ho consideren un estereotip —(12), (13).

Quant a la **percepció individual dels canvis**, els més joves consideren que canviarà en positiu: «A mesura que et fas gran, descobreixes coses noves i n'experimentes, així que les relacions sexuals es van enriquint» —(1)—; que els canvis vendran d'aprofitar cada etapa vital: «Cada etapa és una manera de viure, pensar i fer les coses» —(2). N'hi ha alguns que afirmen que no canviarà —(3), (7)— o que ni hi havien pensat: «La veritat és que és un tema sobre el qual mai no m'havia aturat a reflexionar» —(4), (6). Els de 35 a 49 anys creuen que es va canviant d'opinió amb la **maduresa**: «[...] Fins que arriba una etapa en la qual som capaços de pensar d'una manera més racional» —(5)—, aspecte que també destaquen algunes persones més grans: «A mesura que ens feim grans, ens feim més flexibles o menys dependents de la persona» (13). O en funció de l'**educació**: «Si heu tingut una educació sexual adequada, no canviarà la teva opinió» —(8)—, «[...] Si des de petit s'educa bé la gent jove [...], abans no n'hi havia [...]. Els nostres fills tendran una sexualitat correcta, però nosaltres no» —(11). Les dones de 50 a 64 anys afirmen que sí que ha canviat i que anirà canviant, però tres de les quatre persones de més de 65 anys confirmen que, si bé ha canviat la seva visió, a aquesta edat ja no canviarà: «Ha canviat de quan era jovenet, i ja no canviarà més» —(16).

#### 4. Conclusions

Una de les principals idees que hem volgut recollir en aquest treball és que, tal com assenyala Wilk (2015), **no hi ha edat en la qual acabi l'expressió de la sexualitat ni de la intimitat**. De fet, «negar-ne l'existència és tan incorrecte com ridiculitzar-la» (Prieto, 2006, 23). No obstant això, aquest és un dels principals mites que existeixen encara avui en dia i la influència de la societat encara hi és present. Podem confirmar que s'han fet passes a través de les declaracions de les entrevistes, però, com hem pogut observar, cap persona no recorda campanyes de publicitat sobre les relacions afectivosexuals en persones grans, solament una i la identificava amb un estereotip. Queda, doncs, molt per fer per visibilitzar-les i normalitzar-les.

Dos han estat els factors que s'han identificat com a més significatius en les relacions afectivosexuals en gent gran. Un és el fet **tenir parella**, i l'altre, mantenir un bon **nivell de qualitat de vida**. Aquestes dues conclusions coincideixen amb els resultats de la bibliografia consultada. Així, per exemple, segons l'estudi de Fernández et al. (2007), tenir parella és valorat com el promotor de les relacions sexuals més important, especialment per les dones grans. L'estudi de Taylor i Gow (2014) pot ser un bon exemple de la manera com un nivell de vida saludable i actiu afecta directament la bona salut sexual.

Un element important ha estat la **llibertat** en les relacions afectivosexuals, aspecte valorat positivament per la majoria de les persones entrevistades. Com descriuen Leiva et al. (2013), no es pot determinar un únic estil sexual associat a la gent gran. Aquesta llibertat ve marcada per la **cultura** en general (acceptar unes conductes determinades, com expressar públicament mostres d'estima entre persones grans o la necessitat d'intimitat en llars multigeneracionals o en residències) i per l'**educació** en particular. De fet, cal recordar que la majoria de les persones grans, especialment les dones, han destacat l'educació sexual com a positiva per desenvolupar una vida sexual correcta en qualsevol etapa vital: «Jo, a l'edat que tenc, no he rebut mai formació d'aquests tipus, i crec que m'hauria estat d'utilitat» —(14).

La informació en general i l'educació sexual en particular ajuden sens dubte a entendre la **multidimensionalitat** de la sexualitat, en concret, a conèixer tots els canvis físics, psicològics i socials que poden afectar les relacions afectivosexuals. Aquesta informació, com ja comentava Herrera (2003, recollit per García, 2005), ajudarà que les persones que mantinguin una percepció positiva (aspecte psicològic) del seu cos (aspecte físic) i de la seva parella (aspecte social), fet que contribuirà a mantenir relacions sexuals satisfactòries. Aquest coneixement, doncs, ajudarà que qualsevol canvi psicofisiològic no justifiqui de per si el **mite** més gran de les relacions afectivosexuals en les persones grans: la disminució o eliminació de l'activitat sexual (García, 2005).

Com a conclusió, és important potenciar entre la gent gran el coneixement i informació sobre les relacions afectivosexuals, ja que, si no, els mites i estereotips, així com considerar-les tema tabú, es mantindran. Emprendre campanyes informatives, **visualitzar-les** i poder contraargumentar els mites que diferents generacions poden tenir sobre aquest tema amb vista a reconèixer i tractar amb la mateixa dignitat les diverses opcions sexuals serà una primera passa important per facilitar una salut sexual a la gent gran. En definitiva, com comenten Taylor i Gow (2015), la sexualitat de la gent gran ha de ser considerada i potenciada, especialment pels professionals que estan directament implicats en aquest aspecte (Causapié, Balbotín, Porras i Matero, 2011).

## Referències bibliogràfiques

Carrasco, I. (s. d.). *La sexualidad durante la vejez: mitos y estereotipos*. Cinteco. Recuperat de: <http://www.cinteco.com/profesionales/2012/12/07/la-sexualidad-en-las-personas-mayores-mitos-y-esteriotipos-1o-parte/>

Causapié, M. P., Balbotín, A., Porras, M., Matero, A. (Coords.) (2011). *Envejecimiento activo. Libro Blanco*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. IMSERSO.

Fernández, M., Gaviria, M. N., Muñoz F., Calvo, M. A., Coll, E., i Fuentes, M. E. (2006). Sexualidad en las mujeres mayores. *Atención primaria*, 37(9), 504-509.

Fernández-Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento activo. Contribuciones de la Psicología*. Madrid: Pirámide.

García, J. L. (2005). *La sexualidad y la afectividad en la vejez*. Madrid: Portal Mayores. Informes Portal Mayores, núm. 41. Recuperat de: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/garcia-sexualidad-01.pdf>

Herrera, A. (2003). Sexualidad en la vejez, ¿mito o realidad? *Revista chilena sobre obstet. Ginecol.* 68 (2), 150-162.

Leiva, V., Arguedas, C., Hidalgo, M., i Navarro, Y. (2013). Conocimiento de las personas adultas sobre el climaterio, andropausia y la sexualidad. *Revista Ciencias Sociales Universidad de Costa Rica*, 140(2), 163-173.

Nieto, J. A. (1995). *La sexualidad de las personas mayores en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.

Taylor, J. F., i Gow, A. J. (2015). Examining associations between sexual behaviours and quality of life in older adults. *Age and Ageing*. doi: 10.1093/ageing/afv083. Publicat en línia el 14 de juliol de 2015.

Prieto Chincolla, S. (2006). *La sexualidad de las personas mayores*. Madrid. Informes Portal Mayores, núm. 57. Recuperat de: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/prieto-sexualidad-01.pdf>

Thorpe, R., Fileborn, B., Hawkes, G., Pitts, M., i Minichiello, V. (2014). Old and desirable: older women's accounts of ageing bodies in intimate relationships. *Sexual and Relationship Therapy*. doi: 10.1080/14681994.2014.959307

Walker, A. (2010). Ageing and quality of life in Europe. A: Dannefer, D., i Phillipson, C. (Eds.). *Handbook of social gerontology*. Londres: Sage.

Wilk, B. (2015). Sexuality in the elderly. *Pol. Med. Journal*, XXXVIII (225), 131-134.

## Autora

MARGALIDA VIVES BARCELÓ

Palma, 1978. Doctora europea en Ciències de l'Educació, llicenciada en Psicopedagogia. És professora ajudant doctor del Departament de Pedagogia i Didàctiques Específiques, i membre del grup d'investigació GIFES, des del qual ha participat en dos projectes europeus relacionats amb les persones grans i la formació al llarg de tota la vida. Entre les seves línies de recerca en persones grans destaquen la qualitat de vida, l'aprenentatge al llarg de tota la vida, les relacions intergeneracionals i el perfil dels professionals que treballen amb gent gran.