

PROPUESTA SOCIOEDUCATIVA SOBRE SEXUALIDAD HUMANA DIRIGIDA A HOMBRES ADULTOS MAYORES

Edwin Gerardo Herrera Delgado*

Resumen: Este artículo presenta algunos de los resultados de la investigación “Propuesta socio-educativa sobre sexualidad humana dirigida a adultos mayores”, realizada entre mayo de 2005 y junio de 2006, en la Clínica Solón Núñez Frutos, de la Caja Costarricense de Seguro Social. Específicamente se refiere a la creación, en conjunto con un grupo de adultos mayores, de un programa sobre sexualidad humana desde un enfoque bio-psico-social que difiere del concepto rígido y tradicional. Para recopilar la información, se utilizó la entrevista semiestructurada aplicada en forma individual y las sesiones grupales socioeducativas desarrolladas mediante el modelo andragógico. Entre los hallazgos del estudio, destaca la existencia de mitos, temores y un concepto reducido de sexualidad humana, así como la necesidad de contar con espacios para el abordaje en forma grupal de la sexualidad en el adulto mayor. Al finalizar la experiencia teórico-práctica, se logró una fuerte consolidación grupal, la que actuó como elemento fundamental para alcanzar los objetivos propuestos.

Palabras clave: sexualidad humana, adulto mayor, mitos, estigmas, temores.

Abstract: The results of the investigation, “The social-educational proposal about human sexuality for elderly persons”, completed between May 2005 and June 2006 in la Clínica Solón Núñez Frutos of la Caja Costarricense de Seguro Social are presented in this article. This proposal specifically refers to the creation of a program about human sexuality, concomitantly with a group of elderly persons, from a biological, psychological and social approach that differs from the traditional and strict approach. To gather information, semi-structured interviews applied individually and social-educational group sessions developed by means of an andragogic model were used. Among the discoveries of the study, the existence of myths, fears and a reduced concept of human sexuality were highlighted, as well as the need of having periods of time for addressing in group form the sexuality of elderly people. At the end of the theoretical-practical experience, a strong group consolidation that operated as an essential component to accomplish the proposed objectives was achieved.

Key words: human sexuality, elderly person, myths, stereotypes, fears.

I. INTRODUCCIÓN

El ser humano ha mantenido un ocultamiento sistemático de su vida sexual ante una sociedad moralista, que ha tachado y controlado el disfrute pleno de la expresión sexual.

Es importante tener claro que la sexualidad es una de las dimensiones del ser humano, como se afirma en *Jornadas de conversación sobre afectividad y sexualidad*, (2004: 12):

“...Que compromete lo biológico, lo psicológico, lo social, lo ético y lo filosófico, e integra razón y conciencia; debe entenderse como sustantiva

* Dirección electrónica: edwinherrera@costarricense.cr.

al ser mujer y ser hombre, y está presente desde la concepción hasta la muerte.”

El Instituto Mexicano de Sexología, en una de sus publicaciones “El Manual Moderno”, define la sexualidad como: “...una función vital que influye sobre la conducta de los individuos y sobre las relaciones humanas en general. Afecta a todos los procesos fisiológicos y psicológicos del ser humano, aunque no es imprescindible para su supervivencia. Se trata de un impulso instintivo que atraviesa diferentes etapas a lo largo de la vida de los individuos y que es condicionado en gran medida por el entorno sociocultural en el que vive. Pero ante todo, la relación sexual responde a una necesidad de comunicación física y psicológica que va más allá de la mera unión sexual de los cuerpos.” (2004: 42)

Por tal razón, al abordar el tema de la sexualidad en hombres adultos mayores, desde el campo de la gerontología, se debe considerar a partir de la complejidad que ello representa y comprende.

En las personas adultas mayores, no ha sido la excepción que sus familiares y la sociedad en general los limita y censura en sus prácticas sexuales, disminuyendo las posibilidades de expresión en este campo, lo cual obliga a ocultar sus necesidades y deseos en esa área.

Particularmente, al hombre se le ha enseñado a ver la sexualidad como sinónimo de erección, mientras que en la mujer la sexualidad se relaciona con procreación, por lo que la concepción biologicista está presente en todo momento y deja limitada la sexualidad al concepto de reproducción.

En Costa Rica, la población está constituida básicamente por un número grande de personas adultas mayores, quienes se

han desarrollado en un ambiente sociocultural donde se practica mucho el silencio, dándose verdades expresadas a medias y oscurecimiento de conocimientos y sentimientos acerca de la sexualidad, por lo que es necesario llevar a cabo una reconceptualización de la sexualidad humana.

La sociedad estipula roles específicos para los hombres y para las mujeres en sus diferentes etapas del ciclo de la vida, estableciendo comportamientos “esperados” para cada sexo en particular.

En forma temprana, se comienza a deformar la concepción de la sexualidad, con lo que surgen mitos y estereotipos sobre esta.

En las personas adultas mayores, estos mitos y estereotipos acerca de la sexualidad se viven diariamente y en forma más intensa. Esto conlleva a represiones y a una serie de conductas que son esperadas en este grupo poblacional, al que se excluye del derecho de expresión de la sexualidad y, en especial, de experiencias relacionadas con lo coital.

Se debe rescatar que la sexualidad no se limita a lo coital; el concepto es más amplio y de ahí nace la necesidad de educar a la persona adulta mayor acerca de otros aspectos más significativos.

De acuerdo con los planteamientos anteriores y con base en la experiencia laboral del investigador en la clínica Dr. Solón Núñez Frutos, surge la idea de plantear la creación de un grupo de hombres adultos mayores, con el objetivo de construir una propuesta sobre sexualidad humana para el desarrollo de un programa socioeducativo dirigido a dicho grupo, ya que –como es conocido– en el campo de la sexualidad se han realizado varios estudios en adultas mayores y existen programas a nivel de la Caja Costarricense de Seguro Social dirigidos a ellas, contrario al grupo

de adultos mayores, quienes han quedado relegados.

Las interrogantes que intenta responder el presente estudio son:

¿Cuáles son los mitos y realidades construidos en relación con la sexualidad en los adultos mayores varones?

¿Cuáles son las estrategias de abordaje más oportunas que faciliten una reorientación de la sexualidad en los adultos mayores varones?

¿Cómo debería ser una propuesta de desarrollo para un programa socioeducativo, dirigido a varones adultos mayores sobre sexualidad humana, en la Clínica Solón Núñez Frutos?

OBJETIVO GENERAL

Crear una propuesta socioeducativa sobre sexualidad humana dirigida a un grupo de adultos mayores varones.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar las necesidades socioeducativas sobre la sexualidad humana en los integrantes del grupo.
- Identificar los mitos y estigmas sobre la sexualidad que tienen los hombres que pertenecen al grupo.
- Reconocer cuáles son los principales temores sobre su sexualidad en los hombres del grupo.
- Interpretar los mitos, estereotipos y realidades en torno al disfrute de la sexualidad, por parte de los varones que pertenecen al grupo.
- Desarrollar una propuesta socioeducativa con la participación activa de los interesados que favorezca vivenciar el disfrute de la sexualidad en las personas del estudio.

- Evaluar los resultados de la propuesta socioeducativa desarrollada.

II. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

Entre los conceptos teóricos y conceptuales que sirven de apoyo para la construcción de la propuesta socioeducativa sobre la sexualidad en el adulto mayor, se tiene como referencia el sustento teórico psicoanalítico, también se incluyen otros enfoques teóricos relacionados con la sexualidad, la vejez, y la masculinidad.

Se trabaja con la teoría psicoanalítica porque se considera un postulado teórico rico en la estructuración del sujeto, en su historia y en las formas de socialización desde su infancia, lo que viene a darle elementos, tanto sociales como individuales, en su actuar en la vida. En esta teoría se abordan aspectos importantes como la mirada (dónde coloco mi deseo en el otro), el discurso (historia de la persona), el significado del otro (cuán importante es para mí la opinión o visión de la sociedad) e imagen corporal (el cómo me veo, me percibo, me acepto en relación con el otro), entre otros aspectos.

Aunado a estas teorías está presente el enfoque gerontológico, tanto en el contenido teórico como en la práctica.

III. METODOLOGÍA

Esta investigación se enmarca en un paradigma cualitativo, comprendido dentro de la modalidad de investigación-acción, en la cual se da una interacción entre el sujeto y el objeto, y se busca una mayor participación del investigador.

Se observa el escenario y a la vez a sus actores como seres integrales y no solo como informantes, con el fin de promover una serie de acciones y cambios, en busca

de algunas aproximaciones a los aspectos subjetivos presentes en el discurso de los participantes.

Dentro de la investigación cualitativa se trabaja específicamente la investigación-acción, puesto que la teoría y la práctica son fundamentales para crear un conocimiento en el mismo ambiente donde están las personas que participarán en el estudio, porque la situación suele ser muy significativa para el grupo, viviendo y sintiendo práctica y concretamente la situación por investigar.

La investigación-acción es un proceso cíclico que termina hasta que la situación se haya transformado. Pero al ser la persona un ser cambiante, su entorno se va transformando y siempre es posible trabajar la situación en pos de mejorar la sexualidad humana.

Para tales efectos, se trabaja con seis hombres adultos mayores vecinos de Hatillo y Sagrada Familia, con edades entre los 65 y los 84 años, quienes conviven con su compañera sentimental y están laboralmente activos.

Los criterios de selección utilizados bajo conveniencia son:

- Pertenecer al área de atracción de la Clínica Dr. Solón Núñez Frutos.
- Estar de acuerdo con la participación en el estudio.
- Ser hombre mayor de 65 años.

Entre los instrumentos que se utiliza para la recolección de la información se puede mencionar la entrevista semiestructurada individual y las sesiones grupales de trabajo.

Con la entrevista semiestructurada, se obtiene información personal de los participantes, aspecto que contribuye en la conformación del grupo. Las discusiones

abiertas, los conversatorios y otras técnicas grupales utilizadas tienen como fin contar con una visión global sobre los conocimientos, ideas y vivencias acerca del tema de la sexualidad humana. Destaca la utilización de exposiciones interactivas con expertos y con el investigador, en los temas planteados (cambios bio-psico-sociales, masculinidad, autoestima y sexualidad, comunicación en la relación de pareja y formas alternativas de disfrute sexual sin coito). Esta exploración facilita que se refuercen algunos de los temas en el programa socioeducativo.

En cuanto al proceso de evaluación que se realiza en toda la investigación, cabe mencionar que en cada una de las sesiones se desarrolla una técnica de evaluación que incluye preguntas escritas al finalizar la sesión de trabajo y comentarios abiertos sobre el tema con el objetivo de verificar la claridad de algunos conceptos básicos.

Otras técnicas y recursos audiovisuales utilizados en el desarrollo del programa socioeducativo son: presentación y análisis de pensamientos, conversatorios, presentación y análisis de fotografías, charlas participativas y sesiones individuales.

Entre los recursos audiovisuales se usan computadora portátil, *video beam* y video fórum.

Entre los métodos y técnicas de análisis de la información, se puede mencionar que los datos obtenidos durante todo el proceso son categorizados y analizados con el fin de producir el informe de sistematización.

La sistematización, según Óscar Jara, es "*aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido, los factores que han intervenido en dicho proceso, cómo se han relacionado entre sí, y por qué lo han hecho de ese modo.*" (1998: 22)

Dada la naturaleza de los datos obtenidos por medio de las técnicas empleadas, se hace una serie de juicios subjetivos en la interpretación y análisis de los datos. Los temas para la realización del análisis corresponden a los contenidos en los instrumentos y a dos partes básicas:

- Mecánica
- Interpretativa

La mecánica se refiere a la organización física y la subdivisión de los datos en categorías de análisis.

La interpretativa determina los criterios para organizar la información textual a modo de codificar, para posteriormente buscar pautas dentro y entre estas divisiones, con el fin de elaborar conclusiones.

Para la realización de un buen análisis, es fundamental usar la técnica de codificación de la información recolectada.

Knodel y otros (1990) identifican como pasos a seguir:

- Elaborar un conjunto inicial de códigos correspondientes a cada tópico de los instrumentos utilizados para la recolección de datos.
- Crear códigos adicionales para tópicos que aparecen y son de especial interés.
- Definir códigos no sustantivos, que sean de ayuda en el análisis de tópicos específicos.

IV. RECONSTRUCCIÓN DE LA EXPERIENCIA

Se inicia la experiencia con una serie de entrevistas semiestructuradas, con el objetivo de conocer los diferentes mitos y marcas en las historias personales en relación con su sexualidad.

Se espera que estos hombres se comiencen a asumir como agentes de cambio y construcción, o sea actores participantes y, por ende, constructores del proceso.

Se presentan en sus comentarios una serie de mitos y marcas en sus vidas sexuales, enlazadas con miedos y reservas en sus acciones presentes.

En el trabajo grupal los integrantes se abren más a realizar comentarios personales, conjugados con análisis en las distintas situaciones que ellos mismos traen a colación. Se logra que todos los integrantes del grupo participen en una forma activa y se enriquece la dinámica grupal con sus comentarios y análisis.

En otro de los temas trabajados, se realiza un conversatorio sobre los temores y mitos acerca de la sexualidad y la vejez. Se verifican algunos aspectos ya identificados en las entrevistas semiestructuradas, como por ejemplo:

(N) *“Se decía que entre más se la sobaba (masturbaba) más espinillas le salían a uno”.*

(A) *“Mi temor se volvió realidad entre más me gustan las mujeres, menos se me para” (problemas de erección).*

(B) *“Entre más se masturbaba uno existía la posibilidad de que se le cayera”.*

(JJ) *“A mí me decían que el que se masturbaba no crecía”.*

(J) *“Mi temor es no servir y que me cambien”.*

En el abordaje del tema se puede percibir que muchos de sus temores o mitos están relacionados con un proceso de socialización, en donde la cultura influye en la “formación o des-formación del ser”.

Mediante el conversatorio se tornan interesantes las ideas y sentimientos que

surgen, formando un ambiente de gran confianza y protección entre ellos.

Se presenta durante todo el trabajo un ambiente de comodidad y confianza entre los participantes, dejando ver sus temores, mitos e historias sobre su vida sexual.

Se exponen en forma más clara sus historias de vida llenas de miedos y estigmas, donde se puede apreciar la influencia cultural en sus formaciones; algunos de ellos evidencian aspectos en que están devastados: "Yo ya estoy muerto", "Ya no funciona", "Ya no soy feliz".

Con estos instrumentos se obtienen resultados concretos sobre sus debilidades y fortalezas en el aspecto de su sexualidad, los cuales están relacionados con la autoimagen, la autoconfianza y la verbalización, entre otros.

Por medio del análisis, utilizando las técnicas de sistematización según Jara, se efectúa la interpretación del material obtenido en las sesiones anteriores, realizando enlaces en las diferentes sesiones del grupo de adultos mayores que participan en dicho estudio, y a la vez, se construye la propuesta socioeducativa por parte del mismo y del investigador.

Al concluir la primera evaluación, se percibe que algunos adultos mayores no saben leer ni escribir, por lo cual se les ayuda en sus evaluaciones; posteriormente, se analizan otras formas de evaluar más dinámicas y creativas para aplicarlas en las próximas sesiones de trabajo.

Observando y analizando las respuestas de los participantes, se percibe que la sesión trasmite a los adultos mayores un mensaje claro y conciso.

Se plantean ejercicios como el de verse al espejo y decirse alguna cualidad, para posteriormente comentar qué se sintió con esa experiencia y con la de escuchar lo que se dijo. Así, esta dinámica sirve de

evaluación, en especial sobre el tema de la comunicación, tanto consigo mismo, como con el otro.

Posteriormente, se utiliza la sesión de fotografías, las cuales ya se habían mostrado para tratar de relacionar la palabra sexualidad con la imagen y determinar si se advertía alguna relación.

Los participantes realizan un trabajo muy diferente al que en primera instancia habían hecho; en este momento de la capacitación, se observa un adecuado manejo de términos y un uso de conceptos más amplios en cuanto a sexualidad, lo que hace que la relación entre las fotografías y la palabra sexualidad se lleve a cabo en forma fluida, incluso, sin necesidad de mostrar cuerpos desnudos.

Por último, en el cierre del proceso se realiza un repaso sobre los temas abordados en las capacitaciones anteriores. Se abre un espacio de análisis para que se formulen las inquietudes, las preguntas y lograr que desaparezcan todos los mitos y estereotipos sobre el tema.

Cabe recalcar que conforme se realiza la evaluación, se puede percibir la importancia y la comprensión de los temas desarrollados, además de una mayor apertura y expresión de conceptos más amplios en relación con la sexualidad en el adulto mayor.

(A) *"Yo creía antes que sexualidad era sexo, bueno tiene que ver, pero no es lo mismo".*

(J) *"Creo que no es bueno callar las cosas, sería mejor poderlas decir y así arreglar los malos entendidos".*

(B) *"Según lo que escuché, siempre tenemos cambios, estemos viejos o jovencitos, lo que tenemos que hacer es conocerlos y sacarles provecho".*

(JJ) *“Sabe, ahora sí veo diferente a estas jóvenes, probablemente están gozando en la playa como buenas amigas y no lesbianas, como creíamos antes”.*

En varias oportunidades, se debieron efectuar ajustes en algunas de las sesiones de trabajo, con base en las evaluaciones realizadas.

V. RESULTADOS

De acuerdo con la información recopilada en el estudio, se percibe que los hombres adultos mayores son personas carentes de un espacio propio para la expresión de su sexualidad, dado que tanto la sociedad como ellos mismos no se dan la oportunidad para la creación y la elaboración de un aprendizaje amplio e integral de su sexualidad.

Otro aspecto que se evidencia es la poca participación del varón adulto mayor en las sesiones grupales, lo cual coincide con el tipo de socialización de los hombres, a quienes se les enseña a no mostrarse tan participativos en cuanto al aspecto de salud y particularmente en relación con lo sexual, de acuerdo con ciertas imposiciones culturales que hacen a los varones “más, o menos, hombres” en la sociedad patriarcal.

Asimismo, lo citado coincide con lo expuesto por Macotinsjy (1998), quien manifiesta que el autoconcepto del adulto mayor es el resultado de muchos años de experiencia, de relaciones con otros y de ir incorporando otros esquemas al propio. Pero, sobre todo, señala que el peso social es fundamental en la vida del adulto mayor.

Al tratar el subtema de mitos y signos sobre la sexualidad, algunas manifestaciones de los participantes fueron:

(JJ) *“Si uno se masturba puede volverse loco”.*

(A) *“Y las negras que son calientes, hasta pueden matar a los blancos haciéndoles el amor”.*

Las afirmaciones dadas en sesiones anteriores por los participantes evidencian que los mitos y estigmas de ellos siempre han estado ligados a la sexualidad; al igual que otros hombres a lo largo de la historia, los enlazan desde la fantasía, en donde aparece el guión imaginario, en el que se halla presente el sujeto y lo que representa para él.

En cuanto al reconocimiento de los temores sobre la sexualidad, se observa que en la mayoría de ellos, su gran temor está relacionado con los problemas de erección. Lo manifiestan, por ejemplo, así:

(A) *“Mi temor se volvió realidad, entre más me gustan las mujeres menos se me para”.*

Una vez más se percibe el concepto erróneo de sexualidad humana debido a la socialización por parte del grupo de participantes, el cual, según Valerio:

“Es la expresión bio-psico-social de las personas como seres sexuados en una sociedad, una cultura y un tiempo determinado. Es una dimensión de vida que se ha desarrollado a partir del hecho de pertenecer a un sexo, condición que hace posible que las personas se vean en sí mismas y vean el mundo como mujeres o varones, con todos sus sentimientos, emociones, valores, con perspectivas, actitudes y relaciones.” (1993:37)

En la entrevista semiestructurada, se determina fundamentalmente la resistencia que presentan varios de los hombres para pertenecer a un grupo de trabajo,

en especial si se relaciona con el tema de sexualidad humana, por lo que es uno de los problemas principales que enfrenta el investigador. Sin embargo, cuando se aclaran algunas dudas de los participantes, se puede integrar un agradable grupo de trabajo, que facilita la percepción de las fortalezas y de las debilidades en el área de la sexualidad. En los primeros acercamientos, se realizan conversatorios que evidencian ideas erróneas sobre el concepto y el manejo amplio de la sexualidad humana.

(B) *“Yo ya no tengo sexualidad, pues ya no se me para desde hace mucho tiempo”.*

(JJ) *“La sexualidad es muy aburrida con mi mujer, ya que yo le conozco todo su cuerpo”.*

En algunos relatos de los participantes, cuando se les mostraron fotografías, se comienza a esbozar una relación directa entre la idea de sexualidad con lo coital, dejando visualizar la mala, o escasa, educación sexual entre ellos, con conceptos reducidos y erróneos:

(A) *“Ahí no hay nada de sexualidad, ya que las personas tienen ropa”.*

(B) *“Yo no veo sexualidad en la fotografía, pues no se están tocando”.*

Se perciben algunos mitos y temores sobre la sexualidad del grupo de adultos mayores, lo que hace pensar en la gran necesidad de crear un programa socioeducativo de sexualidad para esta población. Al abordar el tema de la sexualidad humana integral, esta necesidad se hace más notoria por la carencia de conceptos e ideas amplias y formativas.

Desde el psicoanálisis, se puede plantear que en lo inconsciente se encuentran almacenadas algunas representaciones que pertenecen a la historia particular de cada persona, lo que se visualiza en sus

acciones, tanto desde el inconsciente, como desde el plano consciente.

La sexualidad humana, desde la perspectiva del investigador, se debe apreciar como una fuente de placer, salud, bienestar y comunicación, la que vivida satisfactoriamente es también una fuente de comprensión con los demás, así como de eliminación de tensiones y rigidez. Al convertirse en un principio de armonía y equilibrio, genera en las personas actitudes positivas ante sí mismas y ante los demás.

Por lo tanto, no se puede percibir únicamente como algo relacionado directamente con la reproducción o con los órganos reproductores, como lo señalaron inicialmente los adultos mayores del grupo.

La dinámica grupal se enriquece con los comentarios y el análisis de los mismos participantes, los que unos a otros se cuestionan, sobre todo en el subtema de los mitos. Algunos expresan:

(JJ) *“Eso es mentira, no solo los negros tienen el pene grande, hay blancos que también son dotados o por el contrario, negros que no son como los pintan”.*

(N) *“En cierta medida, la masturbación yo la considero buena, ya que uno termina conociéndose más”.*

Se percibe cada vez más, a lo largo de las sesiones de trabajo, que el adulto mayor, con el paso de los años, continúa siendo un defensor de la idea errónea de la masculinidad tradicional, pero con la oportunidad de realizar cambios en sus acciones para romper con el esquema patriarcal, heredado por la sociedad.

Se puede realizar una lectura desde lo escrito en el cuerpo del ser humano (todo lo que se arrastra por herencia), en donde la historia personal traspasa la formación y la acción, aplicándose aquí lo fallido del inconsciente, en donde la mirada del otro

(sociedad), deja huellas en sí, huellas que en ocasiones permanecen para siempre en su acción, por lo que las conductas se repiten constantemente.

Algunos de los temores de los participantes en relación con su sexualidad han sido alimentados por el mecanismo de la represión, aspecto que es útil a la sociedad para que los sujetos ni siquiera se percaten de experimentar deseos propios, distintos a los deseos de los demás.

La mayoría del grupo de adultos mayores refleja, en primera instancia, sus temores en los otros, pero conforme se trabaja y se ofrece un espacio de confidencialidad se comienzan a apropiarse de sus historias, visualizando sus temores en forma directa y sincera. Algunos dicen:

(A) *“Muchas personas temen a la impotencia”.*

(N) *“Algunas personas dicen que la impotencia es lo peor que les puede pasar en la vida”.*

Desde la teoría psicoanalítica, se puede mencionar que el adulto mayor mientras no se vea reflejado en su historia propia, no se sentirá parte de ella, lo que viene a excluirlo de sus carencias, negando o bloqueando su padecer, sin presentar oportunidad de cambio.

Otro de los aspectos que se ve reflejado en el análisis es el histórico cultural, en el cual se desarrolla el sujeto y, por ende, su masculinidad; con este tiene una relación directa pues es el medio donde convive y en el que recibe su influjo.

Es importante recalcar que la historia del hombre es fundamental en estos puntos en discusión, en los cuales la edad, la madurez en cada una de sus etapas, pasadas y presentes, y su capacidad de adaptación, serán aspectos que beneficien al hombre adulto mayor.

VI. CONCLUSIONES

A pesar de la importancia de contar con agrupaciones integradas por adultos mayores, el abordaje integral de sexualidad humana se hace difícil porque se percibe apatía, resistencia y desconfianza para pertenecer a un grupo, en especial cuando se trata de realizar el proyecto de investigación. Es necesario brindar un ambiente de confianza y de solidaridad entre los interesados para realizar las primeras sesiones de trabajo, tanto en el ámbito individual como grupal. Este esfuerzo genera posteriormente un agradable ambiente de trabajo y de familiaridad entre los participantes y el investigador.

Se considera importante haber realizado el estudio en dos etapas. La primera abarca el proceso de organización y de consolidación del grupo de trabajo, periodo durante el cual se detecta con los adultos mayores las necesidades, las carencias, los mitos y los temores en el ámbito de la sexualidad. Esto contribuye a consolidar una estructura de trabajo, involucrando de lleno a los participantes en un trabajo dirigido hacia la creación y la acción.

La segunda etapa procura ampliar el concepto restringido y poco integral de sexualidad y combatir los mitos y estigmas acerca del tema, mediante la puesta en práctica del proceso socioeducativo y el abordaje de nuevas posibilidades de vivenciar la sexualidad desde lo integral, en la nueva etapa de vida.

Otro factor a rescatar es el éxito alcanzado, gracias al trabajo desde la investigación-acción, la cual permite un buen uso de herramientas y estrategias planteadas por los participantes y el investigador. Esto se puede ver en las diversas etapas de la investigación, por ejemplo, en el abordaje de los temores y realidades que viven los

adultos mayores en relación con su sexualidad. Este aspecto se trabaja de forma muy abierta y natural, con estrategias propias del grupo, tales como el análisis de recortes de periódico que ellos mismos llevan a las sesiones de trabajo, cuyos temas son abordados en forma amplia.

Se logra una consolidación grupal fuerte, lo que genera que ellos mismos se replanteen aspectos de formación y de herencia cultural en sus historias personales sobre la sexualidad. Se evidencia mayor apertura de conceptos, lo que les permite visualizar aspectos erróneos que ellos han practicado a lo largo de sus vidas y que no están dispuestos a continuar fortaleciendo.

La propuesta socioeducativa sobre sexualidad humana que se construye puede ser de utilidad tanto a este grupo como a otros adultos mayores de Costa Rica. Se observa que a lo largo del proceso se generan cambios en los adultos mayores, en especial, en sus formas de pensar y de actuar, lo que lleva a concluir que el programa es significativo para los participantes.

En el proceso socioeducativo se utiliza el enfoque andragógico, en el cual los adultos mayores se conciben como personas independientes, responsables y autodirigidas. Por esa razón, siempre existe una plena y amplia participación en la elaboración, planeación y ejecución del proyecto.

Con el trabajo realizado, se logra que la totalidad de los participantes se incorporen a un grupo existente, dado que el estudio les permite valorar la trascendencia del trabajo grupal. En especial, gracias al compromiso y al trabajo en grupo, los adultos mayores se motivan y expresan observaciones para el mejoramiento del programa, el cual, según manifiestan, les será de mucha ayuda a sus iguales. Además, afirman que

la capacitación a otras poblaciones que estén en el camino de la etapa adulta mayor será también de mucho beneficio para la sociedad costarricense.

Con respecto a la afiliación del grupo, cabe recalcar que ninguno de los participantes se conocía, aunque algunos vivían en el mismo barrio. Durante el proceso de trabajo, se forman relaciones más cercanas, dejando ver aprecio, cariño, solidaridad y lealtad entre ellos.

Asimismo, en todo el proceso se cuenta con una participación activa de los integrantes del grupo de adultos mayores, en el cual la comunicación –verbal y no verbal– es una herramienta fundamental para el éxito de la investigación. En algunos momentos, cuando se presenta una invitada, se percibe en primera instancia un silencio entre los participantes, silencio que presenta ciertas connotaciones históricas de formación, por lo que también se trabaja en el grupo las limitaciones para hablar sobre la sexualidad en presencia de mujeres.

Otro de los aspectos medulares para el éxito del proyecto es la evaluación permanente que se utiliza a lo largo del trabajo, lo que permite a los integrantes del grupo y al investigador ir replanteando las estrategias a seguir y los cambios que se dan en el transcurso de la experiencia.

Se cumple con el objetivo de la investigación-acción de crear desde la experiencia misma, sin dejar de lado los conocimientos teóricos, los que resultan fundamentales.

VII. BIBLIOGRAFÍA

- Barrantes, R. (2000). *Investigación: Un camino al conocimiento, un enfoque cualitativo y cuantitativo*. San José: Editorial de la Universidad Estatal a Distancia.

- Brenes, L. y Vega, G. (1995). *Representaciones sociales de la sexualidad en niños y en niñas preescolares, sus padres y sus madres*. Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. San José: Universidad de Costa Rica.
- Briceño, G. y Chacón, E. (2001). *El género también es asunto de hombres*. Primera Edición. San José: UICN.
- Caja Costarricense de Seguro Social. (2001). *Censo nacional de organizaciones que trabajan con la CCSS en pro de la salud*. San José.
- Conapo (1994). *Antología de la sexualidad humana I, II y III*. México D.F.: Miguel Angel Porrúa.
- Cook, T. y Reichardt, Ch. (1995). *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa*. Madrid: Ediciones Morata.
- Guillén, F. (2001). *Síndromes y cuidados del paciente geriátrico*. Barcelona: EMASON.
- Freud, S. (1996). *Obras completas*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Figueroa, J. y Navas, R. (2001). *Documento de trabajo número cuatro, Sexualidad, salud y reproducción*. México D.F.: UNFPA.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2003). *Encuesta de hogares, Costa Rica*. San José: Centro Centroamericano de Población.
- Jara, O. (1998). *Para sistematizar experiencias: Una experiencia teórica y práctica*. San José: ALFORJA.
- Jornadas de conversación sobre afectividad y sexualidad (2004). Buenos Aires: Editorial Central.
- Knodel, J. et al. (1990). *La discusión focal de grupo en la investigación en ciencias sociales: una guía práctica con énfasis en el tema del envejecimiento*. (Traducción de Hugo Behn e Ingrid Bergman). Universidad de Michigan.
- Lagarde, M. (1997). *Identidad genérica y feminismo*. Instituto de Estudios de la Mujer. México D.F: Universidad Nacional.
- Lanas, M. (1995). *Razones para la existencia de una ciencia sexológica*. Tesis doctoral. Madrid.
- Laplanche, J. (1994). *Diccionario de Psicoanálisis*. Barcelona: Editorial Labor.
- Macotinsjy, J. (1998). *Subjetividades del adulto mayor*. Madrid: Herder.
- Microsoft Coporation. (2005) *Encarta* (Biblioteca de Consulta Microsoft) © 1993-2004. Reservados todos los derechos.
- Moraga, L. (1995). *Sexualidad humana, la mujer y su socialización. Hacia una Sexualidad más allá de lo genital*. Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. San José: Universidad de Costa Rica.
- Pérez, R. (1998). "Tiempos en el tiempo; notas sobre el envejecimiento, la temporalidad y el cuerpo". En: *Tiempos*. Número 3. Buenos Aires.
- Piedra, L. y Montero, D. (2003). *Representaciones de la sexualidad en adultos mayores varones*. Tesis para optar al grado de Licenciatura en Psicología. San José: Universidad de Costa Rica.

Rubio, E. (1997). "Calidad de vida y senectud, estudio comparativo en función del sexo". En: *Geriatrika*. Nº 10. Buenos Aires.

Sanabria, L. (1997). "El texto en escena". En: *Actualidades en psicología*, volumen 13, número 91, Instituto de Investigación Psicológicas, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Costa Rica.

Valerio, Efraín. (1993). *Algunos aspectos de educación de la sexualidad*. Ministerio de Educación Pública. San José: Centro de didáctica, Proyecto de Educación en Población.

Sitio web: www.imesex.edu.mx.