



ARTICULO DE REVISIÓN

Sexualidad en el adulto mayor, una visión desde la medicina familiar

Elber Sánchez Serrano ¹

Daylin López Sánchez ²

Ariel Escalona Pérez ³

Elio Garrido Fuentes ⁴

Marlenes Báez Gracia ⁵

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Policlínico Universitario Julio Grave de Peralta. Holguín. Cuba.

² Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Policlínico Universitario Julio Grave de Peralta. Holguín. Cuba.

³ Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Policlínico Universitario Julio Grave de Peralta. Holguín. Cuba.

⁴ Policlínico Universitario "Julio Grave de Peralta". Holguín. Cuba.

⁵ Dirección Municipal de Salud. Holguín.



RESUMEN

Introducción: En la actualidad, el cambio de la estructura por edad de la población o el envejecimiento poblacional, asume carácter universal y abarca a todos los países del mundo. **Objetivo:** Caracterizar la sexualidad en el adulto mayor. **Métodos:** Se realizó un estudio de tipo teórico-reflexivo desde septiembre 2023- noviembre 2023. Se consultaron 18 fuentes bibliográficas para la confección del artículo en español e inglés de la base de datos SciELO, Ebsco y PubMed, Lilacs, Medline de las cuales se seleccionaron 12. Los criterios de inclusión fueron: artículos con acceso gratuito publicados en español, inglés y fueron excluidos estudios cuya calidad metodológica fue baja. Se empleó el Google académico como motor de búsqueda con las palabras claves: Sexualidad; Conducta Sexual; Dinámica Poblacional; Calidad de vida; Anciano, se emplearon métodos histórico-lógico y de análisis-síntesis. El principal resultado de interés fue la sexualidad en la tercera edad. **Desarrollo:** Los resultados de la búsqueda revelaron que la sexualidad se reconoce como un elemento fundamental de calidad de vida para los adultos mayores. La sexualidad en este grupo poblacional es un tema poco estudiado, persisten actitudes retrógradas y su abordaje está influenciado por la incorrecta cultura de envejecimiento que las personas poseen. **Conclusiones:** La sexualidad en el adulto mayor es un proceso con gran influencia en el comportamiento humano con carácter material y espiritual e interpersonal, se modifica a causa de cambios físicos que se producen en el cuerpo, sin embargo, el interés y deseo sexual nunca se pierden y se mantienen sin importar la edad.

Palabras clave: Sexualidad; Conducta Sexual; Dinámica Poblacional; Calidad de vida; anciano.

Abstract:

Introduction: Currently, the change in the age structure of the population or population aging assumes a universal character and covers all countries in the world. **Objective:** Characterize sexuality in older adults. **Methods:** A theoretical-reflective study was carried out from august 2023-november 2023. 18 bibliographic sources were consulted to prepare the article in Spanish and English from the SciELO, Ebsco and PubMed, Lilacs, Medline databases, of which selected 12. The inclusion criteria were: articles with free access published in Spanish and English, and studies whose methodological quality was low were excluded. Google academic was used as a search engine with the keywords: Sexuality; Sexual Conduct; Population



Dynamics; Quality of life; Elderly, historical-logical and analysis-synthesis methods were used. The main outcome of interest was sexuality in the elderly. **Development:** The search results revealed that sexuality is recognized as a fundamental element of quality of life for older adults. Sexuality in this population group is a poorly studied topic, retrograde attitudes persist and its approach is influenced by the incorrect culture of aging that people possess. **Conclusions:** Sexuality in the elderly is a process with great influence on human behavior with a material, spiritual and interpersonal nature, it is modified due to physical changes that occur in the body, however, sexual interest and desire are never they lose and are maintained regardless of age.

Keywords: Sexuality; Sexual Conduct; Population Dynamics; Quality of life; Elderly

Introducción:

En la actualidad, el cambio de la estructura por edad de la población o el envejecimiento poblacional, que significa el paso paulatino de sociedades jóvenes a sociedades maduras, y de estas a sociedades envejecidas, asume carácter universal y abarca a todos los países del mundo. Ello se debe a la reducción del número promedio de hijos por mujer y la mayor longevidad de la población, elementos clave que deciden este cambio de estructura.¹

Existe una marcada heterogeneidad de este proceso entre los países, al situarse cada uno de ellos en diferentes etapas. Algunos comenzaron el tránsito hacia el envejecimiento desde hace más de 200 años y este ha transcurrido de forma más lenta; es el caso de la mayor parte de los países de Europa Occidental. Los de la región Latinoamericana y la del Caribe tienen un desarrollo más reciente y se espera que el proceso sea más rápido. Se ha comprobado que cada realidad nacional adopta sus propias especificidades, las que se corresponden con la evolución histórica de la dinámica demográfica que presentan. En el caso de Cuba, la dinámica demográfica ha sido muy intensa. Solo por citar una línea de tiempo, en el periodo ocurrido entre el 2002 (año censal) y el 2021, el país incrementó su grado de envejecimiento de 14,1 a 21,6 %, y la población de 60 años y más es el único grupo de edad que crece en la actualidad, con destaque de la población de 80 años y más. Para el 2030 estos indicadores oscilarán en el entorno del 30 % y para el 2050 en el 36 %.¹

El conocimiento sobre el estado de salud física de los individuos de todos los grupos de edad reviste gran importancia, más aún el de aquellos que alcanzan edades avanzadas, pues representan hoy un grupo significativo de la población cubana, que mantendrá su incremento en el futuro. La autopercepción de salud es un indicador importante del estado general de salud en las personas mayores. Esta autopercepción, pese a ser un indicador subjetivo, integra factores biológicos, sociales y psicológicos del individuo y resulta ser un buen predictor de morbilidad y mortalidad.

Según la encuesta nacional de 2017, 4 de cada 10 cubanos (39,3 %) de 60 y más años declara que su salud es buena o muy buena, aproximadamente la mitad (49,9 %) considera que su salud es regular, y el 10,7 % la valora como mala o muy mala, es decir, cerca de 1 de cada 10 personas mayores. Las mujeres tienen peor auto reporte de salud que los hombres, ya que el 14 % de ellas contra el 7,1 % de los hombres reportan su salud como mala o muy mala.²

Las dinámicas que imponen los altos índices de esperanza de vida alcanzados, lejos de ser un problema, deberían enfocarse en fortalezas sociales, al incentivar, que personas relativamente sanas y con experiencias para aportar a los nobles propósitos de la sociedad, sean atendidas en planes de salud y de calidad de vida, incluso mucho antes de lo que hoy empiezan a ser tratadas, de forma que se identifiquen con oportunidad y se atiendan necesidades de salud o sociales que coadyuven a una mayor participación y bienestar de estas, todo lo cual requerirá del concurso de todos.³

Este fenómeno no es exclusivo de Cuba, pero en particular el país enfrenta un gran reto. En el año 2021, el Anuario Estadístico de Cuba ilustró un 20,6 % de personas mayores de 60 años y más respecto a la población total; representativa de un índice de envejecimiento de 124,5, valor que para el 2045 se estima en 272,7 habitantes mayores de sesenta años por cada 1000 personas menores de 15 años. Indicador que ubica el país dentro de los más envejecidos a escala internacional; situación a la que aluden Ramos Monteagudo y Yordi García, cuando refieren, además, los desafíos que ello representa para el Estado.⁴

La sexualidad es un instinto humano y desempeña un papel fundamental en nuestras vidas. El mantenimiento de la actividad sexual a lo largo de la vida es un componente significativo del bienestar y satisfacción una vez llegada la senectud. En general, tenemos la idea de que la sexualidad está relacionada con adolescentes o jóvenes pero vivimos en una sociedad que sufre un envejecimiento progresivo. Constan pocas investigaciones sobre este tema con muestras representativas, especialmente cuando nos centramos en personas de edad avanzada. Pese a ello, existen estudios en los que se objetiva que los adultos mayores continúan participando en varias actividades sexuales, como el coito vaginal, el sexo oral y la masturbación, incluso en la octava y novena décadas de vida, y la importancia de permanecer sexualmente activos en estas etapas vitales.⁵

La sexualidad se reconoce como un elemento fundamental de calidad de vida para los adultos mayores. La sexualidad en este grupo poblacional es un tema poco estudiado, en su análisis persisten actitudes retrógradas y su abordaje está influenciado por la incorrecta cultura de envejecimiento que las personas poseen.⁶

En el caso de los adultos mayores, la existencia de cualquier manifestación sexual es negada o rechazada incluso por ellos mismos. Las manifestaciones de sexualidad en adultos mayores siguen siendo rechazadas y minimizadas por la población general, lo que contribuye a presentar prejuicios y mitos. Gran parte de estas reticencias a pensar en el sexo en edades avanzadas derivan de años atrás donde el sexo tenía como objetivo la reproducción y la mujer desempeñaba un papel totalmente pasivo en las relaciones sexuales.^{5,6}

Dentro de los prejuicios y mitos más frecuentes que se han descrito son: los adultos mayores no tienen actividad sexual; no están interesados en mantener relaciones románticas; quienes piensan en tener relaciones sexuales están enfermos o son perversos; ya no tienen energía para tener sexo y en el caso de los hombres ya no pueden porque no tienen erecciones; no son apuestos y no se considera normal que alguien se sienta atraído por alguno de ellos; solo pueden continuar su actividad sexual si tienen pareja y cuando ésta falta, pierden esa oportunidad. Se acepta con más naturalidad que la gente joven disfrute del sexo de que el hecho de que lo haga la gente mayor. Se considera que el sexo es un asunto de gente joven, llegando hasta ser molesto para muchas personas pensar en adultos mayores disfrutando del sexo.⁵

La sociedad y en ocasiones los mismos profesionales de la salud cometemos el error de “patologizar” a la vejez y a la sexualidad y esta realidad debe cambiar. Se debe dar la oportunidad a los adultos mayores de recuperar o mantener la satisfacción sexual. Debemos hacer conciencia en los adultos mayores que el no tener coito no es el fin de la sexualidad; la comunicación táctil es probablemente lo más esencial e imprescindible, donde besar, abrazar, sostener, apretar, acariciar entre otras, son expresiones de galanteo, coquetería, erotismo, ternura, amor y se puede acompañar de la comunicación fluida y auténtica, que permita el conocimiento de las necesidades y preferencias de las personas. La sexualidad debe ser más abierta, tolerante y en contacto con las emociones de las personas adultas mayores. Inhibamos la presión de “lo que la gente tiene que ser”.⁷

Existen cambios fisiológicos asociados al envejecimiento y que afectan a cada uno de los sexos. En el caso de las mujeres hay un cese de producción hormonal estrogénica, disminuye el tamaño y la elasticidad vaginal, se aminora la lubricación vaginal, existe menor congestión del clítoris y la plataforma vaginal, las mamas reducen su tamaño, pierden grasa y tejido glandular y se vuelven péndulas, así como los orgasmos y contracciones uterinas cada vez son más cortos y débiles.⁷

Por contraparte, en los hombres, disminuye la testosterona y producción de esperma, existe una erección más lenta que requiere mayor estimulación, decrece la turgencia del pene, aparece un descenso rápido de la erección tras eyacular, así como se presenta un período refractario largo por una menor elevación testicular. Independientemente de los cambios, también se ha considerado que la actividad sexual está mal estudiada, es poco conocida y en muchas ocasiones mal comprendida.⁷

Los profesionales de la salud deben ser conscientes de las crecientes necesidades de educación sexual en las personas mayores y se les debería animar a discutir abiertamente sobre cuestiones sexuales y preocupaciones de estos pacientes.

Habría que desarrollar recursos personales y sociales que faciliten hacer frente a los cambios asociados al envejecimiento y permitan a los adultos mayores de 60 años seguir teniendo una vida sexual satisfactoria y saludable.

Es importante destacar el bajo porcentaje de adultos que refieren recibir información a través del Equipo Básico de Salud (EBS). De igual forma apremia intensificar la labor educativa, brindar mayor información sobre la sexualidad en la tercera edad que contribuya a una sexualidad saludable, modificación de estilos de vidas y mejor calidad de vida de este grupo poblacional, a través del funcionamiento de los círculos de abuelos y otras vías.

En este artículo pretendemos realizar un aporte conceptual para el abordaje de la sexualidad de las personas mayores en el campo de la salud y poner esto en tensión con las prácticas cotidianas en este ámbito. Tenemos el propósito de visibilizar algunas de las problemáticas que atraviesa este grupo poblacional heterogéneo y diverso. Así como también queremos reflexionar sobre algunos de los estereotipos más frecuentes que existen en torno a la sexualidad en las vejez y cómo éstos inciden en la intervención profesional de los equipos de salud.

Objetivo: Caracterizar la sexualidad en el adulto mayor.

Método:

Se realizó un estudio de tipo teórico-reflexivo desde agosto 2023- noviembre 2023. Se revisó la literatura disponible sistemáticamente en formato digital e impreso, para conseguir una síntesis orientada hacia puntos notables que guardaran relación y evidencias de la temática en cuestión, a partir de la interpretación de textos de la temática Se consultaron 18 fuentes bibliográficas para la confección del artículo en español e inglés de la base de datos SciELO, Ebsco y PubMed, Lilacs, Medline de las cuales se seleccionaron 12. Los criterios de inclusión fueron: artículos con acceso gratuito publicados en español, inglés y fueron excluidos estudios cuya calidad metodológica fue baja, evaluándose a través de la lectura crítica Se empleó el Google académico como motor de búsqueda con las palabras claves: Sexualidad; Conducta Sexual; Dinámica Poblacional; Calidad de vida; anciano, se emplearon métodos histórico-lógico y de análisis-síntesis. El principal resultado de interés fue la sexualidad en la tercera edad.

Consideraciones éticas. Los procedimientos éticos estuvieron de acuerdo con las normas éticas establecidas en la Declaración de Helsinki de 1975, enmendada en 1983.

Discusión

Mitos y prejuicios sobre la sexualidad en el adulto mayor

En la actualidad, existen muchos mitos y estereotipos sobre la sexualidad en la etapa de la tercera edad. La creencia que al llegar a la "tercera edad" la vida sexual ha finalizado, se revela como un prejuicio a la luz de las investigaciones sexológicas actuales, que muestran que si tienen una buena salud relativa, los ancianos son capaces de tener actividad sexual y disfrutar de ella hasta una edad muy avanzada.⁸

La importancia de la pareja para la sexualidad en estas edades se ha planteado, los comportamientos sexuales en personas mayores se ha dicho que están más relacionados con la confianza, el amor y la comunicación con su pareja que con factores biológicos. La ausencia de pareja sexual, si es por viudez, se considera la causa que más provoca la pérdida de las capacidades sexuales, en las personas mayores, También se señalan como muy importantes el deterioro de la relación matrimonial o la falta de comunicación en la pareja.⁹

Cuba presenta un envejecimiento poblacional progresivo con un incremento marcado en los últimos años. Para el año 2020 alrededor de 400 000 cubanos habían cumplido los 80 años. Se estima que el porcentaje de ancianos alcance el 25% para el 2025, momento en el que Cuba será el país más envejecido de América Latina y para el año 2050, uno de los más envejecidos del mundo. ¹⁰

Según Salazar Luna Y. y cols el envejecimiento también es un gran reto para la población cubana, ya que simplemente, el hecho de llegar a esta etapa en condiciones de vida saludables, con un ambiente armónico en lo familiar y social, con plena

autonomía económica, y amplio disfrute y felicidad para los años que quedan por vivir, es una ardua tarea para la mayoría de los cubanos.¹¹

No obstante, esta idea se ve reforzada por los cambios fisiológicos que aparecen con la edad y porque en la población estudiada existen mitos y creencias acerca de la sexualidad en esta etapa de la vida que han llevado a la ridiculización de la sexualidad durante la vejez, la cual, generalmente, se asocia con bajo deseo y satisfacción sexual, poco interés en la sexualidad en general y por haber sido criados en una época en que el tema de la sexualidad era un tabú; muchos de los adultos mayores de esta época, no acuden a consulta por disfunción sexual, sumado esto a la creencia de que sus problemas se deben exclusivamente a la edad.¹²

Existe una falacia común entorno a que la gente de la tercera edad es físicamente incapaz de mantener relaciones sexuales, si bien es cierto que los cambios físicos asociados con el envejecimiento pueden hacer que el sexo sea más difícil, muchos adultos mayores aún son capaces de tener relaciones sexuales satisfactorias.

Los autores concuerdan con el estudio realizado por Cala Rosabal, en el que 82 % de los hombres y 90 % de las mujeres tienen actividad sexual, con una periodicidad que va desde una vez al año hasta una vez a la semana o más y sólo un 28 % de los casos nunca realiza el acto sexual.¹⁰

Diferimos con el reporte de Laffita Labori sobre la sexualidad en adultos mayores que destaca el predominio de la actividad sexual en los ancianos del sexo masculino, ya que en la bibliografía consultada encontramos que en ambos sexo existe deseo sexual en esta etapa de la vida.¹³

Factores que actúan como moderadores de la sexualidad en la tercera edad

Los autores concuerdan con Hernández Herrera S y cols en su estudio "Evaluación de las actitudes hacia la sexualidad del adulto mayor en una comunidad rural", los cuales han demostrado que los adultos mayores siguen siendo sexualmente activos, aunque existen diferentes factores que actúan como moderadores de dicha actividad, tales como el género, la disponibilidad de parejas, los niveles previos de actividad sexual, así como la salud física y mental.¹⁴

En estudio realizado en el Consultorio Médico de la Familia No. 1 del Policlínico Docente "Ramón López Peña" de Santiago de Cuba, el 83.5 % de los participantes, manifestó tener deseo sexual, sobresalen los pacientes de 60 a 69 años, en quienes la respuesta positiva alcanza el 95.7 %.¹⁰

El resultado de nuestra revisión coincide con el reporte de Monteagudo Peña sobre sexualidad en adultos mayores que especifica el predominio de los ancianos sin parejas, la importancia de la pareja para la sexualidad en estas edades se ha planteado, están más relacionados con la confianza, el amor y la comunicación con su pareja que con factores biológicos. Este estudio no concuerda con el reporte de Guadarrama, acerca del estado civil sobre la presencia de actividad sexual en 70 % de los hombres y en 40 % de las mujeres con parejas, ya que es más difícil a esta edad encontrar pareja sexual fuera de los lazos del matrimonio.¹⁵

Cala Rosabal y colaboradores, establecen que 66,7 % de los mayores de 60 años que mantuvieron la actividad sexual tenían pareja al estar casados o acompañados. En el estudio predominaron los ancianos con vida sexual inactiva y sin parejas; esto condicionado por la serie de cambios fisiológicos que aparecen en el adulto mayor. La importancia de la pareja en esta edad nunca será suficientemente destacada.¹⁰

Elementos que intervienen en la conducta sexual en el adulto mayor

La conducta sexual en la vejez depende de multitud de variables: salud general, disponibilidad de un compañero(a) sano(a), nivel educativo y social, creencias sexuales, historia sexual previa, intereses y prácticas sexuales previas, grado de satisfacción con la vida, personalidad entre otras.

A criterio de Cala Rosabal L et al, hay diferencias entre el hombre y la mujer; el anciano sin pareja mantiene más o menos las mismas pautas de interés y actividad sexual que el casado. La mujer viuda o soltera posee una insignificante actividad sexual frente a la anciana casada de igual edad. La sexualidad del anciano con pareja es completamente diferente de la de

aquel que no la tiene, es más difícil para un anciano conseguir una pareja circunstancial que para un joven, para una mujer es mayor aún la dificultad.¹⁰

Se coincide con el reporte de Cambão M y colaboradores, sobre sexualidad en adultos mayores que muestra la relación proporcional de dependencia entre el nivel escolar y la existencia de una sexualidad positiva. Este estudio manifiesta que el nivel escolar influye en el mantenimiento de la actividad sexual, pues permite conocer los cambios sexuales de los ancianos. Los cambios que ocurren en la respuesta sexual humana al pasar los 60 años son mejor comprendidos por los ancianos con nivel escolar apropiado. No se encontraron estudios en la bibliografía consultada que difieran de este.⁹

Los autores son de la opinión de que existe poca información sobre comportamiento sexual en adultos mayores y sobre cómo cambia la actividad sexual con los años y las enfermedades. Hay que pensar que el sexo no termina en la juventud y que debemos adaptarlo a cada etapa de la vida. El asesoramiento psicosexual es un componente importante que determina el éxito eventual del tratamiento para el paciente y su pareja.

Nuestra sociedad sufre un envejecimiento progresivo implicando a los grupos de edad avanzada en la educación sexual, haciendo hincapié en los cambios a nivel sexual que implica la edad. Es importante la puesta en marcha de sesiones formativas de educación para la salud con contenido sobre sexualidad y refuerzo de imagen corporal en población adulta mayor.

Los profesionales de la salud deben ser conscientes de las crecientes necesidades de educación sexual en las personas mayores y se les debería animar a discutir abiertamente sobre cuestiones sexuales y preocupaciones de estos pacientes. Habría que desarrollar recursos personales y sociales que faciliten hacer frente a los cambios asociados al envejecimiento y permitan a los adultos mayores de 60 años seguir teniendo una vida sexual satisfactoria y saludable.

Conclusiones

La sexualidad en el adulto mayor es un proceso con gran influencia en el comportamiento humano con carácter material y espiritual, social e interpersonal, se modifica a causa de cambios físicos que se producen en el cuerpo, sin embargo, el interés y deseo sexual nunca se pierden y se mantienen sin importar la edad.

Referencias Bibliográficas

1. Colectivo de autores. Envejecimiento saludable en Cuba. [Internet]. Cintra Cala D, Fernández Seco AE, coordinadores. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2022. Disponible en: <http://www.bvscuba.sld.cu/libro/envejecimiento-saludable-en-cuba>
2. Bayarre HD, Álvarez ME, Pérez JS, Almenares K, Rodríguez A, Pría MC, et al. Enfoques, evolución y afrontamiento del envejecimiento demográfico en Cuba. Rev. Panam Salud Pública. 2018; 42:e21. 2018. Disponible en: <https://doi.org/10.26633/RPSP>
3. Fariñas Acosta. Para que vivir más sea también vivir mejor. Granma. 2019. Disponible en: <http://www.granma.cu/todo-salud/2019-09-26/para-que-vivir-mas-sea-tambien-vivir-mejor-26-09-2019-00-09-45>
4. Ramos-Monteagudo AM, Yordi-García MJ. Envejecimiento demográfico en Cuba y los desafíos que presenta para el Estado. Medwave [Internet]. 2018 [citado 16/06/2022];18(4). Disponible en: <https://www.medwave.cl/medios/medwave/JulioAgosto2018/PDF/medwave-2018-04-7231.pdf>
5. Hernández Carrasco M, de la Fuente Ballesteros SL, García Granja N, Hidalgo Benito A, García Álvarez I, Cano Pazos M. Características de la esfera sexual en pacientes adultos mayores. Med Fam SEMERGEN. 2019;45(1):37-43. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2018.09.007>
6. Paz González SA, Rodríguez Roche Y, Ramírez Oves I, Machado Machado Y, Santiesteban Pineda DM. Representación social de la sexualidad de los adultos mayores. Rev Hum Med [Internet]. 2018 Abr [citado 26 Oct 2019];18(1):83-95.

Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172781202018000100008&lng=es.

7. Tavera Vilchis MA. Sexualidad en el adulto mayor: una perspectiva desde la medicina familiar. Arc Med Fam SEMERGEN. 2023;25(1):50-55. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2018.09.007>
8. Cremé Lobaina E, Álvarez Cortés JT, Pérez Hechavarría G, Fernández González P, Riveaux Verdecia R. Salud sexual en ancianos de un consultorio médico de la familia. MEDISAN [Internet]. 2017 Jul [citado 26 Oct 2019];21(7):857-65. Disponible en: http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192017000700012&lng=es.
9. Cambão M, Sousa L, Santos M, Mimoso S, Correia S, Sobral D. QualiSex: estudio de la asociación entre calidad de vida y sexualidad en ancianos en una población de Oporto. Rev Port Med General Fam [Internet]. 2019 Feb [citado 27 Oct 2019];35(1):12-20. Disponible en: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S218251732019000100002&lng=pt.
10. Cala Rosabal L Y, Peña Infante K, Villanueva Batista Y, Cala Peña R M: Caracterización del comportamiento sexual de los adultos mayores de un área de salud. Revista Electrónica Medimay [Internet]. 2022 Abril- junio [consultado 4 Agot 2023];29(2). Disponible en: <https://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh>
11. Salazar Luna Y, Duany Machado C, Valdéz Rodríguez K. El envejecimiento poblacional, un reto para la sociedad y el Sistema de salud en Cuba. Rev Panorama Cuba y Salud [Internet]. 2018 [consultado 4 Agot 2023]; 13 (Especial): 156-159. Disponible en: <https://revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/issue>.
12. Benítez-García J, Camero-Machín J, Cuello-Ávila J, Curbelo-Fajardo J. Caracterización de la vida sexual de adultos mayores de un área de salud. Medisur [revista en Internet]. 2022 [citado 2023 Ene 31]; 21(1): [aprox. -50 p.]. Disponible en: <https://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/5524>
13. Laffita Labori AK, Córdova García G, Consuegra Córdova Y, Ruiz Benítez L, LLorente Columbié Y. Intervención educativa sobre sexualidad durante la ancianidad en Moa, Holguín, Cuba. CCM [revista en Internet]. 2018 [cited 26 Ene 2022];22 (2):287-97: http://scielo.sldcu/scielophp?script=sci_arttext&pid=S1560-43812018000200009.
14. Hernández Herrera S, Durán Téllez A A, López Nolasco B, Cano Estrada A: Evaluación de las actitudes hacia la sexualidad del adulto mayor en una comunidad rural. Rev haban cienc méd [Internet]. 2022 [citado]; Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/artile/view/4541>.
15. Monteagudo Peña G, López Rodríguez Y, Ledón Llanes L: El deseo sexual en varones adultos mayores, su relación con la testosterona sérica y otros factores. Rev cuban de endocrinología [Internet]. 2016 [citado 2023 Ene 31]; 27(1): [aprox. -15p.]. Disponible en: <https://revendocrinologia.sld.cu/index.php/endocrinología>