

V. Sariego

Pontevedra acogerá entre el 4 y 6 de noviembre el X Congreso de SEMER, una entidad de reconocido prestigio que tiene previsto reunir a cerca de 400 médicos en su primer encuentro en Galicia. En este foro se tratarán asuntos relacionados con la geriatría en varias de sus vertientes, la gerontología y la valoración social de la vejez para una mejor calidad de vida de los mayores "que algún día seremos todos", según explica Alberto López Rocha, presidente de Semer, que acude a Pontevedra con dos importantes novedades: por un lado romper el tabú de la sexualidad entre los mayores y organizar una guardería para los ponentes y participantes para que nadie quede fuera.

- *La sexualidad de la tercera edad todavía es un tema tabú.*

Completamente. Es algo oculto, prohibido. Entre los mayores mucho más pues son de otra época, otra generación. Aunque con el paso del tiempo se pierde la vergüenza y el pudor, nuestra sorpresa es que es algo habitual entre las mujeres que lo tratan con más naturalidad y soltura. Los hombres lo manifiestan más objetivamente, como un instinto, con cierto acoso incluso. La mujer es más sutil, pícara, extrovertida, recurre a los piropos. En las residencias las enfermeras comentan los intentos lúricos de algunos mayores de acariciarlas o tocarlas. También se está descubriendo la homosexualidad en este colectivo. Hasta ahora estuvo encubierta y perseguida, mal vista. Ahora hay más desinhibición, sobre todo entre los hombres.

- *La sociedad no parece estar muy preparada. Tampoco las residencias, en donde se suele reprimir la sexualidad.*

Aún no lo tienen asumido. Ya lo mencioné hace cuatro años en una ponencia y se rieron prácticamente de mí. Propuse, creo que de forma vanguardista y demasiado optimista, la creación de residencias para homosexuales, tanto hombres como mujeres. Hoy ya se están construyendo este tipo de establecimientos, principalmente en el sur de España. Es una realidad que no hay que ocultar.

Alberto López Rocha

PRESIDENTE DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MÉDICOS DE RESIDENCIAS (SEMER)

## "Las personas mayores pueden y deben tener relaciones sexuales"



**"La jubilación obligatoria a los 67 va a ser más perjudicial que beneficiosa"**

- *La edad e incluso la mayor esperanza de vida no tienen por qué ser pues un impedimento para la sexualidad*

La edad media de los residentes está llegando a los 88 años, así pues se está dando una buena calidad de vida a las personas en estos centros y hay que darla en todos los ámbitos pues aunque en las personas de más edad las represiones típicas de anteriores generaciones, afloran, la convivencia, el roce hace el cariño, por lo que surgen estímulos y se genera sexualidad, que hay que dejarla aflorar.

- *¿Cómo se pueden potenciar estas relaciones en las residencias de mayores?*

Soy muy consentidor, dentro de un orden. Si me llega una pareja en plenas facultades psíquicas y me dice que quieren vivir juntos en la misma habitación, por ejemplo, lo consiento. Si no tienen ple-

nas facultades psíquicas y no tienen tutor, es necesario convencer a sus familiares a los que se va a pedir el consentimiento. No van a hacer nada malo, todo lo contrario.

- *Sí, porque el sexo a esta edad es beneficioso.*

Por supuesto. Nosotros tuvimos una viuda, por ejemplo, que sufría un cuadro depresivo que incluso le llevaba a simular una demencia. Las dos desaparecieron cuando empezó a convivir con un hombre mayor soltero. La relación los tenía felices

### La mejor medicina

- *Pero la actividad sexual a esta edad tendrá sus particularidades.*

A los 80 la sexualidad es diferente, los jóvenes la interpretan como una llegada al orgasmo tras el coito, mientras que a medida que se cumplen años van ganando peso las caricias, el cariño, el

hecho de estar juntos o la convivencia. No es con coito, orgasmo y penetración, sino más bien caricias, besos, el detalle, cuidarse el uno a otro y otras sensaciones. Cuando a alguien se le trata bien, todo funciona mejor. En estas edades, un poco de amor, de cariño, de pasión es la mejor medicina que se le puede dar a alguien y no estar con tantos misterios ni represiones. Hay muchas familias que obligan a los médicos a dar hormonas a sus mayores para que estén tranquilos sexualmente. Mañana nos va a tocar a los demás. ¿Nos van a reprimir lo poco que nos queda, lo poco que tengamos?

- *Lo que se supone es que llegados a cierta edad ya no se puede*

No es verdad. Las personas mayores pueden y deben tener relaciones sexuales. Incluso lo entendido como coito, también. No todos los

días, por la edad y el físico, pero sí cuando el cuerpo y la mente lo permitan. Al menos una o dos veces al año. En esas edades también hay deseo sexual y no debe reprimirse. Como dicen los mayores, la vista nunca envejece y este es uno de los mejores estimulantes que existe. No se debe intervenir en ese deseo. La medicación en muchos casos inhibe la libido.

- *¿Cómo es la salud de los mayores en España?*

Está muy bien, es estupenda. No es cierto que existan más enfermedades o que aparezcan nuevas patologías. Son las mismas de siempre, pero duran más. Y la atención sanitaria aún tiene mucho que aprender, pero es envidiable. Otra cosa es el aspecto social. No hay más que ver el aumento de la media de edad. Las personas también duran más, tenemos una población más envejecida que hay que cuidar y reponer para que los jóvenes puedan dar buena calidad de vida a estas personas. En este país no se escatiman medios para atender a la gente mayor, digan lo que digan. El sistema sanitario es privilegiado y de los mejores. En Europa, dicen que hay mejores sistemas, basándose en los presupuestos que se destinan, pero los recursos van destinados a pagar sueldos más altos. Otra cuestión es cómo se organizan aquí y la valoración social.

- *¿Qué se necesita en ese aspecto para que la vejez sea mejor?*

Reconocimiento en general de la sociedad. La vejez no es una enfermedad y política de consenso entre partidos políticos y otros agentes para solucionar temas tan importantes como la Ley de Dependencia.

- *¿Qué le parece retrasar la jubilación a los 67 años?*

Fatal, muy mal. Si es por cuestión económica debería ser voluntario. Ya pasó con los médicos a los que se les ha vuelto a fijar el retiro haciéndolo voluntario tras constatar el fracaso de imponerlo a cierta edad. La obligatoriedad va a ayudar más al fracaso porque la gente cogerá bajas, trabajará mal por estar mal a gusto y porque no es lo mismo un trabajo sedentario que uno intelectual. Cada uno de nosotros es un mundo.