

Universidad de Costa Rica
Ciudad Universitaria Carlos Monge Alfaro
Departamento de Ciencias Sociales
Carrera de Psicología

Tesis para optar al grado de Licenciatura en Psicología

*Estrategia metodológica de Educación Popular acerca de la
sexualidad integral en el “Programa Integral de la Persona Adulta
Mayor”.*

Marianela Villalobos Ulate B27259
Ciudad Universitaria Carlos Monge Alfaro
San Ramón, 2019

TESIS PARA OPTAR POR EL GRADO DE LICENCIATURA EN PSICOLOGIA

*Estrategia metodológica de Educación Popular acerca de la sexualidad integral en el
“Programa Integral de la Persona Adulta Mayor”.*

Presidente del Tribunal _____

Miembro del Tribunal _____

Directora: M.Sc. Alejandra Arguedas Gamboa _____

Lectora: M.Sc. María Andrea Araya Carvajal _____

Lector: Lic. Rafael Moya Delgado _____

Sustentante:

Marianela Villalobos Ulate

Dedicatoria

Un recorrido tan largo y tan lleno de retos y aprendizajes, no podría logarse sin el sostén, el apoyo y el amor que mi familia me pudo brindar, durante este trayecto. Por eso, este trabajo, de tanto significado y valor para mí es dedicado a los seres que me dieron la vida, que me llenaron de amor y me enseñaron a creer en mí y en ser una mujer con dirección y metas. A mis hermanos, por ser seres tan distintos, pero tan complementarios para mostrarme la diversidad y la infinidad de caminos que se encuentran en la vida. El crecimiento, y nutrición que me brindó mi carrera universitaria, no podría cerrarse sin dedicarse a las personas que estuvieron siempre fieles a mí. Gracias familia, ¡es para ustedes!

Agradecimientos

A mi mamá bella, por cada acompañamiento, cada comida mientras terminaba trabajos en la madrugada, por sentirse orgullosa de mí. Por esta ahí siempre cuando la necesitaba, por el simple hecho de ser mi madre, mi cómplice y mejor amiga. Por ese amor incondicional y puro, por brindarme las palabras exactas cada vez que las necesito, por esta ahí, y ser luz. ¡Gracias mamita!

A mi papá, por ser un ejemplo y mi mayor orgullo a seguir. Por ser un hombre valiente, inteligente y capaz de lograr cualquier meta planteada. Por enseñarme el valor del esfuerzo, de la responsabilidad, humildad y sobre todo la vocación, en cada acción y cada decisión a tomar. Por ser un sostén indispensable. Por brindarme todo lo que necesitara durante mi formación, no solo material, sino aquella creencia en mis capacidades y en apoyarme en obtener todas mis metas y sueños. Gracias papi, por ser tan único y tan guerrero, gracias por ser mi papá.

A mis dos hermanos. A mi hermano Óscar, por siempre hacerme reír, por mostrarme el lado gracioso y artístico de la vida. Gracias por enseñarme a ser apasionada y fiel a lo que me gusta, por ser tan entregado a todo aquello que lo llena. A ser auténtico. A enseñarme el sentido de la espontaneidad, a ser una persona valiente y por simplemente ser usted con esa personalidad tan llena de vida y por ser parte de este camino.

A mi hermano mayor José Minor, por ser mi guía, mi ejemplo de sabiduría, inteligencia, liderazgo, esfuerzo, y ser un hombre trabajador. Por inculcarme la seguridad y la búsqueda de objetivos y metas en la vida. Por mostrarme que en la vida es cuestión de actitud, que no se trata solo de estar arriba, sino de levantarse con convicción de cualquier situación, que nos lleve a empezar de nuevo. Por sentirse orgulloso de mí, y por ser un pilar indispensable en mi crecimiento.

A mis abuelitos, por ser lo más cariñosos, amorosos y lindos del mundo. Por creer en mí, y en todo lo que quiero lograr, y apoyarme en cada etapa y momento único de mi vida.

A mis amigos y personas que estuvieron dando amor, y las palabras necesarias en cada momento. A esa persona, que me brindó su apoyo incondicional, con cada aliento, y acompañamiento en cada trabajo, transcripción o ayuda que necesitará. De verdad gracias por haber estado y creído en lo que soy y lo que podría lograr.

A mis compañeros de la U, que fueron los seres con los que compartí y crecí en esta experiencia. Gracias Felipe, por estar ahí, con su presencia y su ayuda en cada refuerzo que necesitaré, y por el amigo y un gran sostén en cada situación. Gracias Mónica, Stephanie y Álvaro, por iniciar este proyecto conmigo por construir entre todos un tema tan necesario, y lleno de aprendizajes como lo fue este trabajo. Por estar ahí, y vernos crecer juntos en esta aventura.

A mi directora de tesis, y equipo asesor, que más que un apoyo académico, fueron seres de luz y sostén para la finalización de este trabajo. Por la comprensión, y la calidez para entender que los procesos de formación y aprendizaje no pasan solo por los libros, sino por un sentido de amor y reconocimiento propio.

Gracias a la vida, por esta oportunidad, por ponerme a las personas adecuadas en cada momento, por enfrentarme con lo que me pertenece y mostrarme cual es mi lugar y mi camino a seguir. Gracias porque a través de sus letras, me pude encontrar. ¡Gracias por eso!

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN.....	1
MARCO DE REFERENCIA.....	4
Antecedentes.....	4
Marco Teórico.....	12
Pregunta de Investigación.....	26
Objetivos.....	27
<i>Objetivo General</i>	27
<i>Objetivos Específicos</i>	27
METODOLOGÍA.....	27
Descripción general de la estrategia metodológica.....	27
Definición del procedimiento para seleccionar a los y las participantes.....	28
Definición de los procedimientos de recolección de información.....	30
<i>Métodos de Recolección</i>	30
Fases de Recolección de la Información.....	32
Definición de los procedimientos y las técnicas para la sistematización.....	33
Definición de los procedimientos y las técnicas para el análisis de la información.....	33
Criterios para garantizar la calidad de la información.....	34
Precauciones.....	35
RESULTADOS.....	36
Capítulo 1. Diagnóstico.....	38
<i>Taller 1: Necesidades educativas y acercamiento al grupo</i>	38
Capítulo 2. Construcción de la metodología.....	49
<i>Taller 2: Vivencia de la sexualidad y Conceptualización de sexualidad integral</i>	50
<i>Taller 3: Vivencia de la sexualidad en la Adulthood Mayor</i>	66
<i>Taller 4: “Roles de género en la adultez mayor”</i>	85
<i>Taller 5: Sexualidad en el ámbito físico</i>	98
<i>Taller 6: Erotismo y placer</i>	111
<i>Taller 7: Afectividades y significado propio de la sexualidad</i>	130
Capítulo 3: Evaluación final.....	142
<i>Taller 8: “Cierre del proceso”</i>	143
<i>Discusión general</i>	159
Capítulo 4: Conclusiones y Recomendaciones.....	167

<i>Conclusiones</i>	167
<i>Recomendaciones</i>	174
REFERENCIAS	177
ANEXOS	184
Anexo 1	184
Anexo 2	187
Anexo 3	188
Anexo 4	189
Anexo 5	191

“Y más bien yo pienso que con la edad se disfruta más (,) ya no estamos asustados porque no nos dejan porque están los chiquillos que van a llegar o que van a venir (...) osea es una libertad y está uno más maduro y se buscan más formas de hacerlo hacer esto otro o qué bonito sería aquello (,) no hay problema verdad porque ya nadie nos critica ya nadie está viendo que está haciendo y que no está haciendo” (D, señora 9).

INTRODUCCIÓN

El crecimiento de la población de adultos(as) mayores, junto al aumento de la esperanza de vida en la mayoría de los países, ha despertado un interés cada vez mayor entre profesionales e investigadores sobre el fenómeno del envejecimiento; presentándose como desafío comprender y elaborar propuestas que respondan a las realidades individuales, grupales y socio-culturales de esta población (Arraga y Montiel, 2013).

Según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) en el 2007 los adultos(as) mayores en Costa Rica representaban un 5.5% del total de los ciudadanos(as), y se destaca que para el 2025 este porcentaje se habrá duplicado, proyectándose a su vez que la esperanza de vida será de 82 años aproximadamente para ambos sexos (INEC, 2007).

Arraga y Montiel (2013) establecen que uno de los aspectos importantes a considerar en el desarrollo de los adultos(as) mayores es la sexualidad, un tabú en la mayoría de las sociedades occidentales, debido a varias creencias erradas alrededor de este ámbito. Diversos autores reconocen tal afirmación, al referir que la sociedad percibe la sexualidad en esta edad como un estereotipo negativo, acentuando la creencia de que las personas de la tercera edad no tienen deseo sexual, son incapaces de mantener relaciones sexuales y, catalogando el tener sexo a esa edad como algo vergonzoso; negándose así la posibilidad de satisfacer abiertamente sus necesidades sexuales (Garita, 2004; Maugeri, 2011; y Pérez, 2008).

A raíz de esta problemática, se plantea abordar este fenómeno social, debido a que los diferentes prejuicios y construcciones sociales con respecto al tema, se pueden presentar como una limitante para una adultez mayor sana, y plena. También existe una importante necesidad en cuanto al conocimiento e información del tema en los diferentes ámbitos sociales. Además, como lo menciona Allen, Petro y Phillips (2008), si bien la actividad sexual se ve disminuida producto de esta opresión y rechazo social, los(as) adultos(as) mayores mantienen su deseo e interés sexual muchas veces intacto, por tanto, es importante desafiar a esta sociedad e incluir al adulto mayor en un punto donde su deseo sea una realidad y no un prejuicio social que limita el disfrute de su sexualidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2002), establece que un proceso de envejecimiento activo permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades. Es, por ello, que la OMS señala que el envejecimiento activo es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida.

El envejecimiento activo al que hace referencia la OMS, busca sin duda romper la imagen pasiva y patológica del proceso de envejecimiento potenciando su tiempo libre, vinculándolo a la participación e integración social, así como al disfrute personal de la cultura, favoreciendo así sus relaciones sociales y el bienestar personal (Villar, 2005; Montoya, 2006). Por tanto, se muestra de gran relevancia la consolidación de espacios donde estos factores puedan ser promovidos y desarrollados. Por ello los espacios educativos ejemplifican una de las formas para apoyar dichos factores, además de contribuir a la adaptación de los cambios propios de la edad, ya que es una vía para informarse, conocerse, intercambiar saberes, hacer contacto con las transformaciones propias y de otros, hacer planes, trazarse metas, plantearse objetivos, construir y modificar el proyecto de vida sobre la base de la realidad; crear, innovar, aportar (Arraga y Montiel, 2013).

En función de estas necesidades en la etapa de la adultez mayor, se puede analizar cómo los diferentes estudios en los que se ha desarrollado el tema de la sexualidad en la tercera edad, parte en su mayoría de líneas descriptivas, que aportan de forma significativa en el campo, sin embargo, se manifiesta un déficit en cuanto a intervenciones y estrategias metodológicas. A pesar de que ya se han desarrollado algunas intervenciones educativas en Costa Rica, los antecedentes reflejan la necesidad de una mayor profundización en esta área, llevando a la praxis todos los aspectos ya conceptualizados de la sexualidad en la adultez mayor.

Esta deuda, se presenta como un ámbito que compete a la psicología con el fin de buscar un mayor bienestar psicológico y social en esta población, contemplando desde aspectos biológicos, históricos, políticos y emocionales. Esta investigación permite una nueva perspectiva de abordaje en el tema de la sexualidad desde una vivencia más allá de los prejuicios y más allá de la genitalidad, es decir, una validación de la sexualidad integral. Además de un acercamiento a la población adulta mayor, desde una visión participativa y activa, creando

espacios donde la psicología puede brindar una mayor inclusividad y protagonismo en la construcción de sus propias realidades, profundizando en un tema con gran necesidad de visibilización.

En vista de esta carencia en el abordaje de esta temática, la presente investigación tiene como fin construir una metodología a partir de los aportes de los(as) adultos(as) mayores, en función de sus propias experiencias y necesidades. Por tanto, espacios que promuevan una adultez mayor activa en la discusión y reflexión de sus realidades, se muestran como medios óptimos para el logro de estos fines. Es por ello, este estudio busca desarrollar una estrategia metodológica de Educación Popular que promueva una vivencia de la sexualidad integral en un grupo de adultos(as) mayores del “Programa Integral de la Persona Adulta Mayor” perteneciente a la Universidad de Costa Rica, de la Sede de Occidente.

Este programa, tiene como objetivo contribuir, al mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores, mediante proyectos y actividades que abarquen diferentes aspectos de sus vidas como: salud, educación, ambiente, historia, recreación, cultura y aspectos psicológicos y sociales, con cobertura a varios cantones como San Ramón, Palmares y Grecia. Siendo, por tanto, un espacio óptimo para desarrollar una nueva perspectiva de trabajo, en una temática de gran necesidad, promoviendo así una mejor calidad de vida.

En síntesis, se puede decir que el presente estudio brinda beneficios en distintas aristas: a nivel social, promueve la desmitificación de un fenómeno que ha sido construida desde los estereotipos y estigmas sociales, dando apertura a un tema como lo es la sexualidad integral en la adultez mayor. Además, aporta a la psicología, estableciendo una metodología concreta de trabajo, con herramientas e ideas sistematizadas para ejecutar en otros posibles espacios. También apoya al programa donde se desarrollará, dando una nueva perspectiva de la sexualidad y un nuevo espacio educativo. Por último, aportará herramientas y aprendizajes grupales e individuales a los y las participantes de la investigación, construyendo su sexualidad integral desde sus propias vivencias y compartiendo saberes.

El trabajo presenta algunos de los antecedentes tanto nacionales como internacionales con el respecto al tema de la sexualidad y metodologías de IAP. Posteriormente una conceptualización de los diferentes factores referentes a la temática. Luego se describen los

objetivos y problema de estudio, finalizando con la descripción metodológica y los anexos pertinentes en la investigación.

MARCO DE REFERENCIA

Antecedentes

A continuación, se presentan diversos estudios que se han desarrollado en relación con el tema. En primera instancia se destacan algunos trabajos tanto internacionales como nacionales con respecto al ámbito de la sexualidad en la tercera edad, por último, estudios internacionales relacionados con la metodología a realizar.

Antecedentes internacionales de sexualidad en la adultez mayor

Una investigación realizada en Brasil, pretendía indagar de qué modo los estereotipos de vejez y género influyen en las personas se ven a sí mismos, incidiendo en la canalización de sus deseos y el desarrollo de su sexualidad. Además de examinar las representaciones sociales de la erótica y la sexualidad en adultos(as) mayores. La información se recoge mediante 15 entrevistas adultos(as) mayores Se concluyó que existen representaciones sociales que afectan a la sociedad y al propio individuo conformando la “profecía que se autocumple”, cuando percibe la falta de control sobre un aspecto tan importante de su vida y se convence de que el erotismo y la sexualidad son limitadas en su vivencia. También se percibe mayor libertad en las manifestaciones sexuales en hombres que en mujeres. Afirmando, por tanto, que, si existe un entorno libre de estereotipos, se pueden observar transformaciones en las percepciones. Por último, se destaca que existen prejuicios y desconocimiento en el personal de las instituciones geriátricas, más aún si se tratan de relaciones homosexuales (Murgiere, 2011).

Otro estudio realizado en Colombia, buscaba calificar el comportamiento sexual de la población mayor de 70 años, expresada en el mantenimiento del deseo, las actitudes y la actividad sexual. Se evaluaron 262 personas no recluidas en centros geriátricos, con actividad funcional adecuada, mediante un cuestionario que incluyó preguntas del estudio “The Pfizer report on sexual health in the second half of live final”, el IIFE (índice internacional de la función eréctil) y el FSF (índice de función sexual femenina). Dentro de los resultados se presenta que más del 50% tienen relaciones sexuales regulares, con diferencia de que el deseo

sexual es menor en mujeres que en hombres. De igual forma ocurre con la aparición de fantasías sexuales. El grado de satisfacción con la condición actual es mayor en mujeres; lo que coincide con el bajo deseo sexual que predomina en el sexo femenino. Se encontró que más de 50% de los hombres tienen actitudes sexuales positivas a diferencia de las mujeres que alcanzan solamente un 22% (Silva y Ramírez, 2005).

En cuanto a intervenciones educativas propiamente, en Holguín de Cuba, se desarrolló un abordaje educativo de 8 meses, en el tema de la sexualidad en las personas adultas mayores, tanto hombres como mujeres. Después de la aplicación del programa se llegó a la conclusión de que gran parte de la respuesta sexual es afectada por los mitos impuestos por la sociedad y que el principal de ellos es el que el hombre debe mantenerse firme, para poder tener una buena erección y rápida. Los otros factores que influyen son de índole biológicos. Por último, después de la intervención se obtuvo una gran mejoría en el conocimiento de estas personas (Seda, Colón y Arguelles, 2009)

De igual manera en Cuba, se realizó una intervención educativa con respecto al tema de sexualidad, con 25 adultos(as) mayores de ambos sexos que se encontraban incorporados a los círculos de abuelos del centro urbano “Abel Santamaría Cuadrado”. Se llevó a cabo en 3 etapas: diagnóstico, intervención y evaluación. Se concluye que la mayoría de los participantes tenían nociones limitadas en relación al tema de sexualidad antes de la acción educativa y después de esta lograron modificarlas positivamente, por lo cual se demostró la efectividad del programa de educación sexual aplicado. Se expresa claramente la influencia de las construcciones de género en la construcción de la sexualidad en este grupo. Además, se destaca la necesidad de seguir realizando estas intervenciones, con el fin de lograr una mayor sensibilización en el tema (Boudet, 2010).

Un estudio investigó los cambios que se produjeron en el conocimiento de los adultos mayores y las actitudes acerca de la salud sexual, después de un taller de educación e intervención de dos sesiones. Los participantes fueron diez personas de edad avanzada, entre los 61-91 años, que asistieron a un centro diurno de los servicios de alto nivel. Los resultados indicaron que, si bien los juicios modelados pueden ser aprendidos, estos pueden no ser expresados, ya que se encuentran desfavorecidos social o personalmente. La presunción es que

se presentan disonancias cognitivas, entre los juicios morales y la propia vivencia (Adams, Rojascamero y Clayton, 1990).

Por otro lado, en Estados Unidos se investigó la adquisición de conocimientos y el cambio en las actitudes de 28 participantes del grupo experimental y 25 del grupo control, en un curso sobre la sexualidad y el envejecimiento. El curso cubría las temáticas de etapas de desarrollo, las diferencias culturales, los mitos y los hechos, institucionalización, desventajas, y el asesoramiento. El grupo experimental mostró un aumento significativo en el conocimiento sobre el envejecimiento sexual, mientras que el grupo de control no lo hizo. Una tendencia hacia un punto de vista más liberal se produjo en las actitudes del grupo experimental, a diferencia del grupo control (Hammond y Bonney, 1985).

También en un centro de salud preventiva de New York, se llevó a cabo un taller de sexualidad de 7 de sesiones para adultos(as) mayores. Dentro de los resultados del taller, se muestra más facilidad para hablar sobre la sexualidad y para utilizar los términos correctos. Algunas cuestiones examinadas como resultado del taller fueron los tabúes, la presión de los(as) hijos(as) mayores de no ser parte de una pareja, y que se presenta una confusión entre la sexualidad y la intimidad (Salamon y Charyton, 1984).

Otro estudio llevó a cabo una intervención educativa con el objetivo de modificar las concepciones sobre la sexualidad y contribuir a lograr calidad de vida en adultos(as) mayores pertenecientes al consultorio Tula Aguilera del municipio Camagüey. El estudio estuvo conformado por 70 adultos(as) mayores, a quienes se les aplicó una encuesta sobre el nivel de conocimiento de la sexualidad. Se mostró que los(as) adultos(as) mayores no tenían un adecuado conocimiento sobre la sexualidad, por tanto, se diseñó una estrategia educativa, que posteriormente se evaluó. Se aplicó nuevamente la encuesta que se realizó inicialmente para evaluar los conocimientos adquiridos y se compararon los resultados antes y después de la intervención (Olivera y Bujardún, 2010).

Además, en el Centro Gerontológico de Ciego de Ávila se llevó a cabo un estudio, con el objetivo de modificar variables psicológicas en el/la adulta(a) mayor. Este estuvo constituido por 63 adultos mayores. El diagnóstico educativo se aplicó mediante una encuesta, una observación participante para medir variables de interés, así como el apoyo familiar y la

satisfacción con los servicios de la institución y diferentes test psicológicos. A partir de los resultados se elaboró e implementó una estrategia educativa para modificar variables psicológicas donde se obtuvo un alto incremento del nivel de conocimiento y modificación adecuado de las actitudes. Se destacaron cambios significativos en la visión del tema (López, Quiñones, Rodríguez, Tejera y Delgado, 2013).

Con lo que respecta a estrategias educativas específicas para abordar este tema en esta etapa del desarrollo, se realizó una investigación de recopilación bibliográfica que tenía como finalidad resaltar la importancia de la educación sexual en la vida de los(as) adultos(as) mayores y proponer algunos lineamientos y estrategias al respecto; rescatando el uso del cine como un medio para la educación sexual de las personas de la tercera edad. Concluyen mencionando que la implementación de programas donde se use el cine para abordar temas relacionados con la educación sexual de las personas mayores, contribuye a fomentar la capacidad crítica de las personas, además, estimula la creación de actitudes positivas hacia los(as) adultos(as) mayores y hacia la sexualidad misma, desmitificando las creencias que hay alrededor del tema (Arraga y Montiel, 2013).

Por último, en el 2010 se llevó a cabo un proyecto llamado Rude, donde por medio del teatro lograban conocer sobre la intimidad de las personas mayores y su sexualidad. Después de la aplicación del proyecto, se logró concluir que es importante tomar en cuenta e implementar el tema de la homosexualidad en las personas mayores ya que la mayoría de la sociedad entiende que la comunidad adulta mayor es solamente heterosexual y que no existen los casos de la homosexualidad, además se expresa la necesidad de una vida sexual sin restricciones. Un factor importante es que se logró comprobar que la desigualdad social existente hacia las mujeres también tiene repercusiones en la vida sexual (Hafford, Couchman, Webster y Avery, 2010).

En cuanto a EP propiamente, Fabiano (2016), registra una experiencia de EP para la educación en sexualidad, de un proyecto de trabajo comunitario desarrollado junto a estudiantes de 10 a 28 años de edad de las Escuelas Itinerantes y comunidades del Estado de Paraná, Brasil. El desarrollo contó de una etapa de sondeo, observación participante, grupos de discusión, realización de talleres para toda la comunidad, etapa de evaluación y devolución a la comunidad. Como conclusiones del proceso se destaca que la EP como apoyo metodológico de acciones o programas de educación en sexualidad posibilita una intervención que incluye la dimensión

humana, física, sociológica, de creencia, social, político-ideológica y cultural de las personas por medio de un proceso de participación social efectiva. Promueve la adecuación ética, teórica y pedagógica del trabajo que posibilita ampliar las perspectivas biologicistas y del binomio salud-enfermedad para la educación en sexualidad. La experiencia ha demostrado ser una importante herramienta para la promoción de la salud afectivo-sexual, reproductiva, del bienestar y del diálogo de género entre hombres y mujeres. Además, también puede contribuir para crear estrategias de promoción para la salud en otros problemas de interés de la salud pública.

Antecedentes nacionales de sexualidad en la adultez mayor

Con lo que respecta al ámbito costarricense, se realizó una investigación donde buscaba crear una propuesta socioeducativa sobre sexualidad humana dirigida a un grupo de hombres adultos mayores varones. Realizando una evaluación de la misma durante el proceso, identificando las necesidades educativas en el tema. El estudio se realiza con seis adultos mayores con edades entre los 65 y 84 años, pertenecientes activos de la Clínica Dr. Solón Núñez Frutos, de Hatillos. Esta se desarrolló mediante entrevista semiestructuradas, así como técnicas grupales participativas (Herrera, 2005).

Se considera relevante haber realizado el trabajo en dos etapas. La primera contempla el proceso durante el cual se detecta con los adultos mayores las necesidades educativas. La segunda etapa pretendió ampliar el concepto limitado de sexualidad y deconstruir 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. Por su parte, el enfoque de investigación-acción, permite un buen uso de herramientas y estrategias planteadas por los participantes y el investigador. Uno de los aspectos medulares para el éxito del proyecto fue la evaluación permanente que se utiliza a lo largo del trabajo, lo que desarrolla la necesidad de ir replanteando las estrategias a seguir y los cambios que se dan en el transcurso de la experiencia. Se observa que a lo largo del proceso se generan cambios en los adultos mayores, lo que lleva a concluir que el programa es significativo para los participantes (Herrera, 2005).

Por su parte, se desarrolló un programa educativo de enfermería sobre sexualidad Integral dirigido a personas adultas mayores de la Asociación Gerontológica Costarricense

(AGECO), durante el primer semestre del 2005. Según los autores se concluye que la religiosidad es una variable que influye en la percepción de sexualidad de los participantes, ya que se muestran coincidencias en los discursos relacionados con la sexualidad y la visión religiosa. También el reconocimiento de abordar los temas de género y derechos en esta población, ya que fueron de gran impacto. Mejoras en las relaciones interpersonales y habilidades sociales. La familia como un factor influyente en el tema de la sexualidad en esta población, y en general se evidenció una necesidad de educación en el tema (Campos, Morales y Chinchilla, 2005),

En relación a la zona de Occidente, en un trabajo final de graduación de desarrolla un programa educativo de enfermería para la promoción de una sexualidad integral en las personas adultas mayores de la Asociación Centro Diurno Quintín Vargas Aguilar, en Tacares de Grecia, en el primer semestre 2007. Al programa asistieron en promedio fueron 15 personas, vecinas del distrito de Tacares de Grecia, en edades de 66 y 93 años, la mayoría con un nivel educativo bajo. Según los autores, dentro de los resultados del programa se encuentra que la sexualidad ha sido influenciada por la religiosidad de las personas, debido a las creencias y dogmas que se presentan en algunos credos religiosos, con respecto a la sexualidad donde se manifiesta negatividad al disfrute de la misma, bajo un sistema patriarcal. También que las experiencias de vida cumplen un papel muy importante en el desarrollo integral (Gutiérrez y Ramírez, 2007).

Se encuentra que, en la adultez mayor, se incrementa la proximidad, siendo el afecto, la comprensión y el cariño el primer plano, quedando la sexualidad coital en un segundo plano. Se presentan vacíos en información referentes a la sexualidad en los(as) adultos(as) mayores. Se manifiesta una construcción de masculinidad y feminidad evidentes de una influencia sociocultural. Se destaca la importancia de programas que desmitifiquen. Según los(as) adultos(as) mayores, la familia cumple un rol significativo influyendo de forma directa o indirecta en la vivencia de la sexualidad, en los grados de tolerancia que se muestren con el tema, por lo que se requiere programas con énfasis familiar (Gutiérrez y Ramírez, 2007)

Otro estudio en la zona de Occidente, específicamente en el cantón de San Ramón, se realiza una investigación para optar al grado de licenciatura en Trabajo Social. Este tenía como objetivo analizar la percepción acerca de la sexualidad en la relación de pareja heterosexual de las personas adultas(os) mayores, para contribuir al conocimiento y abordaje teórico

metodológico del trabajo social en esta temática. Participaron seis personas adultas(os) mayores, que forman parte del grupo “Coraje y Esperanza”, además de seis personas allegadas a los(as) adultos(as) mayores, familiar o amistad. Se ejecutaron diversos talleres, así como entrevistas semiestructuradas (Benavides, Cabezas y Jiménez, 2008).

Dentro de los principales resultados se destaca la ausencia de educación en cuanto a la sexualidad ya que era un tema tabú. Toda la población participante manifiesta aceptación por el proceso de envejecimiento. A pesar de incorporar otros aspectos en la actividad sexual, la parte genital sigue siendo la principal, evidencia de la visión limitante de la sexualidad. Cambios sexuales atribuidos a diversos factores como problemas de salud. Disminución de la vida sexual, aunque se sigue practicando, lo cual evidencia que esta no desaparece en la vejez. Las mujeres perciben su estado emocional como el mayor influyente (Benavides, Cabezas y Jiménez, 2008).

Analizando los distintos antecedentes relacionados con metodologías de trabajo en el tema de la sexualidad en población adulta(o) mayor, se puede evidenciar que en el ámbito internacional, existen diversas formas de abordarlo, como lo son estudios de corte experimental (Hammond y Bonney, 1985), diferentes intervenciones educativas (Seda, Colón y Arguelles, 2009; Adams, Rojascamero y Clayton, 1990; Olivera y Bujardún, 2010), y propuesta de técnicas específicas, como el teatro o el cine (Arraga y Montiel, 2013). Por otro lado, a nivel nacional, se presenta una menor variedad en cuanto a abordajes, sin embargo, se destacan estudios como los trabajos finales de graduación desarrollados en la zona de Occidente (Benavides, Cabezas y Jiménez, 2008), que aportan variables específicas del contexto, como los son los mitos comunes y estereotipos en torno al tema, así como las necesidades educativas.

En general se puede concluir que los diferentes estudios aportan aspectos relevantes relacionados con las intervenciones en este campo, como lo es la construcción social respecto al tema, es decir, los prejuicios y estigmatizaciones que rodean a la visión de la sexualidad en esta población (Boudet, 2010; Herrera 2005; Olivera y Bujardún, 2010). Por tanto, se destaca también la influencia de dichas creencias en la vivencia de la misma, llegándose a convertir en “profecías auto cumplidas” impactando directamente en sus interacciones sociales, vida de pareja y auto concepto (Seda, Colón y Arguelles, 2009; Murgiere 2011). También las transformaciones y percepciones que se manifiestan una vez concluidos los programas o intervenciones educativas. Resaltando principalmente una desmitificación y conocimiento de su

propia sexualidad. Por tanto, los estudios apuntan a que se destacan resultados favorecedores en este tipo de abordajes (Gutiérrez y Ramírez, 2007; Benavides, Cabezas y Jiménez, 2008).

Antecedentes de IAP y adultez mayor

Con lo que respecta a metodología de tipo Investigación-Acción-Participativa se encuentra un déficit en cuanto temáticas de sexualidad y adultez mayor, sin embargo, se encuentran algunos estudios realizados desde esta modalidad con población adulta mayor que visualizan la relevancia de la participación en la construcción de sus propias realidades, según las necesidades que manifiesta esta población.

Por ejemplo, en Colombia se llevó a cabo un proyecto que tiene como finalidad orientar a que la responsabilidad social universitaria tenga un contenido movilizador, contribuyendo a construir un sentido nuevo a la reflexión sobre los temas claves de la comunidad como es el adulto (a) mayor. Por lo que se establece como objetivo, la creación de una comunidad social de investigación y la valoración del bienestar psicológico en un grupo de personas adultas mayores de la fundación Albeiro Vargas. Creando así, una comunidad social de investigación de personas adultas mayores con una metodología de investigación-acción (IA). El grupo de investigadores estaba constituido por representantes de las instituciones, estudiantes y adultos(as) mayores (Martí, Martínez, Martí y Marí, 2007).

En la investigación participaron 48 adultos(as). Como resultados del proyecto, se encuentra una necesidad en la reestructuración del auto-concepto del/la adulta(a) mayor. Y en cuanto a el proceso participativo tanto de estudiantes como adultos(as) mayores, genera estudiantes comprometidos(as) e implicados(as) en investigaciones con esta población, además de un fortalecimiento de la IA, como método de aprendizaje e innovación para abordar con la adultez mayor (Martí, et. al, 2007).

Por otro lado, en España, se desarrolló una investigación del tipo IAP, con población adulta mayor de zonas rurales, planteándose como objetivo contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas mayores en tres municipios rurales mediante el establecimiento de un dispositivo comunitario. La Universidad de Girona propuso como método una IAP que se inició en el año 2000 y terminó en el 2002, con un enfoque cualitativo dentro de la planificación

estratégica. Como conclusiones se menciona que asumir un enfoque de IAP con una metodología participativa y cualitativa frecuente en la planificación estratégica permite elaborar propuestas innovadoras que ayudan a cohesionar la comunidad, incrementan la participación social (no sólo de las personas mayores), fomentan las relaciones interpersonales y, en definitiva, promueven el envejecimiento activo y saludable (Monreal y Vilá, 2008).

Por su parte investigaciones del tipo IAP, muestran como mediante la participación activa de los(as) adultos(as) mayores, se obtienen resultados importantes, como los son organizaciones comunitarias y un envejecimiento activo (Monreal y Vilá, 2008). Además de una reestructuración en cuanto a la visión de adulto(a) mayor, siendo la autonomía un aspecto esencial a rescatar, por lo que la IAP, se muestra como una herramienta innovadora de aprendizaje para trabajar con la adultez mayor (Martí, et. al, 2007). A pesar de ello, se analiza una debilidad en cuanto a la sistematización de los procedimientos propios de la EP y la IAP, además de desarrollar este tipo de trabajo en poblaciones de la tercera edad.

En general, la revisión de antecedentes, muestran como a pesar de encontrarse algunas investigaciones e intervenciones educativas en el país y la región, en el tema de la sexualidad en la adultez mayor, se presenta como un campo de escaso abordaje, y por ello, un área con vacíos y necesidades de profundización. Al igual, que el debilitado desarrollo de IAP y EP con personas adultas mayores, siendo un tema inexplorado. Por tanto, se evidencia la importancia de dar apertura a nuevas perspectivas de trabajo. Siendo así, en la zona de Occidente un nuevo campo de acción para la psicología, desarrollando metodologías novedosas en una población con necesidades de espacios para la participación y construcción de estrategias en pro de la salud mental, que parta de su contexto y sus propias experiencias de vida.

Marco Teórico

En el presente apartado se ahonda los principales conceptos relacionados con la investigación. En primera instancia se analiza la concepción de la Adultez Mayor como parte del ciclo de vida, luego de ello se desarrolla el tema de la Sexualidad en la Adultez Mayor, seguido de la Sexualidad Integral, y por último el enfoque de Educación Popular e IAP.

Concepción de la Adulthood Mayor

El envejecimiento, tradicionalmente se ha asociado con el deterioro físico, pérdida progresiva de habilidades y relaciones sociales. Esta noción parte de un “modelo deficitario” en el que los problemas cognitivos, así como la pérdida de las relaciones sociales, se ha generalizado y considerado como los principales temas de abordar en dicha población. Por lo que se desarrolla a nivel social estereotipos asociados directamente con pérdida de destrezas y desvinculación social (Velázquez, 1999).

En vista, de estas concepciones tradicionalistas de vejez, se han construido a través del tiempo postulados teóricos de esta etapa de vida, por lo que Aranibar (2001), realiza un análisis conceptual de la adultez mayor, planteando las distintas perspectivas que se han elaborado en función a esta población. Dentro de estas visiones se encuentran teorías como la de modernización y teorías basadas en cohorte y generación, las cuales han sido de gran discusión a través del tiempo, ya que se han considerado reduccionistas y limitantes para concebir la adultez mayor. Por lo que el autor rescata que debido a estas debilidades se han construido nuevas teorías, con perspectivas diferentes, como lo es la gerontología crítica, esta busca situar los problemas de la dependencia y el envejecimiento en relación con la estructura social. La gerontología crítica, se basa en que la vejez es más una construcción social, por tanto, son los condicionantes sociales, económicos y políticos los que determinan y conforman las condiciones de vida y las imágenes sociales de las personas mayores, resultado de la división del trabajo y de la estructura de desigualdad existente en toda sociedad y en todo momento. Por tanto, esta perspectiva busca poner en primer plano la dimensión política del tema (Aranibar, 2001).

Una vez analizada una perspectiva macro, que brinda una visión social de la adultez mayor, el autor hace referencia al modelo teórico de ciclo de vida, el cual es concebido como una construcción que introduce la noción de la vejez como una etapa más en el proceso total del ciclo vital. Es decir, la vejez no implica necesariamente una ruptura en el tiempo ni el ingreso a una etapa terminal, sino que es parte de un proceso donde el individuo continúa “dialogando” con la sociedad, al igual que como lo hace en etapas anteriores. Por tanto, uno de los aportes más importante ha sido el establecer que, al ser la vejez una etapa más del ciclo, no tendría, por definición, razón para ser una etapa de exclusión social.

Entre los precedentes e inspiradores del enfoque del ciclo vital es destacable la aportación de Erik Erikson, ya que plantea una visión del ciclo vital entendida como una secuencia de encrucijadas en las que el yo se ha de enfrentar a ciertos compromisos y demandas sociales. Si las encrucijadas se superan con éxito, conllevan a una expansión y la suma de nuevas competencias y cualidades al yo, si no, pueden implicar un estancamiento. A pesar de que esta teoría se compone de diversos principios, se logran sintetizar tres de los principales: la defensa de una visión compleja del desarrollo, el acento en la cultura y la historia como factores que determinan trayectorias evolutivas y, por último, el énfasis en la adaptación como aspecto clave del desarrollo a lo largo de la vida (Villar, 2005).

Erikson (1950, 1968, 1985) cit. por Izquierdo (2005) explica que la resolución positiva de cada etapa es de crucial importancia para poder acceder a las etapas siguientes. El conflicto propicia el paso de una etapa a otra superior. Por tanto, la naturaleza de cada crisis es diferente y se caracteriza por una bipolarización (positiva-negativa). De acuerdo con este autor, el problema fundamental que se encara en la adultez es el de la generatividad frente al estancamiento y la última etapa de la vida, es la crisis de integridad del yo frente a desesperación, la contradicción se expresa entre el deseo de envejecer satisfactoriamente y la ansiedad que producen los pensamientos de pérdida de autonomía y muerte.

También Dulcey y Uribe (2002), definen la perspectiva del ciclo vital como un marco de referencia (más que en una teoría) de tipo contextual y dialéctico, que considera la totalidad de la vida como una continuidad con cambios, destacando parámetros históricos, socioculturales, contextuales, y del acontecer cotidiano e individual, como prevalentes sobre cualquier clasificación etérea, o en la que predomine la edad como criterio. La perspectiva del ciclo vital representa un intento para superar la dicotomía crecimiento - declinación, reconociendo que en cualquier momento de la vida hay pérdidas y ganancias.

Desde este punto de vista, el ciclo vital, y en concreto el envejecimiento, se contempla como un proceso abierto que puede suponer tanto pérdida como ganancia en función de cómo se resuelve o no cada una de las encrucijadas. En función a ello, Baltes y Baltes (1989) cit. por Izquierdo (2005), establecen que, en la vejez, se puede conseguir un nivel funcional estable, una autoimagen positiva y un estado satisfactorio, por medio de tres procesos de adaptación fundamentales: la selección, la optimización y la compensación. Definen la selección como la

reformulación de las metas de desarrollo y el establecimiento de preferencias. La optimización se entiende como la adquisición o el perfeccionamiento de medios, recursos y conductas que promueven la obtención de las metas previstas. La compensación se dirige a la recuperación y mantenimiento del nivel funcional o del estatus bio-psico-social vigente hasta el momento. Con ello se procura movilizar, sobre todo, recursos, capacidades y habilidades que han permanecido latentes en la persona. El resultado final de la interacción de estos tres procesos es un sistema de vida satisfactorio, exitoso y activado, aún a pesar de las limitaciones que puedan presentarse. Desde esta perspectiva, se refieren al envejecimiento exitoso como un balance positivo entre ganancias y pérdidas a medida que las personas se van haciendo mayores, predominando las primeras frente a las segundas.

A lo largo del ciclo vital, cada conjunto de años conlleva a distintas tareas y por tanto los autores aluden a los diversos estadios, periodos o fases. Estas fases no pueden ser determinadas para cada persona y cada entorno. La edad, por tanto, no solo es cuestión de cronología, sino que está llena de significados, estructuras, obligaciones, relaciones, que marcan el ritmo de vida de cada persona (Izquierdo, 2005).

Partiendo de que esta investigación, enfatiza su carácter psicológico en pro de la salud mental, y la calidad de vida, la perspectiva del ciclo vital, se fundamenta como un aporte de suma de relevancia para este estudio, ya que conceptualiza la vejez como una etapa con sus propias características, roles y necesidades, y por ello no se concibe la exclusión de estas personas como un factor justificable. De igual forma, las teorizaciones de la gerontología crítica, aportan una visión social y política de la adultez mayor, como una concepción que compete a cualquier disciplina que tenga acercamientos a estas poblaciones.

Educación en la Adultez Mayor

Considerar la educación en la adultez mayor, implica apostar por una visión del ser humano abierta y que reconozca su potencial de cambio durante toda la vida. De acuerdo con los planteamientos del ciclo vital y su visión del desarrollo, las personas mayores no únicamente son capaces de adaptarse a los cambios y compensar posibles pérdidas, sino que además, poseen la capacidad de experimentar ganancias, de plantearse y conseguir nuevas metas. Así, más allá de los diferentes enfoques de la educación como compensación de pérdidas, los enfoques del

ciclo vital permiten concebir también una educación centrada en el desarrollo, un medio para potenciar el crecimiento y adquisición de competencias nuevas (Villar, 2004).

Como bien menciona Mogollón (2012), es importante dejar de proporcionar una educación mediatizada al adulto mayor, sólo con el fin de anticipar su deterioro cognitivo y psicosocial; más bien se le debe brindar una educación permanente y de calidad, como soporte a su desarrollo liberador ante la cambiante sociedad actual; a la cual tienen aún mucho que aportar

Juni y Urbano (2008), establecen que, las concepciones pedagógicas tradicionales que enfatizan la perspectiva bidireccional educador-participante son desbordadas, desde la perspectiva de los mayores, por una concepción en la que el grupo es el continente y el mediador de la interacción, cobrando así protagonismo las capacidades y condiciones profesionales y técnicas para la gestión de lo grupal. Es decir, a nivel metodológico, y desde el punto de vista interventivo, más allá de la valoración de la experiencia y del reconocimiento de los adultos mayores como poseedores de saberes y, por lo tanto, como sujetos portadores de conocimientos, éstos otorgan una gran importancia a las competencias y capacidades vinculadas a la transmisión y gestión del conocimiento, en otras palabras, al papel del o la facilitadora del proceso. La expectativa de un educador carismático y empático no puede entenderse, como una demanda actitudinal, sino más bien como parte de las competencias profesionales que los educadores deben poseer y que posiblemente se relacionen a la necesidad de contar con conocimientos especializados acerca de las posibilidades y condiciones de los adultos mayores para aprender, así como la valorización y adecuada ponderación del significado que le otorgan a la educación como un medio para gestionar un envejecimiento saludable y enriquecerse como sujetos individuales y como miembros de una sociedad en evolución y cambio.

Sexualidad en la Aduldez Mayor

A partir de una conceptualización de la aduldez mayor, es importante analizar específicamente la visión de la sexualidad en esta población y sus características. Masters y Johnson (1981) por su parte, enfatizan que la población adulta mayor tiende a ser víctima del edad-ísmo, este hace referencia a una idea errada, en la que se retrae considerar la actividad sexual en esta etapa.

Se establece que las pautas de interacción sexual en el adulto(a) mayor no difieren de las practicadas en etapas anteriores de la vida. El coito vaginal, el sexo oral y la masturbación recíproca son formas de ejecutar el acto sexual, preferidas tanto por jóvenes como por adultos(as) mayores. Se menciona que en la vejez existe mayor experiencia sexual, existe mayor entendimiento en la relación de pareja, mayor ternura y sabiduría. El hombre parece presentar menos ansiedad en el tema de la eyaculación, por lo que se da un juego sexual y un coito más prolongado (Pérez, 2008).

Se destaca también que la sexualidad en el envejecimiento no es únicamente el resultado de cambios fisiológicos, sino, es especialmente el resultado de la afluencia de factores históricos, personales, socioculturales, ideológicos, psicológicos, simbólicos, de género, inconscientes, y demás. Se hace mención que en el proceso de envejecimiento se desarrollan una serie de cambios objetivos y medibles en la fisiología sexual, sin embargo, no implica el abandono de la actividad sexual genital y por tanto del disfrute de la sexualidad en general, pues las variaciones fisiológicas tienen una influencia parcial pero no total sobre la capacidad de respuesta (Garita, 2004).

La sexualidad representa realización personal y satisfacción plena, es por esto que posee un impacto en mejorar la calidad de vida y en el disfrute de esta etapa de desarrollo. Los mitos y estereotipos con respecto a la sexualidad en la adultez mayor, ha llegado a tener una influencia importante en la sexualidad de esta población. La existencia de prejuicios sociales con pautas culturales rígidas, así como determinadas actitudes sociales y familiares ante la vida sexual del adulto mayor como la censura, el reproche, el miedo, las risas o los chistes, entre otros prejuicios y mitos, propician una desinformación permanente de la temática sexual en la adultez mayor. De igual forma la persona se convierte en destinatario de sus propios prejuicios (Pérez, 2008).

Aunado a lo anterior, se establece que los mitos, las actitudes negativas y las falsas creencias que se tejen y surgen de manera en torno a la sexualidad en la vejez, se constituyen como elementos, que sumados a las abstracciones sexualidad-culpa-prohibición, sexualidad-reproducción, sexualidad-genitalidad, así como a vejez-enfermedad o juventud-sexualidad, emergen como síntomas ante la persistente tendencia sociocultural de negación masiva y descalificación (Garita, 2004).

Además, ante tales creencias falsas o mitos, subyace una fuerte concepción idealizadora de la juventud, circunscrita los ligámenes enaltecidos con salud, felicidad y sexualidad, versus la ya señalada relación de vejez con asexualidad y enfermedad. Se manifiesta en medio de la prohibición y los temores por su abordaje, el silencio, en igual medida que con la infancia y la adolescencia socialmente se rehuye a hablar del tema. Sin embargo, en la actualidad existe una inmensa preocupación por “educar” a las nuevas generaciones en temas de sexualidad, pero en lo relacionado con sexualidad y vejez, el diálogo se encuentra ausente. De esta forma, si desde los más diversos ámbitos se tienden a rechazar, temer, negar, hacer burla y caricaturizar la sexualidad en el proceso del envejecer, quienes se encuentran en la vejez o cerca de ella, no encuentran más camino que plegarse consciente o inconscientemente a lo esperado desde la dinámica sociocultural, bajo la existencia de múltiples y particulares signos defensivos, como lo son las respuestas fisiológicas, como desencadenantes (Garita, 2004).

Porras (2013), en una documentación de CONAPAM, establece que unos de los principales mitos costarricenses en torno a la vejez, es la asociación de esta etapa del desarrollo con la pérdida de sexualidad. Incitando a la necesidad de comprender la sexualidad desde un marco más amplio, dejando de lado la concepción de sexualidad reduccionista y focalizada en edades medias.

En Costa Rica la sexualidad forma parte de los derechos de las personas adultas mayores, se encuentren institucionalizadas o en la comunidad, puesto que tienen derecho a relacionarse afectivamente con su pareja y familiares, tomar sus propias decisiones y elecciones, contar con espacios de privacidad, educarse sobre el tema, entre otros; lo que implica poder desarrollar su sexualidad sin que otras personas violenten este derecho (AGECO, 2013).

Por esta razón, se enfatiza que la falta de reconocimiento de la sexualidad en los(as) adultos(as) mayores es una forma de maltrato y la limitación de sus libertades individuales es una vulneración de sus derechos (Maugeri, 2011).

Además, la adaptación sexual influye positivamente en la autoestima y calidad de vida de las personas mayores, ya que su expresión no solo entraña una representatividad positiva de

su personalidad sino también un sentimiento de pertenencia que obliga a conservar el cuerpo y a llevar una vida sana con el fin de suscitar el deseo sexual en los otros (Muñoz, 2002).

Por estas razones desde la psicología se debe abordar desde una perspectiva multidimensional, con el fin de fortalecer el proceso de adaptación de las personas mayores a los cambios en la etapa de envejecimiento y así facilitar su bienestar, autorrealización e integración social.

Sexualidad Integral

A partir de la comprensión de las diversas variables que influyen en la sexualidad en la tercera edad, se evidencia la relevancia de analizar la sexualidad desde un modelo que permita integrar los distintos factores que la contemplan, siendo pertinente la conceptualización de la sexualidad integral, como un eje central para la construcción de la misma desde diferentes ámbitos.

El concepto de sexualidad ha tenido diversas definiciones a lo largo de la historia, cada una distinta a la otra dependiendo de la tradición histórica cultural, por lo tanto, es necesario comprenderlo de manera amplia lo que a su vez dificulta una definición clara (Foucault, 1976)

Sin embargo, se enfatiza que la sexualidad humana tiene que ver con la capacidad que se posee para sentir, experimentar, expresar y compartir placer y afecto. El ser humano posee un cuerpo dotado de estructuras y funciones biológicas que lo habilitan para manifestar diversas sensaciones y emociones (Romero, 1999 cit. por Salas y Campos, 2002). Además, se establece que los aspectos socioculturales son de gran impacto para la conformación de la sexualidad, principalmente en el tema de la socialización de género (Salas y Campos, 2002).

De acuerdo con la OMS, la sexualidad es un aspecto básico del ser humano, presente a lo largo de su vida. Contempla al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. Además, plantea que la sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales (OMS, 2006).

La sexualidad lejos de los estigmas sociales que la caracterizan, se describe como una parte orgánica del lenguaje mismo de la vida. Es una fuente de placer erótico y espiritual, sobrepasando lo reproductivo, para ser un enriquecedor de los vínculos interpersonales. Esta es considerada como una potencialidad para una calidad de vida sana (González et. al, 1998, cit. por Salas y Campos, 2002).

La sexualidad humana está relacionada con la forma en que las personas se dan afecto, y comporten sus sentimientos, vivencias y pensamientos, y se encuentra presente en relaciones fraternas, paterno-filiales, de amistad y de pareja. Las relaciones interpersonales donde se destaca el disfrute, son manifestaciones de la sexualidad, aunque no sea del tipo coital. Es decir, la sexualidad es una relación social. Por lo que al hablar de sexualidad integral debe tomarse en cuenta el sentir, expresar, experimentar, compartir y demás. Siendo el factor sociocultural un punto determinante para la construcción de la sexualidad (Salas y Campos, 2002). Sin embargo, también otros autores afirman el autoerotismo como parte de esta vivencia de la sexualidad, donde no solo en la interacción con el otro, sino en la propia experiencia con el cuerpo, siendo una fuente de sensaciones placenteras que integran su autoimagen (González, 1994; Salas y Campos, 2002).

Por tanto, los autores mencionados anteriormente sintetizan que la sexualidad integral está compuesta por diversos factores que se presentan en forma dialéctica, siendo una relación constante en factores biológicos, genitales, autoestima, valoración del propio cuerpo, socialización de género, historia de vida, espiritualidad y religiosidad, socioculturales, erotismo, ética y valores, afecto e ideología. Sin embargo los autores realizan énfasis en componentes como: *a) Sexo*: Este hace referencia a los aspectos de índole biológico, relacionado con aspectos hormonales, bioquímicos, anatómicos y reproductivos; *b) Genitalidad*: este se relaciona con el conocimiento del propio cuerpo, de los órganos genitales, cómo funcionan y el placer que se deriva de ellos; *c) Placer y Erotismo*: el erotismo tiene que ver con la capacidad para experimentar placer y satisfacción, siendo parte importante la seducción y la corporalidad, el placer no se restringe solo en lo que se derive de lo genital, sino con la capacidad de gozar de la vida y ser vital; *d) Género*: asociado con los procesos socioculturales de construcción de masculinidad y feminidad (Salas y Campos, 2002).

Se plantea que la sexualidad humana es el resultado de la integración de cuatro potencialidades, conformados por los holones (subsistemas) sexuales. Por tanto, establece que además de la reproductividad, el género, y el erotismo se encuentra la afectividad. Entendiéndose este último como la capacidad de vinculación interpersonal, planteando el amor como el afecto más reconocido, sin embargo, la afectividad contempla más que ello (Rubio ,1994).

También se describe la sexualidad humana como un proceso que acompaña al individuo durante todo su ciclo vital. En este transitar, va adoptando diversas características y formas de expresión. Estas condiciones, diferencian la sexualidad en cada una de las etapas evolutivas del ser humano, asignándole un carácter cambiante y complejo que requiere formación permanente, mediante la participación fusionada de todas las vías y factores sociales. En tal sentido, la sexualidad define el desarrollo de la persona como un ser sexuado, sustentado en el sexo y en las relaciones de género, en la identidad sexual, en los roles sexuales, en la orientación sexual, en el erotismo, en la vinculación afectiva, en el amor y en la reproducción, entre otros. Su vivencia se experimenta en diferentes pensamientos, fantasías, valores, deseos, creencias, actitudes, prácticas, roles y relaciones. Por lo tanto, la sexualidad abarca todos estos elementos, resultando en una compleja red que interacciona y cambia permanentemente (Marcano, 2014).

Finalmente, Torres (2013), desarrolla una categorización de las visiones de la sexualidad desde un enfoque reduccionista y un enfoque crítico y amplio, sintetizando la conceptualización teórica de la sexualidad integral de la siguiente manera:

Tabla 1

Definiciones reduccionistas y definiciones amplias y críticas de la sexualidad

Definición reduccionista	Definición amplia y crítica
Sexualidad como reproducción, biología y genitalidad.	Sexualidad como construcción socio-cultural y multi-dimensional.
Sexualidad como peligro, abuso y enfermedad.	Sexualidad como derecho, disfrute y cuidado.
Sexualidad como heterosexualidad.	Sexualidad como diversidad de

	identidades, prácticas y deseos sexuales.
Sexualidad como abstinencia y matrimonio heterosexual.	Sexualidad como placer y deseo

Fuente: Torres (2013)

Analizando las diferentes perspectivas en cuanto al tema de sexualidad, es importante resaltar que este estudio parte de una visión de la sexualidad integral, es decir, se visualiza la sexualidad como un proceso presente a través de todo el ciclo de vida, expresado de distintas formas e influenciado por un contexto socio-histórico, por tanto, parte de una concepción más allá de lo genital, contemplando sus distintas manifestaciones como lo el género, lo biológico, lo social, lo emocional, la autoimagen, etc. Se fundamenta en la concepción de la sexualidad vista como un derecho, un disfrute, caracterizada por ser diversa y multi-dimensional.

Educación Popular e Investigación-Acción Participativa

El análisis de la adultez mayor, el tema de la sexualidad en esta población, así como la visión de la sexualidad desde un campo más amplio, necesita de un espacio donde se permita la reflexión, discusión y aportes desde la propia vivencia, para poder construir estrategias metodológicas que faciliten una vivencia de la sexualidad en la adultez mayor desde la transformación de la realidad y la reflexión. Siendo así los espacios de Educación Popular y los métodos de IAP, modelos claves para la apertura a estas temáticas, desde las propias realidades de los(as) adultos mayores.

La educación popular como concepto político-pedagógico, nacido del pensamiento de Paulo Freire en la década de 1960 y fortalecido por la práctica latinoamericana actual, propone diversas formas de acción, partiendo de un pensamiento crítico y creador que promueve a las personas como sujetos activos de los procesos sociales. Freire (1967), plantea que la verdadera educación consiste en el accionar del hombre, y para eso necesita reflexionar y transformar el mundo, siendo un sujeto activo. Además, considera que no hay que adaptarse a las sociedades sino transformarlas y considera que todo cambio es necesario para el fortalecimiento social. La conciencia crítica, posibilita integrarse a una sociedad en transición, que se contradice y cambia.

Por tanto, la educación popular se distingue por su carácter motivador, el enfoque holístico e integrador de la realidad, el énfasis en el trabajo de grupos y el desarrollo de redes de apoyo, todo con el fin de propiciar una acción transformadora en los miembros de la comunidad. La educación es visualizada como un espacio crítico, cuestionador y transformador de la realidad. Se reconoce el diálogo y la comunicación horizontal en el proceso de aprendizaje (Sánchez, Pérez, Alfonso, Castro, Sánchez Van der Stuyft y Kourí, 2010).

Se establece que la educación popular es una corriente educativa que está caracterizada por ser, un fenómeno sociocultural y una concepción de educación. Como fenómeno sociocultural, la educación popular hace referencia a una multitud de prácticas educativas diversas: formales, no formales e informales con una intencionalidad transformadora común. Y como concepción educativa, apunta a la construcción de un nuevo paradigma educacional, que cuestiona el modelo dominante capitalista que parte de una educación autoritaria, principalmente escolarizada y que disgrega la teoría de la práctica (Jara, 2010).

Además, la educación popular se sustenta en principios ético -políticos que apuntan a la construcción de relaciones humanas equitativas y justas en los distintos ámbitos de la vida. De igual forma se basa en una pedagogía crítica y creadora que se direcciona por el desarrollo pleno de las capacidades cognitivas, psicomotoras, comunicativas y emocionales en las personas (Jara, 2010).

La educación popular posee un fin liberador organizado en base a la coherencia entre fines y medios, y una orientación por los sectores populares. Sintetizando que esta concepción de educación, posee una dimensión política, debido a la crítica a la neutralidad de los procesos educativos, la búsqueda de un fin transformador y la opción por los sectores populares en la dinamización de procesos auto-organizativos dirigidos a su emancipación. Una dimensión pedagógica, donde construyen nuevos conocimientos a partir del diálogo de saberes y de la retroalimentación entre teoría y práctica. Y por último una dimensión ético-metodológica, debido a la coherencia entre medios y fines que se desarrolla el proceso educativo. La dirección hacia objetivos concretos es de suma relevancia dentro de están orientación educativa, por lo que plantea las “estrategias” como la concepción y organización de las diferentes acciones que realizaremos en función de los objetivos que se quiere alcanzar. De este modo, la estrategia está

relacionada con lo ideológico-político que fija los objetivos y con la táctica que determina las acciones concretas (Cano, 2012).

Tomando en cuenta la historia, la cultura, y la solidaridad, la educación popular siempre está ligada estrechamente a la experiencia y al desarrollo de la gente en comunidad. Es una educación diferente a la oficial, una educación integral que contempla aspectos de la vida personal y comunitaria, es participativa y crítica, y promueve la organización en pro de la transformación (Cruz, 1992).

En definitiva, la educación como práctica para la libertad supone, por tanto, la búsqueda de la creatividad frente a los esquemas repetitivos (Freire, 1967)

La IAP por su parte produce conocimiento popular en el sentido de que crea nuevas maneras de actuar para sus participantes. Es un medio para retomar la historia y la cultura como representación propia (Lewin, et. al, 2009).

La elección de este tipo de investigación parte de las visiones y puntos en común que tienen la IAP y la Educación Popular, siendo esta una corriente pedagógica latinoamericana que combina la ética con la política emancipadora, con una posición crítica hacia el orden social imperante contribuyendo a que sectores y movimientos populares se constituyan en sujetos al ampliar su horizonte y visión del futuro desde procesos dialógicos y participativos (Torres, 2007 cit. por Ortiz y Borjas, 2008). Por esta razón, se privilegia la investigación acción participativa como enfoque metodológico, porque ésta favorece los procesos de reflexión y mejora de las prácticas sociales (Ortiz y Borjas, 2008).

La IAP, no solamente es un trabajo de investigación, sino también un trabajo auténticamente educativo, en el cual los grupos participan en la producción de conocimientos concretos sobre su propia realidad, dentro del contexto socio-económico y cultural en el que están envueltos. Esta es una respuesta histórica a necesidades sentidas, con el objeto de darle un sentido concreto a la participación de los grupos históricamente marginados (De Schutter y Yopo, 1982)

La IAP es una herramienta que permite crear vínculos virtuosos de reflexión- diálogo- acción- aprendizaje entre las personas y agentes externos interesados en promover acciones para

el desarrollo y el empoderamiento socio político de las comunidades y grupos que se representan como marginados de los beneficios sistémicos (Contreras, 2002).

Por su parte, la Investigación Acción Participativa concede un carácter protagónico a la comunidad en la transformación social que necesita, y el problema a investigar es delimitado, atendido, analizado y confrontado por los propios afectados. El rol del investigador vendría a ser el de dinamizador y orientador del proceso, por lo que, inicia con la realización de un análisis y diagnóstico de la realidad comunitaria o grupo, diseña la investigación, sus objetivos y el método de la misma, incluyendo la participación y roles de la comunidad o personas participantes y por último, los resultados del proceso son ordenados, sistematizados e interpretados por el investigador (a), pudiendo ser devueltos y aprobados por las personas involucradas. Con lo que se tendería a revertir la dicotomía sujeto-objeto, produciéndose una relación de cohecho entre el grupo o comunidad y el equipo de investigación. El proceso es flexible, ya que no sólo es necesaria la descripción exacta, sino que también se analizan y recopilan las impresiones del propio investigador. (Contreras, 2002).

Se sintetizan los principios básicos de la IAP en aspectos como: está orientada hacia el cambio; parte desde la práctica; se encarna en el grupo; utiliza una metodología participativa, es decir, al inicio, sólo un pequeño grupo de personas trabajan por la mejora constante de sus propias prácticas, pero con el tiempo el proceso va ampliando sus efectos hacia más personas o hacia una comunidad entera; aplica la evaluación permanente; involucra un proceso espiral introspectivo (Krausse, 2002).

Describiendo las diferentes variables que contempla el fenómeno que se desea estudiar, se analiza que la adultez mayor ha sido construida desde una visión mitificada y poco valorizada como una etapa de conocimiento y potencial en la participación, por ello se es necesario partir de una concepción crítica, inclusiva y política. Debido a ello la sexualidad en la adultez mayor, no deja de estar permeada por esta concepción limitada de la tercera edad, en la que se debe trabajar, caracterizando la sexualidad, como algo negado e invisibilizado. Por ende, planteándose una visión de sexualidad integral, se promueve una apertura a una concepción más amplia de lo que implica este proceso en los seres humanos. Siendo el enfoque de EP, un espacio para la construcción, reflexión, discusión de las propias experiencias, para transformar y ampliar la vivencia de la sexualidad en esta población. Además, planteándose la IAP como un medio

para la evaluación y desarrollo de la estrategia, de una forma participativa. Siendo, por tanto, los diferentes fundamentos teóricos, aspectos que se retroalimentan y relacionan el uno del otro, en forma dialéctica, aportando de manera significativa las posibilidades que cada uno muestra.

Pregunta de Investigación

La sexualidad en la adultez mayor se ha caracterizado por la existencia de prejuicios sociales con pautas culturales rígidas, así como determinadas actitudes sociales y familiares, como la censura, el reproche, el miedo, la burla o chistes, entre otros prejuicios y mitos, que propician una desinformación permanente de la temática sexual en la edad geriátrica (Pérez, 2008). Es por esto que la sexualidad integral permite contemplar una serie de aspectos que se manifiestan como parte de la vivencia de la sexualidad más allá del ámbito genital (Salas y Campos, 2008), presentándose una necesidad de espacios para su abordaje, por lo que esta temática puede ser discutida y construida mediante una metodología como la EP, donde el aprendizaje se visualiza desde una óptica dialéctica, promoviendo de esta forma una participación activa de los(as) adultos(as) mayores rescatando sus propias vivencias.

Además, el Programa Integral de la Persona Adulta Mayor en la región de Occidente, establece como fines principales el impacto en la salud y educación, contemplando proyectos de música, movimiento y salud, grupos bailes folklóricos, cursos libres, además de proyectos de “Psicología y Vida durante la Adultez Mayor” donde se abordan diferentes temáticas referentes a la calidad de vida. Sin embargo, a pesar de que en los proyectos de psicología se han trabajado aspectos como la sexualidad, no se ha establecido un espacio propio de trabajo ni profundización en uno de los aspectos más invisibilizados en esta población. Por tanto, en relación a esta necesidad, se plantea la importancia del desarrollo profundo en esta temática, estableciendo la pregunta:

¿Cómo construir desde la Educación Popular una estrategia metodológica que promueva una vivencia de la sexualidad integral en los(as) adultos(as) mayores del “Programa Integral de la Persona Adulta Mayor” de la región de Occidente?

Objetivos

Objetivo General

Desarrollar una estrategia metodológica de Educación Popular que promueva una vivencia de la sexualidad integral dirigida a un grupo de adultos(as) mayores del programa “Programa Integral de la Persona Adulta Mayor” de la región de Occidente.

Objetivos Específicos

1. Identificar las necesidades educativas sobre la sexualidad integral en los(as) adultos(as) mayores del “Programa Integral de la Persona Adulta Mayor” de la región de Occidente.
2. Construir una propuesta de Educación Popular en conjunto con los (as) adultos (as) mayores, que favorezca el disfrute de la sexualidad en la adultez mayor.
3. Evaluar la propuesta educativa en forma paralela al proceso y en conjunto con los (as) adultos (as) mayores.
4. Sistematizar la experiencia y el desarrollo del proceso destacando los principales aprendizajes.

METODOLOGÍA

Descripción general de la estrategia metodológica

Este estudio busca generar una propuesta metodológica para el abordaje de la sexualidad integral en la adultez mayor, mediante talleres psicoeducativos desde un enfoque de Educación Popular, donde la participación activa de los integrantes del grupo represente la herramienta base para la construcción de estrategias favorecedores para la vivencia de una sexualidad integral en esta etapa de desarrollo.

El diseño es del tipo Investigación-Acción Participativa, ya que esta busca la comprensión de realidades o fenómenos, teniendo los(as) participantes un rol activo sobre sus propios contextos. La participación y la educación son finalidades de la IAP, ya que parte de un aprendizaje participativo, siendo su finalidad transformar situaciones, y su valor fundamental es

la creatividad productiva, considerándose el análisis de la acción actual y potencial de los grupos. Los grupos elaboran y participan de todas las etapas con los facilitadores y los resultados están en constante relación con los participantes para que estos se analicen, transformen y se utilicen en la acción (López, 1989).

Además, es un estudio de tipo descriptivo y transversal. Descriptivo ya que busca desarrollar una imagen o representación descriptiva de la vivencia de la sexualidad en los adultos mayores bajo una concepción integral, mediante un espacio de educación popular. Y transversal porque se dará un seguimiento del fenómeno en estudio durante el proceso de los talleres participativos. Sin embargo, es importante aclarar que este es únicamente durante el tiempo de ejecución, es decir no se evaluará a largo plazo.

Asimismo, es una investigación de enfoque cualitativo, ya que parte de entender los fenómenos en la realidad como hechos complejos que no pueden ser estudiados de forma aislada. Investigando desde métodos que se ajusten y adapten al objeto de estudio. Estudia el conocimiento y las prácticas de los participantes, reconociendo la diversidad de subjetividades y ambientes sociales relacionados, así como las subjetividades del investigador como parte responsable del proceso de investigación (Flick, 2004).

Este diseño metodológico responde a los objetivos planteados en la investigación ya que la realidad y vivencia de la sexualidad en los(as) adultos(as) mayores, representa la base para la comprensión de sus realidades y de esta manera construir en conjunto formas de abordaje desde una participación activa.

Definición del procedimiento para seleccionar a los y las participantes

La muestra con la que se desarrolló la investigación, consistió en un grupo de adultos y adultas mayores perteneciente al programa de la Universidad de Costa Rica, de la Sede de Occidente, llamado “Programa Integral de la Persona Adulta Mayor”, este programa atiende alrededor de 220 adultos(as) mayores, que participan de diferentes cursos y actividades. Para la investigación se realizó un grupo de 20 personas. Las cuáles tenían el interés de ser parte de la investigación y trabajar las temáticas de sexualidad integral en la adultez mayor y educación popular. El número de personas se consideró a partir de la relevancia de no ser un número

extenso de personas, con el fin de poder llevar a cabo las diversas actividades, que se componen de características discursivas principalmente, pero sí que sea un número de personas que permitiera la diversidad de opiniones con respecto a una temática que se analice (Alaminos y Castejón, 2006).

Es una muestra no probabilística, ya que tiene como fin la potencialidad de la cualificación de los fenómenos sociales. Es un muestreo caracterizado por la intencionalidad del investigador, que intenta localizar los casos que pueden proporcionar un máximo de información, por lo tanto, se requiere conocer previamente las características de los individuos que forman la muestra. Por esta razón, se contactaron mediante el programa de la sede, siendo una convocatoria a participar de la investigación, brindando información previamente en los distintos cursos ya establecidos en el programa, y siendo luego mediante vía telefónica el contacto con la persona. Al ser una muestra de tipo homogénea, se buscó una distribución por género, y edad, además de la recolección de la información de forma conjunto desde la muestra (Alaminos y Castejón, 2006). Con respecto a la distribución por género, participaron donde participaron 14 mujeres y 6 hombres. Debido a que en ese momento el programa contaba con 161 mujeres inscritas y 30 hombres, por lo cual se trabajó con un número mayor de mujeres.

Por tanto, se tomaron como criterios de inclusión, pertenecer a este programa que brinda la universidad, tener 60 o más años y poseer las capacidades físicas y cognitivas para participar de las diversas actividades. Para determinar este criterio, se realizó un Mini-Examen Cognoscitivo (MEC), el cual buscó detectar el deterioro cognitivo, es una prueba heteroaplicada que dura alrededor de 5-10 minutos, y evalúa los diferentes procesos cognitivos básicos. Esta fue aplicada por la investigadora, de forma individual y verbalizada, y se ejecutó en las instalaciones de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente. (López y Martí, 2011).

Como criterios de exclusión se encontraban no ser parte del programa de la universidad, no tener las capacidades físicas y cognitivas para llevar a cabo las actividades que se buscan realizar, ser menor de 60 años y la asistencia irregular durante el proceso.

Definición de los procedimientos de recolección de información

Métodos de Recolección

En cuanto a la recolección de la información se llevaron a cabo tres métodos para recolectar: La observación participante, talleres participativos de educación popular, y la evaluación de las técnicas y el proceso; la recolección de la información en los tres métodos se realizó con la utilización de diarios de campo, métodos auditivos y visuales.

Observación Participante

En este tipo de observación el investigador(a) hace inmersión dentro del contexto, se introducen dentro del grupo de estudio y llegan a ser parte de él (Guardián, 2007). Mediante la observación participativa, se analizó el contexto, las relaciones, la construcción de significados, las dinámicas grupales, el propio rol del observador dentro del grupo de adultos(as) mayores. Ya que en este método de recolección no se utilizan matrices ni códigos estructurados previamente, sino que se hace a partir de la inmersión en el contexto (Guardián, 2007).

La observación se llevó a cabo durante todo el proceso de los talleres participativos, buscando observar las dinámicas grupales, las reacciones ante las temáticas, el desarrollo de las actividades y demás aspectos que emerjan durante el proceso. Por lo que la observación participativa se convirtió en una herramienta constante que se utilizó durante la ejecución de los talleres. Esta observación se apoyó de grabaciones de video durante los talleres, para poder registrar las diferentes dinámicas y aspectos a considerar en la observación. Por tanto, el registro de la información fue no sistemático, ya que era posterior a la ejecución del taller que se sistematizaban los datos observados.

Talleres Participativos

Los abordajes de Educación Popular realizan una distinción entre métodos y técnicas de trabajo. El método es la forma de organizar los procesos de trabajo popular (Jara, 2000). En función de responder a los objetivos planteados, en esta investigación se utilizará el método de talleres.

En los talleres se desarrollaron diversas técnicas, que son concebidas como aquellas herramientas e instrumentos que permiten hacer viable el proceso (Jara, 2000). Dentro de las principales técnicas que se ejecutaron, para trabajar el tema de la sexualidad integral en esta población, partieron de grupos de discusión, proyección de audiovisuales, mesas redondas, láminas ilustrativas, entrevistas colectivas, socio-dramas, técnicas vivenciales, técnicas escritas, etc.

Se desarrollaron 8 talleres, los cuáles en primera instancia tenían una planificación tentativa, con temáticas como género, familia, auto-concepto, construcciones sociales y más (Ver anexo 4), la cual podía modificarse a través del proceso, ya que se buscaba trabajar en función de las necesidades de los participantes, por tanto, la flexibilidad y modificación de los mismos era una variable a contemplar.

Evaluación

La evaluación de las técnicas utilizadas, así como el proceso, representa un factor fundamental dentro de la investigación, ya que la EP fundamenta el proceso evaluativo como una herramienta clave para el aprendizaje de las experiencias (Krausse, 2002).

La evaluación de los métodos utilizados y del proceso, se realiza de forma paralela durante el proceso, como un aspecto constante dentro de la investigación. Por esta razón durante cada taller realizado, se brindó un espacio para la valoración de las técnicas utilizadas, los aprendizajes adquiridos, y los diversos aspectos que se consideren pertinentes de revalorar. Estas evaluaciones se llevaron a cabo mediante técnicas cualitativas, que parten de esta propuesta metodológica, y que podían variar según las temáticas que se desarrollarán. Sin embargo, las principales formas de evaluar, fueron las técnicas escritas y gráficas (Ver anexo 3), como pruebas documentadas, que evidenciaron los aspectos a considerar del proceso. Dentro de ellas se destacó los documentos con preguntas generadores, que evaluaron los aprendizajes y críticas hacia el proceso metodológico.

Diarios de Campo, Métodos Auditivos y Visuales

La recolección de datos tanto de la observación participante, talleres y la evaluación, se registró mediante un diario de campo (Ver anexo 2). Este contempla: 1) Notas: Recogen sucesos,

anécdotas, impresiones, observaciones, etc; 2) Registro: el desarrollo de la investigación, reuniones, grabaciones, etc.; 3) Interpretaciones: opiniones personales, preocupaciones, dudas, sentimientos, reflexiones, análisis.

Además de los diarios de campo, las grabaciones visuales, auditivas y las fotografías, fueron herramientas para recolectar la información durante los talleres, tomando en cuenta la aprobación de los y las participantes de la investigación para llevarlas a cabo.

Fases de Recolección de la Información.

Fase I

En la primera fase se realizó el contacto con la administración del programa “Programa Integral de la Persona Adulta Mayor”, con el fin de coordinar aspectos relacionados con el grupo, y la aplicación de la prueba MEC. Además, se realizó materiales o recursos necesarios para la ejecución de los talleres.

Fase II

En la segunda fase, se desarrollaron los talleres, en primera instancia el encuadre de la investigación presentando los consentimientos informados, luego la identificación de las necesidades y temas necesarios a trabajar y posteriormente las temáticas. Por ello, la observación participante y la evaluación constante del proceso se ejecutaron en esta fase. Recolectando así, los datos de la investigación.

Fase III

En la tercera fase se realizó la sistematización, recabando los principales resultados y hallazgos de la investigación y la experiencia.

Fase IV

La última fase consistió en realizar el documento final de la investigación, así como la exposición de sus principales conclusiones y recomendaciones.

Definición de los procedimientos y las técnicas para la sistematización

Para el análisis de la información, se utilizó el método de la sistematización de experiencias. La Sistematización de Experiencias (SE) es una metodología de investigación participativa iniciada por colectivos comprometidos con la educación popular en América Latina (Verger, 2007).

La SE define como proceso de reconstrucción y reflexión analítica sobre una experiencia de acción o de intervención que permite interpretarla y comprenderla. Con la sistematización se obtiene un conocimiento consistente que permite transmitir la experiencia y confrontarla con otras experiencias o con el conocimiento teórico existente (Verger, 2007).

Mediante la SE se buscó rescatar el proceso, evidenciar cómo se ha actuado, y analizar tanto los efectos de la intervención en los participantes, como el carácter de las relaciones que se han generado, así como los significados en conjunto que se construyen en función a la vivencia de la sexualidad integral en los(as) adultos(as) mayores.

En primera instancia se planteó una reconstrucción de la historia, una visión de los acontecimientos, mediante una matriz cronológica. Posteriormente se ordenó y clasificó la información, mediante una “guía de ordenamiento de aspectos” (Jara, 2013), la cual permitió clasificar la información, creando algunas categorías. Estos datos fueron ordenados, en función de los relatos y narraciones de los participantes, hechos observados, materiales que evidencien aportes para las temáticas, y demás.

Toda la recopilación de la información fue digitalizada para llevar a cabo la sistematización, en el programa de Word, para transcribir los datos.

Definición de los procedimientos y las técnicas para el análisis de la información

Una vez realizada la fase descriptiva y narrativa, mediante clasificación de las temáticas, se presentó las “reflexiones de fondo”, que permiten a través de las fases de análisis y síntesis construir interpretaciones críticas del proceso. Permitiendo develar, explicitar y formular aprendizajes (Jara, 2013).

Por tanto, según esta modalidad, el tipo de análisis que se desarrolló es análisis de contenido, ya que este tipo de análisis es una técnica de interpretación y comprensión de textos escritos, orales, filmados, fotográficos, transcripciones de entrevistas y observaciones, discursos, documentos- es decir, todo tipo de registro teniendo en cuenta el contexto en el que se produce tanto lo manifiesto como lo latente de los discursos. Las ventajas del análisis de contenido es la de ser una técnica no intrusiva, que analiza tanto materiales estructurados como no estructurados y que tiene en cuenta el contexto propio del lugar de la investigación; es de carácter interpretativo (Schettini y Cortazzo, 2015).

El análisis se ejecutó en función de los objetivos planteados en la investigación, además de aspectos que emergieron durante el proceso. Esto permitió la abstracción y conceptualización a partir de la experiencia. La interpretación crítica, plantea las contradicciones y tensiones de la experiencia, dando énfasis a la pregunta de la investigación. Por último, se formularon conclusiones, tanto teóricas como prácticas, y la comunicación de los aprendizajes. Como principio de la IAP, la Educación Popular y la SE, la compartición de las conclusiones finales del proceso con los participantes de la investigación, es un momento clave para generar acciones transformadoras.

Criterios para garantizar la calidad de la información

Dentro de la investigación cualitativa existen una serie de criterios para garantizar la calidad de la información. En este estudio se tomarán las siguientes precauciones:

Transferibilidad

Este criterio se refiere a la posibilidad de extender los resultados del estudio a otras poblaciones. Se presenta interna y externa (Castillo y Vázquez, 2003). *Interna*: En este caso al ser una sola investigadora, la confiabilidad se procuró mediante la transcripción de los relatos textualmente, utilizando las mismas palabras, la grabación en audios y videos, consensuar los datos con las personas del grupo, tener clarificación en los diferentes aspectos que conforman el diario de campo (datos, registros, interpretaciones) y optar por la opinión externa de alguien cercano al tema. *Externa*: Para esta se procuró coherencia en la elección de métodos de recolección y análisis de datos, con respecto a los objetivos de la investigación. Reuniendo y

ofreciendo la mayor cantidad de datos posibles, explicando el contexto en el que se han recogido. Describiendo la forma en que se ha establecido el grupo, relaciones interpersonales y redactando hechos de forma clara.

Credibilidad

Este criterio se refiere a cómo los resultados de una investigación son verdaderos para las personas participantes del estudio. *Interna:* Este criterio evidencia si se ha captado el significado completo y profundo de las experiencias de los(as) participantes (Castillo y Vázquez, 2003). Se verificarán con los(as) participantes si las interpretaciones y análisis, reflejan lo que ellos(as) querían expresar, es decir si los resultados son aceptados como reales. Se usaron descripciones detalladas y claras. Al igual que el caso anterior, la revisión de una persona cercana en el tema. *Externa:* En este caso se buscó que los resultados puedan trasladarse a otros contextos, aunque el traslado nunca será total en la investigación cualitativa (Hernández, Fernández y Baptista, 2006). Para ello se describió lo más posible las peculiaridades de los escenarios.

Confirmabilidad

Los análisis e interpretaciones se realizaron a partir de la información recolectada, es decir, estos datos fueron los puntos de partida principales para llegar a realizar las diferentes conclusiones e interpretaciones de la investigación, mediante la categorización y sistematización de la información.

Triangulación

Se realizó la triangulación mediante métodos de recolección, de manera que por medio la observación, los relatos en los talleres, y las evaluaciones durante el proceso, se trianguló la información recabada durante el estudio. Además de comparar los datos con teorías previas e investigaciones anteriormente realizadas.

Precauciones

Se brindó un consentimiento informado basado en los requisitos de la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica, el cual estableció la información detallada del

objetivo del estudio, los beneficios y precauciones que se tomaron con los y las participantes (Ver anexo 1). Además, como parte del respeto a los y las participantes, el consentimiento informado brindó información respecto a la posibilidad de cada uno de ellos/as a negarse a participar de la investigación, respetando siempre la negativa a contestar de parte de los participantes. Se brindó una explicación detallada acerca de los objetivos y alcances de la investigación, aclarando cualquier pregunta o duda por parte de los (as) participantes.

También se tomaron medidas para mantener la confidencialidad de los(as) participantes durante el proceso. Por lo que los relatos y datos que se utilizaron dentro del informe se presentaron de forma anónima, es decir se utilizaron iniciales o nombres ficticios con el fin de resguardar la identidad del participante.

El almacenamiento de los datos tendrá contacto únicamente con la investigadora del proceso y el equipo asesor de la investigación. Además, una vez concluido el estudio, se mantendrá la información brindada por los(as) participantes por un periodo de 5 años, posteriormente estos serán eliminados con el fin de proteger el uso de esta información, incluyendo los videos y grabaciones realizadas. De igual manera es importante aclarar, que la información recopilada será utilizada únicamente en la presente investigación y no en estudios futuros. Estos aspectos se detallarán en el encuadre inicial con los(as) participantes, así como en el consentimiento informado.

En caso de que surgiera un emergente en los participantes que se considerará necesario un apoyo psicoterapéutico, se realizaría una referencia para un espacio clínico, en el Módulo de Salud I perteneciente a la carrera de psicología, también se contactaría a la directora del proyecto la profesora Alejandra Arguedas Gamboa.

RESULTADOS

A continuación, se presentarán los resultados obtenidos de la investigación, a través de una sistematización de la experiencia. Dicha sistematización, se dividen en cuatro capítulos. El primer capítulo, abarca el primer acercamiento al grupo, realizando una sesión diagnóstica. El capítulo dos, presenta, el desarrollo de los talleres y su respectivos resultados y análisis. El capítulo tres, contiene el cierre y la evaluación final del proceso. Y por último el capítulo cuatro, las principales conclusiones y hallazgos, así como las recomendaciones.

Los resultados del capítulo, 1, 2 y 3, describen los acontecimientos e información creada a partir de los talleres. Por tanto, se realiza una descripción de las actividades, posterior a ello, las categorías y principales resultados, y su correspondiente análisis. Cada uno de los talleres, establece la información recapitulada en función a la temática de la sexualidad integral, y también una segunda parte que describe y analiza los resultados metodológicos.

La descripción de los resultados, se complementan y refuerzan principalmente con las opiniones de los participantes, que fueron transcritas en cada uno de los talleres. Por lo que con el fin de respaldar la identidad de los participantes se utilizó la siguiente nomenclatura:

Hombres	Mujeres
W: Señor 1	ME: Señora 1
MA: Señor 2	MEM: Señora 2
G: Señor 3	MEB: Señora 3
Ei: Señor 4	MER: Señora 4
Jo: Señor 5	N: Señora 5
A: Señor 6	AI: Señora 6
	El: Señora 7
	J: Señora 8
	D: Señora 9
	MS: Señora 10
	C: Señora 11
	V: Señora 12
	Ad: Señora 13
	AD: Señora 14

Los talleres desarrollados, planteaban objetivos y temáticas diferentes a analizar. Los cuáles se establecieron con base al plan tentativo que se había desarrollado, y los planteamientos hallados en el primer taller diagnóstico. Además de ello, se brindó un espacio de flexibilidad, para las emergentes que en el proceso se encontraban. Por lo que los talleres, se presentaron en un orden, que asumía el ritmo del grupo y el aprendizaje. Por tanto, la metodología se presentó con el inicio de aspectos macro, en relación a la sexualidad, como los son factores

socioculturales, para culminar en factores micro, como la individualidad experimentada en la sexualidad. Por tanto, el orden cronológico, en que los talleres se ejecutaron, fue el siguiente:

Matriz cronológica
Taller 1: Diagnóstico
Taller 2: Vivencia de la sexualidad y Conceptualización de la sexualidad integral
Taller 3: Vivencia de la sexualidad en la adultez mayor
Taller 4: Roles de género en la adultez mayor
Taller 5: Sexualidad en el ámbito físico
Taller 6: Erotismo y placer
Taller 7: Afectividades y significado propio de la sexualidad
Taller 8: Evaluación y cierre

Capítulo 1. Diagnóstico

En el primer acercamiento al grupo, se llevó a cabo un taller diagnóstico con el objetivo de indagar acerca de las expectativas, intereses, y conocimientos previos acerca de la sexualidad, y de esta forma poder obtener un panorama acerca de la relación de los participantes con la temática a desarrollar. Además, de poder observar y comprender algunos aspectos importantes para el proceso, como la dinámica de grupo, la percepción que se poseía acerca de este nuevo proyecto y los aprendizajes que buscaban obtener mediante esta metodología de trabajo. Para ello, se realizaron distintas actividades, las cuales tenían cómo propósito generar espacios de discusión donde se lograrán dichos objetivos. Las actividades ejecutadas fueron las siguientes:

Taller 1: Necesidades educativas y acercamiento al grupo

A. Desarrollo de actividades

Actividad 1 “Telaraña”

Descripción

Con una bola de la lana y formando un círculo entre los participantes, cada uno de ellos debía tomar la punta de la bola y mencionar su nombre y sus expectativas para este proceso, posteriormente debía pasar la bola a otro compañero (a) y de esta forma ir formando la telaraña.

Resultados

Según las opiniones y comentarios de los participantes acerca de los motivos de acercamiento, expectativas y sentimientos para el inicio de este nuevo proceso, el grupo expresa una diversidad de opiniones, entre ellas, el aporte que cada uno puede dar al proceso, mediante los conocimientos previos, experiencias e historias que los participantes mencionan poseer y desear compartir en este espacio.

La segunda expectativa más relevante, es el deseo de obtener nuevos aprendizajes y conocimientos acerca de la sexualidad integral, por tanto, se busca ampliar los aprendizajes con respecto a esta temática. Algunas de las personas mencionaron sentir curiosidad, ya que el tema de la sexualidad genera una diversidad de opiniones.

Por último, los participantes comentan que una de las expectativas para esta metodología, es crear y fortalecer los vínculos, además de buscar compartir y tener un momento de disfrute en el grupo.

Actividad 2 “Mapa del proceso”

Descripción

Mediante el uso de un papelógrafo con imágenes y en forma de mapa, la facilitadora brinda una explicación a detalle acerca de la iniciativa, la metodología de Educación Popular y el proceso de Investigación-Acción Participativa.

Resultados

En esta actividad la mayor parte del discurso se presenta por parte de la facilitadora, por tanto, las intervenciones por parte de los participantes fueron mínimas, sin embargo, se presentaron dos aportes significativos.

En primera instancia, la posibilidad de que esta metodología pueda beneficiar a otras instituciones. Por ejemplo, la Caja Costarricense del Seguro Social, se enfatiza como esta nueva

forma de trabajo puede ser gran utilidad en otros espacios educativos o lugares donde se encuentre la población:

“Me parece algo muy interesante todo este planteamiento que haces y ojalá que por supuesto lleguemos a la meta (...) y tu intención también sería idónea si llegaras a tener esa metodología digo por ejemplo para la caja y seguro social” (MA, señor 2).

También, se rescató La importancia de crear una metodología nueva y concreta. Es decir, los participantes mencionan cómo la sexualidad en esta población es un tema invisibilizado, por tanto, la creación de una propuesta de trabajo novedosa y concreta donde se establezcan parámetros claros para abordar, es de suma relevancia.

Actividad 3 “Buzón preguntón”

Descripción

Se reparten papeles blancos para que cada uno y una de los participantes escriban preguntas, temas o dudas que quisieran indagar acerca de la sexualidad integral, y se depositan en una caja.

Resultados

Con base a los papeles elaborados por los participantes, se tomaron todas las temáticas mencionadas y se clasificaron en categorías, por tanto, los principales temas fueron:

1. La disminución del apetito sexual
2. La comunicación acerca del tema de la sexualidad
3. Las implicaciones de la sexualidad al tener o no pareja
4. Los mitos y tabúes alrededor del tema en esta población
5. El disfrute y el placer en la vivencia de la sexualidad

A partir de esta actividad, se estableció un panorama acerca de diferentes aspectos a considerar para el desarrollo de la metodología. En relación al fenómeno de la sexualidad, se analiza cómo a través de la indagación acerca de los principales temas de interés, los cuales se inclinaron a factores como el apetito sexual, la comunicación, los mitos y creencias, las

implicaciones de la vivencia de la sexualidad en pareja o individualmente y el disfrute y el placer; las necesidades educativas del grupo, van más allá de una sexualidad basada en la reproducción sino que se enfatiza en una sexualidad que tiene que ver con la capacidad que se posee para sentir, experimentar, expresar y compartir placer y afecto.

Actividad 4 “Lluvia de ideas”

Descripción

La facilitadora anota en la pizarra todas aquellas palabras o ideas acerca de la sexualidad que poseen los participantes y posteriormente se genera un espacio de discusión.

Resultados

En la lluvia de ideas se presentaron cuatro grandes categorías con las cuáles se asoció el concepto de sexualidad. Estas se subdividen en subcategorías las cuales son:

1. **Aspectos socioculturales:** En esta primera categoría se hace referencia a todos aquellos elementos que forman parte de las ideologías, creencias, y factores de índole sociocultural, con las cuales los participantes asociaron la terminología de sexualidad.

En primera instancia, se presenta una crítica a la influencia de la religiosidad. El grupo hace mención en cómo las diferentes religiones tienen un peso significativo en la construcción y percepción que las sociedades poseen acerca de la sexualidad, dirigido principalmente desde una óptica de culpabilidad y prohibición. Como ejemplo de ello, uno de los hombres participantes expresa:

“Es que este tema siempre ha estado ligado con el asunto de las religiones la mayoría de las religiones la han satanizado la cuestión de (...) toda la sexualidad todo entonces no se permitió es prohibido hablar de eso (..) y uno puede ver por ejemplo los abusos de sacerdotes (,) no permitirles casarse es una castración verdad (¿) y como se va a detener esa energía tan poderosa en un ser humano eso es imposible y de ahí es donde salen los pedófilos y los sátiros y los abusadores” (W, señor 1).

De igual manera en relación a los roles de género, se planteó como aquellas funciones y conductas que se asumen a nivel social que se encuentran ligadas con la vivencia de la sexualidad.

También, los participantes indican, que alrededor de la temática de la sexualidad existen una serie de creencias, mitos y tabúes, que el ámbito social se potencian.

De igual manera, se vincula el término de sexualidad con la comunicación, con las formas de dialogar sobre el tema, tanto a nivel intergeneracional, al igual que la comunicación que debe vivenciarse dentro de las relaciones de pareja.

2. **Aspectos subjetivos:** Por su parte, la segunda categoría hace énfasis a aspectos de subjetivo, es decir, actitudes y comportamientos propios de cada individuo. Este se rescata, desde los valores como el respeto, la unión y el compromiso, son actitudes ligadas con la sexualidad por parte del grupo, como factores que deben ser manifestados dentro de la sexualidad. Así como en las afectividades, en donde, una serie de emociones como el amor, felicidad, y desilusión que son experimentadas a través de la vivencia de este fenómeno.
3. **Aspectos biológicos:** Con lo que respecta a la tercera categoría, el grupo plantea componentes biológicos de la sexualidad. En primera instancia, vinculan el término de sexualidad a la salud, vista desde la importancia de un cuerpo activo y de las implicaciones que la sexualidad tiene para el bienestar físico. Además, de ligar esta temática con los procesos biológicos básicos de reproducción en los seres humanos.
4. **Disfrute y placer:** Por último, la sexualidad también fue caracterizada como una experiencia de disfrute y placer, mencionando aspectos como el deseo sexual como un componente de la sexualidad y el cuál puede potenciarse o perderse en la etapa de la adultez mayor. También la necesidad de vivenciar la sexualidad en todas las diferentes etapas de la vida. Y la sexualidad como una experiencia placentera y de disfrute:

“Las culturas orientales este la espiritualidad que llega a la santidad está ligada con las prácticas y el disfrute de la sexualidad” (W, señor 1).

Por otro lado, se identificó cuál era la percepción de sexualidad que el grupo poseía, manifestando cuatro grandes temáticas, dentro ellas aspectos de índole social, como la influencia de la religiosidad, los diferentes roles que se cumplen a nivel social, los mitos, tabúes y creencias que a nivel ideológico se presentan, y la comunicación y expresión del tema; además, aspectos emocionales subjetivos, tales como la parte afectiva y los valores que se comparten dentro de la vivencia de la sexualidad; de igual manera, factores biológicos como la salud o la reproducción, y por último el disfrute y el placer como un aspecto importante dentro de la sexualidad.

Es decir, el grupo a partir de esta primera construcción conjunta de la sexualidad, establece un panorama amplio, el cual permite dar paso al desarrollo del proceso desde una óptica integral, tal como se planteaba para esta metodología, entrelazando todos aquellos componentes que implican la vivencia de la misma

Actividad 5 “Saquitos de sabiduría”

Descripción

La facilitadora le brinda un saco pequeño a cada participante al igual que un papel blanco, donde se debe anotar ideas o palabras acerca de lo que cada persona viene aportar al proceso. Además, esta actividad tiene como fin, que los participantes evalúen sus aprendizajes, ya que al final del proceso se les otorgará de nuevo el saquito dónde anotarán además de lo que aportaron, lo que obtienen de este espacio.

Resultados

Los participantes mencionaron dentro de los principales aportes que cada uno traía para la investigación, los siguientes aspectos:

1. **Experiencia y conocimiento previo:** Es decir todo aquel conocimiento y experiencias que se adquirieron a través de la vida, una de las participantes lo que externa diciendo:

“Si yo quiero darle al mi grupo mi experiencia como madre (,) como esposa (,) como hija (,) como ser humano que creo que todos tenemos mucho mucho que aportar a los demás porque si bien es cierto este (...)

estamos grandes (,) crecidos verdad hemos llegado considero yo a la parte más bella de la vida (...) cuando ya nosotros tenemos el el concepto más claro de lo que estamos haciendo aquí eso es lo que yo quiero aportarles a ustedes como un regalo” (MEB, señora 3).

2. **Deseo de aprendizaje:** El intercambio de ideas e información como una manera de adquirir nuevos conocimientos, un deseo de aprender y enriquecerse con el proceso, como bien lo dice uno de las personas:

“Bueno para mí esto es como intercambio de experiencias (,) este yo puedo creer que sé mucho y a veces uno todos los días uno ve algo (..) y lee y uno dice mira eso yo no lo sabía todos los días se aprende algo así como yo sé mucho espero aprender mucho también de los compañeros” (MA, señor 2).

3. **Deseo de interacción social:** Este aporte hace énfasis a los vínculos y lazos de amistad que se encuentran en el grupo, además de visualizarse como espacio para disfrutar y compartir, por tanto, algunos manifiestan este aspecto como un deseo de convivir y aprender. Como ejemplo de ello, uno de los varones expresa:

“Yo lo que puse fue ehhe compartir (...) eh bueno lo que me interesa es compartir con los compañeros y principalmente ehhe (..) aportar un granito de arena para usted porque sé que le va servir de mucho” (MER, señora 4).

4. **Valores:** Por último, algunas de las personas dicen a portar sus valores, tanto en la vivencia de la sexualidad, como en el compartir del grupo, como bien lo menciona una de los participantes:

“Bueno yo no fue que le copié a la señora lo del respeto verdad, pero yo también había puesto respeto y comprensión yo pienso que son dos valores muy importantes (...) más que todo este (..) bueno no solamente una relación de pareja sino también en la comunidad en este grupo de compañeros entonces yo pienso que siempre de parte mía siempre van a

tener ese respeto y esa comprensión con diferentes ideas aunque yo no las comparto pero saber comprender esas cosas” (Jo, señor 5).

B. Aspectos metodológicos

Evaluación

Al finalizar la sesión se realizó una evaluación escrita por parte de los participantes, donde en cuatro diferentes subgrupos debían evaluar los siguientes aspectos:

Grupo	Aprendizajes	Lo que más les gustó	Lo que no les gustó o se podría mejorar	¿Cómo lo trabajarían ustedes?
Grupo 1	-La sexualidad es integral -Evitar ligarlo con conceptos religiosos	Que las actividades sean participativas	Evitar comentarios largos	Con bastantes dinámicas
Grupo 2	-Metodología -Confianza -Empatía	La participación activa del grupo	El lugar un poco incómodo para realizar las actividades	Ofreciendo confianza para que las personas se puedan expresar abiertamente
Grupo 3	-La integración de recursos -Amplitud del tema -La forma en que se desarrolló el tema	Son diferentes opiniones, la mucha participación y el respeto de la facilitadora	El espacio muy incómodo y no se puede interactuar	Con la participación de todos y esperando que lo podamos continuar, así como hoy

Grupo 4	-Romper el hielo para poder participar -La integridad del grupo -Conocer la generosidad del tema	La apertura y franqueza con la que se está hablando	Todo bien	Planteando opiniones para llegar a una conclusión
----------------	--	---	-----------	---

En síntesis, mediante la evaluación se determina que dentro de los principales aprendizajes se encuentra una noción amplia del concepto de sexualidad, y aspectos relacionados con la integridad del grupo y dinámica del grupo. Dentro de lo que más les gustó, los cuatros subgrupos coinciden mencionando la participación activa del grupo, y la apertura con que se trató el tema. Con lo que respecta a lo que menos les gustó, fue el espacio físico y algunos comentarios de larga duración. Por último, en cuanto a la forma que ellos trabajarían, se plantean actividades dinámicas, donde se genere espacios para la discusión.

Con lo que respecta a la técnica, se realizó en cuatro subgrupos, lo cual permitió la organización de ideas y la interacción social entre los participantes, es interesante analizar cómo todos coincidieron con respuestas similares, indicando la participación y el diálogo como aspectos fundamentales durante las actividades, y un primer acercamiento al tema de la sexualidad como el principal aprendizaje.

Observaciones

1. El espacio físico:

- Tanto en la evaluación como las observaciones realizadas, se plantea el espacio físico, como una limitante para el desarrollo de las actividades, por ejemplo, para los momentos de discusión, al no permitirse la movilización de las sillas, no se logró trabajar en circularidad y con una mayor interacción. Por tanto, algunas actividades se realizaron afuera del aula y otras dentro con el fin de reforzar el diálogo grupal después de cada actividad.

2. **Dinámica grupal:**

- En el grupo se observó un alto grado de desinhibición, contacto físico, y confianza entre los participantes ya que la mayoría habían compartido otros espacios de aprendizaje anteriormente.
- Se presentó alto nivel de participación en las discusiones y dinámicas, además, dentro de las evaluaciones la participación y expresión se fueron los aspectos que más fueron del agrado del grupo.
- En cuanto a los hombres del grupo, cuatro de ellos se mostraron altamente participativos, realizando intervenciones de manera constante; y en cuanto a las mujeres, 6 de las participantes aportaron continuamente durante el taller. Los demás se manifestaron como observadores, o participaciones mayormente pasivas.
- Los participantes se presentan como agentes proveedores de conocimiento y experiencia para aportar al proceso.
- Algunos de los participantes asumen funciones dentro del taller para colaborar y apoyar en el proceso, por ejemplo, la organización del refrigerio, el orden del espacio de trabajo y demás.
- Por último, se observaron algunas condiciones físicas en los participantes, las cuales deben considerarse a la hora de ejecutar las actividades, por ejemplo, las dificultades auditivas de una de las mujeres del grupo, por lo que debe mantenerse un tono de voz adecuado y verificar que las instrucciones e intervenciones sean claras para todas las personas.

3. **Aprendizajes del grupo:**

- A partir de la evaluación y lo observado, se determina que el grupo manifiesta un acercamiento inicial al tema de la sexualidad, visualizando un panorama más amplio acerca del término.

- También aspectos metodológicos, como los objetivos del proyecto y la relevancia de la empatía a nivel grupal, ya que esta permite la participación activa de todos y todas, en un espacio de confianza y comodidad.

4. **Actividades realizadas:**

- La realización de diversas actividades permite abarcar objetivos diferentes dentro de la misma sesión, sin embargo, el tiempo de discusión era limitado. Por tanto, se consideró para los próximos talleres el desarrollo de un número menor de actividades y espacios de discusión y análisis más prolongados.
- Se observó comprensión clara en el momento que se brindaron las distintas instrucciones para las actividades realizadas.
- La evaluación de los participantes, se inclinaron a destacar el deseo de continuar realizando actividades que promuevan la discusión, comunicación, diálogo del grupo. Es decir, técnicas participativas para desarrollar los temas.

A nivel metodológico, se puede analizar cómo tanto en las expectativas que el grupo expresa tener acerca del espacio de aprendizaje, como los aportes que cada uno busca brindar en los talleres, se determina una serie de factores en común, que reflejan la posición y el rol que los participantes asumen en esta primera sesión. Un ejemplo de ello, es cómo la mayoría indica aportar sus experiencias y conocimientos, manifestándose como agentes activos portadores de saber. Por tanto, los aportes e información que el grupo trae consigo a este proceso metodológico, representan herramientas claves para la construcción de nuevos conocimientos, mediante el compartir de experiencias e historias, generándose así, espacios nuevos de aprendizaje.

Además de ello, otro punto a considerar, es la visualización de la educación y de los talleres como un lugar de disfrute y de placer, donde los vínculos se potencian y las interacciones sociales se presentan como un determinante en este grupo. Es decir, que el espacio se percibe no solo desde un plano educativo, sino también como una oportunidad de compartir con los pares, y convertir el aprendizaje en una experiencia de disfrute, la cual trae consigo un valor afectivo y social.

También es importante considerar las distintas técnicas ejecutadas, debido a que actividades como los “Saqitos de la sabiduría”, permitieron expresar el rol que los participantes buscan desempeñar en la construcción de esta metodología, además de poderse observar la integración y dinámica que el grupo posee. De igual manera, la “Lluvia de ideas” fue una actividad de gran peso en este primer acercamiento al grupo, ya que permitió identificar los principales puntos de abordaje en el fenómeno de la sexualidad integral, mediante los aportes en conjunto y la construcción que el grupo pudo realizar.

Es de suma relevancia rescatar como los espacios de discusión que se realizaron después de cada actividad, permitieron enriquecer los objetivos, y dar apertura al diálogo y a la exposición de ideas de cada participante. Por lo que, según la experiencia de este primer taller, es importante rescatar dichos momentos durante el desarrollo de las próximas sesiones, por ello se consideró realizar un número menor de actividades, con el fin de brindar un mayor tiempo a la comunicación grupal, además de dar un lugar importante a la evaluación final del taller, ya que en esta primera experiencia el tiempo se presentó limitado.

Por tanto, integrando ambos factores, el campo metodológico y el tema de la sexualidad, se concluye que esta primera sesión, se establece un punto de partida para el desarrollo de dicho proceso, donde la expresión y comunicación acerca de la sexualidad es un punto latente para el grupo, por lo que es de suma relevancia ejecutar actividades que permita dichos objetivos y propicien un espacio educativo participativo.

Capítulo 2. Construcción de la metodología

En esta segunda parte se presentarán, el desarrollo metodológico que se llevó a cabo durante el proceso. Este se basó en una serie de temáticas que se profundizaron en cada taller, las cuales fueron desarrollados a partir de los intereses del grupo y el plan tentativo que se propuso al inicio, el cuál fue adaptado a las necesidades que el grupo iba mostrando.

En cada uno de los talleres se realizaron una serie de actividades, las cuales tenían objetivos específicos acorde a la temática en cuestión, además de ellos, al final de cada sesión se ejecutaba una evaluación para replantear y analizar las actividades llevadas a cabo. Cada una

de las evaluaciones se trabajaron de formas distintas, con el propósito de tener una variedad y ajustar las evaluaciones según las necesidades del grupo.

Cada taller, se enfocó en un objetivo en específico, acorde al tema principal el cual es la sexualidad integral. Por tanto, se presentarán cada una de las actividades, la descripción de la misma, los resultados de la actividad y el análisis al respecto. Posteriormente, se analizará todos los aspectos metodológicos, es decir, las observaciones realizadas, resultados de la evaluación ejecutada por el grupo, y el análisis y discusión desarrollada en relación a ello.

Es decir, en cada una de las sesiones se presentará en primera instancia todo lo vinculado al tema de sexualidad integral y luego de ello, los factores de la metodología que se retomaron y analizaron.

Taller 2: Vivencia de la sexualidad y Conceptualización de sexualidad integral

El segundo taller tenía como fin analizar cuál ha sido la vivencia de la sexualidad en este grupo, es decir, profundizar acerca de la educación y aprendizaje que han tenido los participantes a través de la vida sobre la sexualidad y de esta forma comprender a mayor profundidad de qué forma los participantes han entendido y construido dicho concepto. Además de ello, desarrollar la terminología de sexualidad integral, sus componentes y sus principales características.

A. Desarrollo de actividades

Actividad 1: “Vivencia de la sexualidad en subgrupos y construcción de papelógrafo”

Descripción

En tres subgrupos se analizó una guía de discusión acerca la vivencia de la sexualidad a través de la vida con una serie de preguntas, posteriormente debían construir en un papelógrafo una manera de representar lo que el grupo había dialogado al respecto. Posteriormente, en un círculo grupal se discute acerca del trabajo que se realizó en los subgrupos presentando los papelógrafos.

La guía de discusión se basaba en las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo me enseñaron a vivir la sexualidad desde que era niño o niña?

2. ¿Qué cosas me decían de la sexualidad?
3. ¿Qué no me dijeron?
4. ¿Se educaba a los hombres y a las mujeres distintas? ¿Se les decía cosas distintas?
5. ¿En mi infancia, juventud y adultez he recibido educación sexual? ¿Cómo ha sido y en dónde?

Resultados

A partir del diálogo realizado, donde se analizaron las preguntas de la guía de discusión, y principalmente la vivencia y aprendizaje que el grupo posee acerca de la sexualidad, se destacan cinco categorías diferentes acerca de esta temática, las cuáles se subdividen en subcategorías. Los resultados son los siguientes:

- 1. Información recibida por los padres o mayores:** Este aspecto hace referencia a todas aquellas enseñanzas e información que los participantes recibieron durante su crecimiento sobre la sexualidad. Es decir, lo que los padres y madres de familias o personas mayores, les comunicaban acerca de la sexualidad. Se destacan cuatro aspectos principales. En primera instancia, tanto hombres como mujeres, mencionan continuamente durante la plenaria, que desde su infancia se les enseñó a entender la sexualidad como un comportamiento prohibido, como bien lo manifiesta uno de los hombres del grupo:

“Si no nos decían nada porque todo era un tema prohibido” (MA, señor 2).

Además, plantean componentes religiosos, como el término “pecado” para referirse a la sexualidad:

“Y además también si usted hablaba de sexualidad era tabú y si si (..) lo escuchaban lo castigaban o le decían que eso era malo además de malo era pecado (j)” qué barbaridad pecado”” (El, señora 7).

De igual forma, se les enseñaba la sexualidad como sinónimo de enfermedad. Por ejemplo, la masturbación se vinculaba con cambios físicos como la palidez en el rostro, también la menstruación en las mujeres se destacaba como enfermedad:

“A los 7 o 8 años éramos tres hermanos (,) y un señor una vez nos dijo “ustedes saben que las mujeres todos los meses se enferman (¿) y yo decía “ como a mi hermana yo nunca la he visto enferma” (risas) y él decía “ si a su mamá y a sus hermanas (,) y se les viene un poco de sangre y Dios guarde tocarlas o hacerles algo dice “porque se ponen peor” eso nos decía él y nosotros diay que va hacer uno pero así nos decía” (G, señor 3).

Otro aspecto que fue de gran relevancia durante la discusión, es el aprendizaje que los participantes dijeron tener acerca del cuerpo, ya que este se les mostró como algo prohibido y ajeno, uno de los hombres menciona:

“Además (...) verse el mismo cuerpo el de uno era malo (j) usted tocarse o verse los pechos o (..) no no “cómo se va a tocar eso es prohibido” (MA, señor 2).

2. **Adquisición de conocimientos acerca de la sexualidad:** Esta otra categoría hace mención a la manera en que las personas del grupo adquirirían información sobre la sexualidad. Se enfatiza de qué forma aprendían sobre este tema. En este punto, las mujeres y los hombres respondieron de forma distinta. Los hombres rescataron principalmente dos medios de aprendizaje, en primer lugar, *sobresale* repetidamente el término “Calle” para explicar, cómo los hombres a través de las experiencias vividas en otros lugares fuera del hogar, cómo fiestas, amigos mayores, o experimentando, aprendían sobre su sexualidad:

“Claro que sí (j) Claro que sí (j) a nosotros los hombres a veces teníamos que aprender en la calle en la universidad de la vida” (A, señor 6).

También comentaban, que cuando iniciaban la adolescencia algunos jóvenes eran llevados por sus padres donde una trabajadora sexual, con el fin de aprender sobre la sexualidad por medio de la experimentación. Uno de las mujeres menciona:

“Pero yo en mi caso si oí digamos a la familia de mi esposo (...) que es lo que él decía “digamos es que mami me llevó donde unas brujas” porque cuando eran adolescentes entonces el viejillo se llevaba a los chiquitos donde una bruja para que se hicieran hombrecitos” (AI, señora 6).

Las mujeres por su parte, presentan dos puntos principales con respecto a la adquisición de conocimientos. Una de las formas en que las mujeres aprendían o recibían información sobre la sexualidad era por medio de las maestras en sus respectivas escuelas o bien las hermanas mayores asumían la explicación y consejos con respecto a la sexualidad, como ejemplo de ello una de las mujeres del grupo comenta:

“(..) la experiencia mía fue que yo tuve una hermana mayor que algo me decía y también en la escuela era muy abierta y nos hablaba mucho de eso (,.)” (MEM, señora 2).

Otras señoras comentan que algunas llegaron al matrimonio con desconocimiento total acerca de la sexualidad, mencionan no tener información al respecto:

“Una compañera mía decía que ella cuando se iba a casar no sabía nada” (El, señora 7).

3. **Aprendizaje acerca de los roles de género:** Esta tercera categoría, enfatiza aquellas conductas y comportamientos que los participantes mencionaban que debían aprender según el sexo. Es decir, los hombres y las mujeres debían comportarse de manera distinta en relación al tema de la sexualidad y otros aspectos. Por ejemplo, los hombres comentan que, durante su crecimiento, ellos poseían una mayor permisividad a nivel social de vivir experiencias referentes a la sexualidad, por ejemplo, con el tema de la masturbación, o tener relaciones coitales a temprana edad:

“Entonces al hombre se le permitía un poco más y si teníamos un chance de tener alguna amiguita ehh “hombre rózale las piernas” (MA, señor 2).

De igual manera, los hombres expresan en la plenaria que, en ambos géneros, existía una división en cuanto a los juegos infantiles, pero que principalmente se establecía en los hombres, por ejemplo, uno de los señores menciona:

“W: Si claro los carritos eran para los varones, pero un chiquito no se podía poner a jugar jacksies con las chiquitas o jugar cromos (,) no eso era prohibido” (W, señor 1)

En las mujeres se destacó un aspecto principalmente, la prohibición de la sexualidad. Las mujeres manifiestan cómo ellas recibían información constantemente acerca de la manera en que debían comportarse, por ejemplo, formas de sentarse, evitar el contacto con los varones, y mantenerse dentro del hogar. Mencionan:

“Esto porque las mujeres teníamos que cuidarnos y estar así sentaditas” (Ad, señora 13).

Además, el tema de la virginidad representaba un valor significativo a nivel social:

“Uno tenía que cocinar (,) lavar (,) y todo lo que termine en “ar” en función de los hombres y la virginidad de la mujer tiene que estar intacta porque tiene valor” (N, señora 5).

4. **Desinformación de cambios físicos y funciones de la sexualidad:** La cuarta categoría hace referencia al desconocimiento que los participantes comentaban tener, cuando empezaron a surgir los primeros cambios físicos y cuestionamientos sobre las funciones de la sexualidad. De igual manera, los hombres y las mujeres se enfocan en situaciones específicas vividas según su sexo.

Los hombres establecen dos factores en relación con este tema, en primer lugar, la desinformación de los cambios físicos, ya que se comentaba acerca de la ansiedad, y sentimientos de temor, cuando empezaron a surgir los primeros cambios, ya que no tenían conocimiento alguno de lo que sucedía, uno de los participantes dice:

“Nada tampoco ehh (...) tenemos la experiencia de que nos iba saliendo bello el vello púbico (..) y uno decía (..) se asustaba “qué es esto (i)”” (A, señor 6).

Otro aspecto de gran interés, es que los hombres comparten cómo ellos tenían un desconocimiento total acerca de los procesos biológicos en las mujeres, como la menstruación, plantean no tener mayor conocimiento ni interés en ellos durante su crecimiento:

“Porque con eso de la menstruación uno ni sabía que era eso” (G, señor 3).

Las mujeres destacaron como principal aporte en los cambios físicos, la experiencia de la primera menstruación. Comentan vivir dicha experiencia, sin mayor información y sin la accesibilidad a métodos higiénicos como los que actualmente se encuentran:

“A mí me vino la primera menstruación a los 12 años estábamos en sexto grado (..) y yo me asusté pero yo ya sabía porque la maestra nos había explicado y eso (,) si ella echaba a los chiquillos los mandaba para la casa y nos dejaba a las niñas en el aula (...) pero yo siempre me asusté porque diay es la primera vez entonces yo había una muchacha que nos ayudaba en la casa y entonces ella me dijo “hay E.. ya le vino la menstruación” (...) y le decía yo “si pero tengo miedo” y entonces ella fue y le dijo a mami para que me comprara algo para ponerme (..) y me dice así se me quedó viendo y me dice “Ya enfermó (i)” (xxxx), “Y me contaba también que cuando les vino la primera regla antes no había lo que hay ahora ehhe (...)” (MEM, señora 2).

De igual manera, tanto los hombres como las mujeres, comentan haber tenido mucha curiosidad sobre la reproducción, que tenían deseos de entender de qué manera la procreación sucedida, y estas dudas eran atendidas con temáticas como la cigüeña o historias fantasiosas:

“Incluso los hermanos menores yo no sé yo donde nacería fue en una madrugada (...) que mi mamá se mejoró en la madrugada y llamaron a mi hermanita para que me atendiera a mi (,) mamá y mi tía y eran como las tres de la mañana (..) y amanecí llorando “vino la cigüeña y no la vi” (risas)” (V, señora 12).

Con respecto a dicha actividad, dónde se analizó la vivencia y aprendizaje que el grupo ha tenido acerca de la sexualidad, se puede comprender cómo los participantes recibieron una escasa orientación de dicho tema por parte de sus fuentes de apoyo como sus padres o personas mayores en su entorno, por lo que la información siempre era obtenida por agentes externos y experimentación. Además, la poca comunicación recibida, se inclinaba a una sexualidad prohibida, culpabilizante y negativa. Es decir, los participantes expresan mediante la discusión, como la sexualidad que se les enseñó fue desde el silencio, con grandes vacíos y desinformación, y como un fenómeno castigador en la naturaleza humana.

Por tanto, se puede analizar como la sexualidad en dicha población representa desde su crianza prohibición y alejamiento del cuerpo. Es decir, un punto de gran relevancia es entender, como a través de los comentarios y anécdotas del grupo, se visualiza una negación de la sexualidad desde sus primeros aprendizajes, lo cual llega a reforzarse en una etapa como la tercera edad, a través de la desautorización e invisibilización que en el ámbito sociocultural se manifiesta en cuanto a la práctica de la sexualidad en esta etapa de la vida.

Otro aspecto interesante, es que el grupo recalca cómo el discurso de sexualidad recibido en su infancia y desarrollo, era cercanamente relacionado a los conceptos e ideologías que algunas religiones poseen. Por lo que se puede analizar, como las creencias e ideologías de la sexualidad desde algunos puntos de vista religiosos, son fuertemente vinculados con los discursos que estas personas de la tercera edad plantean haber aprendido o incluso expresan como sus propias creencias.

Por su parte, las diferencias en la adquisición de conocimientos acerca de la sexualidad en los hombres y en las mujeres reflejan la asignación de funciones sociales y de roles que desde edades tempranas debían asumirse. En este caso, se puede analizar una división marcada y clara acerca de las formas en que los participantes aprendían y experimentaban su sexualidad.

Las mujeres por su parte, presentaban un distanciamiento y desinformación mayor a los hombres con respecto a la sexualidad, llegando algunas incluso a contraer matrimonio sin tener conocimiento alguno de la vivencia de la misma. Los hombres manifiestan una mayor permisividad a nivel social, sin embargo, estos debían aprender a través de la práctica directa, o la experiencia que otros hombres poseían. También caso contrario a las mujeres, algunos de ellos desde edades tempranas eran expuestos a actividades sexuales de tipo coital con trabajadores sexuales, donde se convertía una forma de “instrucción” en su aprendizaje. Sin embargo, a pesar de tener una mayor prohibición las mujeres que los hombres, en ambos casos se presenta una escasa orientación y comunicación clara del tema, es decir, la exposición directa, o el desconocimiento total eran las principales vías de aprendizaje que estas personas experimentaron en sus anteriores etapas de la vida.

De igual manera los roles de género no solo se veían reflejados en los medios para obtener información sino también en las enseñanzas acerca de los comportamientos que según el sexo cada persona debía tener en función de la sexualidad. En los hombres, por ejemplo, una mayor posibilidad de vivenciar la sexualidad en la cotidianidad a través de la experimentación, sin embargo, los hombres expresan sentirse limitados en cuanto a la permisividad para probar juegos o actividades que eran asignadas directamente a las mujeres. Las mujeres por lo contrario enfatizan la lejanía y prohibición que se les inculcaba sobre la sexualidad, determinando formas de comportamiento y funciones que debían asumir, como las labores del hogar.

Un aspecto de gran relevancia durante el taller, es las anécdotas y situaciones vividas con respecto a los cambios físicos, y cuestionamientos que surgían acerca de las funciones de la sexualidad y la corporalidad. Los hombres resaltan como las primeras erecciones, el primer vello púbico, cambio de voz, fueron factores de alta sorpresividad y asombro cuando estas surgieron. Además, un punto analizar es la desinformación total que los hombres comentaban tener acerca de la menstruación en las mujeres. El desinterés y lejanía que se les imponía con el tema, generaba una negación de los procesos biológicos que las mujeres experimentaban. Situación que, a su vez, se muestra como una marca determinada en la vida de las mujeres del grupo, al expresar una serie de emociones, como miedo y ansiedad, al vivenciar la primera menstruación. Esta es descrita como una experiencia de asombro, incertidumbre y desconocimiento.

Rescatando que la menstruación era percibida como sinónimo de enfermedad. Por tanto, dichas situaciones reflejan la visualización del cuerpo como algo lejano y prohibido en la sexualidad.

Un aspecto a rescatar es cómo algunos mencionan haber recibido alguna información de la sexualidad por medio de las maestras o en las instituciones educativas, principalmente aquellas personas de generaciones menores, sin embargo, estos recalcan como los aspectos enseñados se enfocaban en la reproducción y funciones de la sexualidad a nivel biológico, pero la temática del placer, disfrute y deseo de la sexualidad, era nula.

Actividad 2 “Conceptos de sexualidad integral”

Descripción

La facilitadora mediante el uso carteles, explica y comenta acerca de algunos conceptos importantes para entender la terminología de la sexualidad integral. Apoyada mediante papeles de colores con las respectivas definiciones. Los conceptos discutidos fueron:

1. **Sexo:** Aspectos biológicos y reproductivos (base fisiológica, anatómica, hormonal)
2. **Genitalidad:** Órganos genitales, como funcionan y el placer que se deriva de ellos (excitación, orgasmo)
3. **Erotismo:** Capacidad para sentir placer, sentirse bien con bienestar. El placer no es solo con la genitalidad sino con el bienestar en la vida. Eros sinónimo de vitalidad.
4. **Género:** Aspectos psicológicos, sociales y culturales que se asocian a la persona de acuerdo con su sexo. (Roles de género, identidad de género).
5. **Orientación sexual:**Cuál es el sexo de las personas que me atraen (Heterosexualidad/Homosexualidad/Bisexualidad)

Resultados

Es importante mencionar que en dicha actividad se presentaron mayores intervenciones por parte de la facilitadora, ya que el objetivo principal de la actividad era poder ampliar y poner en discusión dichos conceptos. Sin embargo, se presentaron algunos comentarios y dudas con respecto a cuatro temáticas principalmente:

1. **Identidad de género:** Los participantes presentaron algunas dudas y comentarios acerca de la incompreensión con respecto a la identidad de género, por ejemplo, preguntas acerca del origen de dicha situación:

“Es por algo orgánico o por algo emocional (?)” (MEM, señora 2).

También se realizaron comentarios con casos de otras culturas o situaciones lejanas a la cotidianidad de los participantes, por ejemplo:

“Yo un día vi un programa donde era al contrario como las mujeres son tan reprimidas a las chiquitas las obligaban a ser hombre, tenían que trabajar ay actuar como hombres las obligaban a ser hombres porque si la mamá era sola ese programa estuvo muy interesante no recuerdo cómo se llama” (N, señora 5).

2. **Orientación sexual:** Con respecto a la temática de orientación sexual se presentaron comentarios enfocados principalmente a la bisexualidad, por ejemplo, uno de los participantes menciona:

“Pero dígame una cosa es que hay cosas que uno (...) por ejemplo en las mujeres uno lo ve en las artistas a veces las artistas pasan con un chavalo tres años de pronto ya no les gusto el hombre entonces viven con una mujer 7 años y después vuelven otra vez con un hombre diay entonces (j) que son (z)” (A, señor 6).

Además, se presentó una diversidad de comentarios en dónde algunos manifestaron dudas y poco entendimiento con respecto a dicha situaciones y otros mostraron comentarios de aprobación:

“Eso es empatía con la persona” (N, señora 5).

“Libertad para disfrutar” (W, señor 1).

3. **Sexualidad con condición con personas con discapacidad:** De igual manera, dentro de la discusión de los diferentes conceptos, salió a relucir un tema de interés

ara el grupo, el cuál expresaron una serie de dudas y comentarios al respecto, ya que muchos decían no tener claro la vivencia de sexualidad que podían tener las personas con alguna condición física o algún tipo de discapacidad:

“En eso este siempre he pensado por ejemplo los que padecen de mongolismo que son chiquitos y chiquitas que simplemente uno lo nota y que interiormente están muy activos de su sexualidad pero que simplemente no les permiten, pero yo digo si un chiquito embarazara una chiquita nace con el mismo problema (¿) ósea el producto que va hacer (¿) otro con problemas (¿)” (G, señor 3).

Algunas de las personas se refirieron al tema desde una óptica de derechos humanos:

“Diay tiene derecho, pero dependen donde tengan la discapacidad” (MEM, señora 2)

4. **Erotismo:** Por último, el tema del erotismo generó algunas discusiones al respecto, en menor medida que las categorías anteriores, pero con algunas intervenciones acerca de la visión que se posee de la palabra erotismo la cual, algunas personas comentaban que siempre es asociada desde el punto de vista coital, pero que el erotismo puede encontrarse en otros momentos de disfrute, por ejemplo, mencionan:

“Hay gente que se excita y no necesariamente con (...) un violín o algo que les guste” (A, señor 6).

Por su parte en esta segunda actividad, se puede analizar como el grupo muestra interés, cuestionamientos y deseos de aprendizaje en temas como la identidad de género o la orientación sexual, manifestando comentarios sobre poco entendimiento y desconocimiento de algunos términos. Es interesante como los ejemplos o historias que comparten acerca de esta temática, se plantean como casos lejanos a la realidad y cotidianidad de su propio contexto, se enfatiza en celebridades o vivencias de otras culturas. Es decir, el grupo se muestra ajeno y desinformados con respecto a dichas situaciones. Por tanto, fue uno de los puntos con mayor abordaje durante

la actividad, mostrándose así, como una necesidad educativa de gran relevancia para los participantes.

Por último, el concepto de erotismo representó uno de los puntos de mayor relevancia en este segundo taller, teniendo un gran impacto en el aprendizaje del grupo debido a la visualización de nuevas perspectivas con respecto al término. La comprensión del erotismo desde una óptica más amplia, y desde los vínculos con el disfrute y el placer que se vivencia en la cotidianidad fue de gran resonancia en este primer acercamiento a la terminología, por lo que se destaca como un factor a profundizar en alguno de los talleres próximos.

En síntesis, se puede analizar como en esta segunda sesión, se destaca cuál ha sido la cercanía y la construcción que los participantes han desarrollado acerca de la sexualidad a través de su vida, dando un énfasis a la crianza y aquella perspectiva que se buscaba heredar por medio de sus padres o mayores. Transmitiéndose la visualización de la sexualidad como un fenómeno prohibido, y negativo, lejano al propio cuerpo y vivenciado a través de la experiencia y la sorpresividad que se presentaba a través de la vida. Además de ello, la relevancia de abordar terminologías competentes a la sexualidad integral, que representa factores novedosos e incluso desconocidos para algunas de las personas del grupo.

B Aspectos metodológicos

Evaluación

Al finalizar la sesión se realizó una evaluación esta vez de forma oral, con el fin de poder discutir y analizar el taller llevado a cabo. En dicha evaluación se buscaba responder a las preguntas:

1. ¿Cómo se sintieron en el taller?
2. ¿Cuál fue el mayor aprendizaje?
3. ¿Qué les parecieron las actividades?
4. ¿Qué podrían aportar para el proceso?

A partir de dichos cuestionamientos, surgieron los siguientes aspectos:

1. **Aprendizaje constante:** Algunos de los participantes mencionaron la nueva información que adquirirían mediante estos talleres, enfatizando que la edad no es un determinante para los procesos de aprendizaje:

“Eh a mi lo que me gusta es que cada semana hay algo nuevo y uno va aprendiendo (...) porque aquí vinimos aprender, aunque seamos viejos siempre se aprende algo nuevo entonces (..) hoy fue un tema bonito” (A, señor 6).

“No que realmente si hay aprendizajes a esta edad yo esos conceptos no los entendía así (..) por ejemplo” (G, señor 3).

2. **Expectativas para próximos talleres:** También algunos comentaban tener interés en los talleres próximos y en las temáticas que podían ir surgiendo durante el proceso:

“Si a cómo va avanzando el taller ahí van apareciendo cosas muy interesantes” (W, señor 1).

“(...) yo presiento que dentro de 15 días ya vamos profundizando más y cogiendo más confianza e incluso la gente ya van contando cosas y eso es lo interesante” (A, señor 6).

3. **Principales aprendizajes:** Dentro de los aprendizajes más significativos del taller, se encuentra la terminología de “Erotismo” ya que los participantes mencionan ser un concepto de interés, además novedoso para ellos y ellas:

“Por ejemplo con los ejemplos que puso la profesora de erotismo si a uno le gusta mucho bailar y ahí está haciendo una actitud de erotismo yo no lo entendí nunca así (..)” (G, señor 3).

“El: Disfrutar una conversación es erotismo” (G, señor 3).

4. **Aportes:** Una de las mujeres del taller plantea el deseo de aportar al proceso, compartiendo algunos de los escritos que ella crea, ya que la temática le ha despertado inspiración para poder escribir más:

“Si a mí me gusta escribir no soy súper escritora, pero entonces yo con ese tema me agradaría escribir porque tengo un archivo entonces tal vez yo puedo compartir algunas cosas” (MEM, señora 2).

En síntesis, mediante la evaluación se determina que adquirir nuevos conocimientos es uno de los aspectos más relevantes para el grupo y que dichos factores, se presentan como un aspecto motivacional para el proceso y para involucrarse en el aprendizaje. Además, que, a partir de estos primeros talleres y temática discutidas, se genera un interés y expectativas para los próximos temas y sesiones a realizar. De igual manera, el concepto erotismo, fue un aspecto de relevancia para el aprendizaje de los participantes, al visualizarse como un tema amplio y que parte del disfrute y el placer en la vida. Por último, una de las participantes busca la manera de aportar y compartir su propia información, rescatándose así, el involucramiento de los participantes en la construcción de la metodología.

A nivel de técnica, se determina que la evaluación oral, genera un mayor análisis del taller y opiniones distintas, sin embargo, es importante estructurarse de manera que puedan abordarse todos los componentes necesarios de evaluar. También es importante rescatar, que, tanto en la primera como en esta segunda evaluación, el grupo muestra un mayor aporte en relación a sus principales aprendizajes, pero con lo que respecta a la evaluación de la metodología como tal, debe guiarse y realizarse preguntas directas, con el fin de dar un lugar para replantear y poner en perspectiva las estrategias llevadas a cabo.

Observaciones

1. Trabajo en subgrupos

- El trabajo en subgrupos, permitió un mayor acercamiento entre las personas permitiéndoles compartir sus experiencias y criterios a discutir.
- En cada subgrupo se observaba un líder que coordinada la discusión y la construcción del papelógrafo.
- En los tres subgrupos se mostró un mayor interés en el diálogo y las experiencias compartidas que en aspectos decorativos o de elaboración del papelógrafo.

2. Plenaria grupal

- En la discusión grupal, se observó un alto grado de participación de parte de la mayoría de los participantes. De igual manera había quienes realizaban un mayor número de intervenciones.
- Algunas personas participan recurrentemente y algunas otras debía brindársele el espacio para sus opiniones, ya que algunos dominaban las conversaciones.
- Dentro del diálogo realizado, los mismos participantes empiezan a generar preguntas y cuestionamientos que dinamizan la comunicación y la amplitud de los temas.
- Las participaciones debían regularse y ordenarse por medio de la facilitadora, ya que al presentarse un alto grado de opiniones y comentarios que realizar, el orden y la escucha se veían limitadas.
- El trabajo en círculo permitió una mayor interacción y permitió la apertura para un análisis amplio de las temáticas en cuestión.
- La “anécdota” es un medio discursivo el cual se manifiesta constantemente en la discusión y espacios de diálogo.

3. Análisis de conceptos

- En dicha actividad, el grupo se mostró atento y focalizado en las explicaciones y comentarios de la facilitadora.
- Sin embargo, se presentaron una serie de cuestionamientos y comentarios con respecto a temas como la identidad de género, orientación sexual o el erotismo.

A nivel metodológico es importante iniciar rescatando la funcionalidad y la apertura que permitió el trabajo en subgrupos, debido a que, si bien en las plenarios grupales se realizan discusiones enriquecedoras, el trabajo en subgrupos conllevó a una mayor cercanía entre las

personas, e incluso una mayor intimidad para poder hablar y expresar sus experiencia de infancia y de esta manera compartirlas y construir entre todos y todas ideas claras de lo que fue su aprendizaje con respecto a la sexualidad. Esto se evidenció observando cómo cada subgrupo se enfocaba más en el dialogo y la discusión que se generaba, que en la misma construcción del papelógrafo. Además, un punto a mencionar, es que el trabajo en subgrupos posibilita la participación de todos y todas, situación que en los análisis grupales puede verse limitado, debido a las intervenciones constante de la mayoría, o bien hay quienes se muestran con mayor seguridad para participar en un grupo de personas pequeño, que frente a todo el grupo de participantes. Por tanto, se visualiza esta estrategia de trabajo como una herramienta de gran valor, para propiciar la cercanía y el espacio para el intercambio de ideas y perspectivas.

Se puede analizar como las plenarias grupales fortalecen el análisis y el aporte que los participantes desarrollan, creando nuevas perspectivas y nuevos conocimientos mediante el intercambio de ideas, sin embargo, también es importante rescatar cómo las actividades con una mayor dirección por parte de la facilitadora, como lo fue la explicación y discusión del concepto de sexualidad integral, potencian el aprendizaje, ya que el taller se logra equilibrar entre los aportes y elaboraciones grupales, y el aporte que la facilitadora provee para ampliar conocimientos con respecto a conceptualizaciones vinculadas a lo discutido. Dichos espacios, fomentan el cuestionamiento y las interrogantes con respecto a situaciones que despiertan dudas o desconocimientos en los participantes.

Por su parte, la plenaria grupal, representó el espacio de mayor profundización durante el taller, ya que lo analizado en la primera parte de la actividad, se compartió de forma grupal, destacando ideas en común, historias diversas, anécdotas de la infancia, y demás. Es interesante, como las distintas experiencias expresadas por los participantes y los comentarios al respecto, permitieron ir creando y planteando ideas claras con respecto a la educación que este grupo recibió acerca de la sexualidad, y de esta manera poder visualizar entre todo el porqué de las diferentes creencias que se poseen acerca de dicho tema. Por tanto, se destaca que el discurso anecdótico es una herramienta de gran valor en este grupo, ya que permite la apertura para el cuestionamiento y el análisis, por ello, es un factor que se considera para el desarrollo de los próximos talleres.

También, el diálogo propicio la creación de nueva información, y preguntas que los mismos participantes aportaban en la discusión, enriqueciendo de esta forma el espacio, y generando la apertura al análisis de nuevas temáticas. Se puede rescatar cómo los participantes, empiezan a ser críticos de sus propios conocimientos y sus propias vivencias, mediante la discusión llevada a cabo. Este nivel de análisis se facilitó debido al trabajo en círculo, el cual propicio una mayor interacción y convivio en las personas.

En resumen, integrando ambos aspectos el fenómeno de la sexualidad y la metodología, se analiza como las vivencias y experiencias con respecto a temáticas de la sexualidad, se muestran enriquecidas mediante espacios de discusión, donde el grupo realiza un mayor acercamiento, generando así entre todos y todos nuevos conocimientos, basados en la experiencia e historias de vida. Además, la empatía con la perspectiva de sexualidad integral, se vincula con las explicaciones que la facilitadora puede aportar con el objetivo de llevarlos a discusión y a su profundización, y de esta forma permitir que el grupo logre relacionarse cada vez más con dicho concepto. A nivel general, se analiza como al ser un grupo con un escaso acceso a la información y orientación de la sexualidad en su proceso de crianza, un espacio educativo, como este permite la resignificación, expresión, y comunicación de un tema invisibilizado en su desarrollo.

Taller 3: Vivencia de la sexualidad en la Aduldez Mayor

El tercer taller tuvo como objetivo abarcar las temáticas de la sexualidad, enfocado directamente con la población adulta mayor, analizando aspectos como las creencias que se vinculan con el tema, situaciones o aspectos a considerar con respecto a la sexualidad en esta población.

A. Desarrollo de actividades

Actividad 1: “Observación de videos y discusión”

Se observaron dos videos cortos y posteriormente se analizaron de forma grupal.

Descripción (Video 1)

El primer video hacía referencia acerca de los mitos, el derecho amar y a la vivencia de la sexualidad en todas las etapas de la vida. El video tenía como nombre “Sexualidad en el adulto mayor”

Resultados

Una vez visto el video, los participantes mencionaron la relevancia del derecho a vivir y disfrutar la sexualidad en cualquier etapa de la vida, es decir, la adultez mayor no implica la ausencia e invisibilización de la sexualidad, rescatando que siempre y cuando a nivel de salud o condiciones físicas se pueda disfrutar, esta continúa siendo parte de los derechos de cualquier persona:

“Profe yo quería opinar sobre (...) es que a mí me parece que la sexualidad y el sexo y todo lo que se relaciona es una función vital es algo que está inherente y no se puede borrar digamos que ya a cierta edad ya no (,) la persona si está bien de salud y se siente bien eso no tiene edad” (MEM, señora 2).

De igual forma, se da a relucir la pérdida de este derecho a través de intervenciones familiares, donde los adultos mayores pierden voz y voto para tomar decisiones sobre su propia vida y su sexualidad:

“Yo pienso que bueno esto es que está cambiando hace muchos años y yo había leído una historia de una pareja de personas ya adultas mayores “señor usted en un cuarto” los hijos verdad “ya como están tan viejitos usted duerme aquí y usted duerme allá” los separaron y no vieron que ellos necesitaban aún el afecto (...) y los separaron y mucho tiempo después vieron la necesidad de que tenían que respetar (.) Igual me acuerdo de mis suegros también eran catecúmenos y por otro lado que ya eran mayores entonces uno por aquí y el otro por allá y los mismos catecúmenos les dijeron “ no ustedes son una pareja (,) y ustedes tienen que estar juntitos” (ME, señora 1).

Por otro lado, también se mencionó el disfrute de la sexualidad que puede tenerse en esta etapa de la vida, por factores diversos, como la ausencia de hijos, la intimidad de pareja y demás:

“Y más bien yo pienso que con la edad se disfruta más (,) ya no estamos asustados porque no nos dejan porque están los chiquillos que van a llegar o que van a venir (...) o sea es una libertad y está uno más maduro y se buscan más formas de hacerlo hacer esto otro o qué bonito sería aquello no hay problema verdad porque ya nadie nos critica ya nadie está viendo que está haciendo y que no está haciendo” (D, señora 9).

Es decir, esta primera actividad, plantea dos factores fundamentales en cuanto a la sexualidad en la tercera edad, los cuales son, tanto el derecho que estas personas poseen para continuar desarrollando su vida sexual, independientemente de la edad o etapa o en la que se encuentren, como el disfrute y el placer que pueden obtener de ella, al encontrarse en un momento de mayor tranquilidad y conocimiento para poder potenciar su experiencia. Ambos puntos reflejan la relevancia de fortalecer dichas temáticas a nivel social, visibilizando el disfrute como un componente clave en la vivencia de la sexualidad en cualquier etapa de vida, pero también el derecho y la necesidad que las personas de la tercera edad poseen en relación a dichas experiencias, mostrando así, un camino importante de resignificar y construir nuevas perspectivas y criterios en torno a los esquemas socioculturales que se han construido con respecto a la vejez.

Descripción (video 2)

El segundo video analizado, fue el fragmento de una película llamada “Elsa y Fred” donde se visualiza la experiencia de dos personas adultas mayores que se conocen e inician una relación de pareja. Viviendo una serie de acontecimientos y aventuras que los lleva a despertar sentimientos entre ellos.

Resultados

Con respecto al segundo video, se destacaron dos puntos discutidos que permitieron poner en perspectiva una serie de factores. En general, las diferentes temáticas fueron relacionadas con aspectos de creencias socioculturales, acerca de la sexualidad en la adultez

mayor, visualizado desde su propia realidad, es decir, se destacaron una serie de afirmaciones que su propio contexto socializa en relación a dicho tema, por tanto, las cuales son:

1. **Creencias generales acerca de la adultez mayor:** En este primer punto, los participantes rescatan aquellas creencias o percepciones que, a nivel social, y enfatizado desde su contexto inmediato, se posee acerca del tema de la sexualidad en esta población, desvinculando la experiencia de la película con su realidad, por ejemplo, una de las participantes menciona:

“Yo pienso lo que pasa es que digamos nosotros no estamos en una cultura preparada para eso ese es el asunto verdad (...) que generalmente nosotros somos más tradicionalistas y más conservadores eh y no sé si abran pensado como generalmente piensa uno eso se da en películas no en la vida real (,) muchas veces uno ve películas y dice “pa que fuera verdad” (,) porque eso son mentiras que cuando uno enviuda se va poner eh menos en San Ramón (,) es muy raro totalmente uno ve su entorno el sentido familiar y es como dice usted quizás mis compañeros no coincidan porque así fue enseñada yo (..) ósea la persona tiene su propia formación sus propios principios que no precisamente coinciden con los de los demás porque hay definitivamente a nivel de una sociedad todo un esquema” (ME, señora 1).

También se plantea la creencia de que la sexualidad es meramente reproductiva. Por tanto, al finalizar el ciclo reproductivo, la sexualidad deja de ser funcional y parte de la vida activa en la pareja:

“Yo el otro día escuché un comentario (,) este una muchachita le preguntó a la mamá que si ellos no tenían relaciones y la mamá le dijo que no porque ya ella después de la menopausia no podía tener hijos entonces ya no era necesario (...) ella era muy metida en la iglesia yo no sé si era por algo de la iglesia o ideas que ella tenía y yo me puse a pensar en el marido (,) diay era gente de cincuenta y pico de años” (A, señor 6).

2. **Influencia de ideologías religiosas:** De igual manera, los participantes argumentan las influencias de las ideologías religiosas como un factor que interviene en la segmentación de los roles de género:

“Una cosa es que no no (,) se está presentando digamos la prohibición especialmente en la religión todas esas cosas “esto es malo, no lo puede hacer usted (,) no le puede hablar a ese hombre (,) porque es una aventura usted debería casarse” (W, señor 1).

Se menciona como los diferentes dogmas religiosos, establecen pautas e ideologías a seguir a nivel social, por tanto, el incumplimiento de ellas despierta una serie de prejuicios y señalamientos:

“Yo creo yo creo definitivamente que la creencia religiosa tiene un gran peso (,) esta chiquita comentaba ahí que eh (...) que la sociedad lamentablemente a través de las religiones eh (...) se ha conformado la sociedad en el mundo entero porque (¿) porque pone una pauta y así ha sido entonces en el comportamiento sobre todo de la mujer eh eso de que de un pasito un poquito más diferente puede ser lamentablemente ser señalada” (MA, señor 2).

En primera instancia, se analiza aquellos preceptos que se han construido y desarrollado en el ámbito social con lo que respecta a la sexualidad en edades avanzadas, y realizando una comparación entre la escena de la película y su contexto actual. En donde se visualiza su propia realidad como un ambiente limitante acerca de la vivencia de sexualidad en dicho ciclo de la vida, ya que se percibe una desvinculación del video con sus experiencias. Es decir, los participantes visualizan la historia de la película como una realidad utópica, argumentando que las percepciones que en general se han construido a nivel social, en el ámbito costarricense, y específicamente en el contexto ramonense, son totalmente desligadas a la ejemplificación del video, caracterizando las creencias de su ambiente social como “tradicionalistas y conservadores”.

Por tanto, se destaca, cómo dentro del medio en la que los participantes dicen desenvolverse en su cotidianidad, se presenta una serie de creencias y mitos, arraigados en relación a dicho tema, manifestando que la incomprensión, desaprobación e invisibilización de la sexualidad integral en la tercera edad, es un factor latente dentro de su realidad y con un camino amplio por recorrer en pro de su desarrollo.

De igual manera, una de las afirmaciones que se discutieron con respecto a la sexualidad en la adultez mayor, es la sexualidad vinculada meramente a los aspectos reproductivos, dejando de lado la vivencia de la misma. Por tanto, se mencionaba como al finalizar la etapa reproductiva en el ciclo de la vida, la sexualidad es anulada y desconfirmada a nivel social, de tal manera, que, en algunas situaciones, tal como se plantea en el ejemplo de uno de los participantes, la vivencia en pareja se ve limitada debido al seguimiento de dichas normas y dogmas sociales.

De igual manera, la influencia de ideologías y afirmaciones de corte religioso, se manifiestan según los participantes, como un factor de gran impacto en la división de los roles de género, estableciendo cuales comportamientos corresponde según el sexo y la edad, es decir, las mujeres y hombres adultos mayores, además de vivenciar la anulación social de su sexualidad, deben partir de una diversidad de creencias asignadas al género y estipulaciones que en el ámbito social se han construido, expresando así el grupo, los dogmas religiosos como influyentes importantes en dicha situación.

Es decir, a nivel general se puede analizar como el primer video generó una discusión en relación a factores como los derechos de las personas en adultez mayor, la intervención y el papel que en algunas ocasiones juega la familia, y el tema del disfrute en dicha etapa, fundamentado en la experiencia y libertad de responsabilidades que se posee en edades avanzadas.

Por otro lado, con el fragmento de la película “Elsa y Fred” se permitió, rescatar aspectos socioculturales vinculadas con la sexualidad en la adultez mayor, realizando comparaciones y discusiones en relación a su propia realidad, rescatando una serie de pautas que se han construido a partir de dicha temática, en donde el género, la edad, la cultura, las ideologías religiosas y demás factores, se presentan como aspectos de impacto directo en la vivencia de la sexualidad en la población adulta mayor.

Actividad 2: “Sociodrama”.

Descripción

En tres subgrupos distintos, los participantes discuten acerca de creencias o mitos que se presentan a nivel social en relación a la sexualidad en la adultez mayor, y a partir de la discusión representar una escena mediante el sociodrama que ejemplifique la temática discutida.

Resultados

1. **Grupo 1 (Descripción de la escena):** Representan un grupo de amigos que se reúnen y conversan acerca de diversas situaciones como lo es la impotencia sexual que en algunas ocasiones viven los hombres adultos mayores, por tanto, uno de los señores es invitado a una cita por parte de una de las mujeres y este busca excusas y razones para no asistir ya que siente inseguridades en su vida sexual sobre todo con el tema de la erección. La describen de la siguiente manera:

“La impotencia con la edad verdad y la inseguridad que tienen las personas de no poder hacer nada” (D, señora 9).

2. **Grupo 2 (Descripción de la escena):** Representan a una pareja de amigos que van a tomar café y los hijos de la mujer interfieren con preguntas y control sobre la vida de su madre además del cuidado de la nieta. El subgrupo 2 describe la escena haciendo referencia a dos aspectos. Los participantes hacen referencia al papel que la familia tiene con respecto a la sexualidad en esta etapa de la vida, en donde los hijos (as) por ejemplo, toman control sobre las decisiones de sus padres y su vida sexual, enfatizando que los hombres tienen una mayor permisividad para rehacer su pareja, a diferencia de las mujeres:

“Bueno este legalmente es que los hijos a veces son muy posesivos este (,) digamos cuando un llega a estar solo que se murió el esposo o que se separaron o algo y los hijos ya tiene su vida y están grandes y muchas son muy posesivos no quieren que la mamá e incluso hasta el papá (,) son más permisivos con el papá pero a veces (,) se ponen celosos y no quieren que

la mamá vuelva a tener otra vida con otro compañero o al revés el papá con otro señora (,) y entonces generalmente se meten mucho y entonces ahí le exigió a la mamá que no verdad (,) muchas señoras que hacen caso y se van por allá todas solitas y no no es así porque me parece que diay si nos quedamos solas o solos y nos aparece un amorcito ahí diay tenemos que tener la oportunidad (...) ellos tienen su vida y nosotros tenemos la nuestra (MEM, señora 2).

Otro factor que buscaron rescatar mediante la escena, es que al llegar a la adultez mayor se asocia dicha etapa de la vida con la responsabilidad de los nietos o nietas, visualizándose únicamente desde este rol y no desde las diversas posibilidades de convivir:

“Ahí también quisimos rescatar de que los abuelos siempre estamos destinados a la vida de nietos verdad y que estamos con total disponibilidad porque ustedes vieron cómo (,) bueno eso fue lo que nosotros quisimos vender (,) están obligados a atender los nietos entonces si usted no hace lo que yo quiero le quito al nieto eso es un caso muy común.” (ME, señora 1)

- 3. Grupo 3 (Descripción de la escena):** El grupo 3 no representó ninguna escena, ya que durante la discusión se enfocaron, en la experiencia de vida de una de las mujeres del grupo, la cual compartió su historia, de cómo ella conoció a su padre a través de una situación de gran complejidad y como dicha anécdota marcó su vivencia de la sexualidad a través de la vida:

“Si eh más que todo es (...) es C dice que ella es hija natural entonces la mamá les inculco no sabemos que experiencia tuvo a la larga no tuvo la experiencia agradable entonces les inculco como un rechazo hacia los hombres (...) talvez basado en la experiencia que ella tuvo entonces toda la problemática de cómo se crió y todos los problemas que tuvo por eso mismo rechazo hacia los hombres y hacia al papá (..) representado los

hombres porque eso se lo inculcó la mamá no fue una cosa que le nació a ella (,) entonces por ahí nos fuimos hablando de ese tema (A, señor 6).

A partir del sociodrama, se logran rescatar tres escenas o discusiones que reflejan una serie de mitos, creencias y experiencias que impactan en gran medida la vivencia de la sexualidad.

En primera instancia, se presenta un tema de inseguridades sexuales, enfocada directamente al rol masculino, el cual ha sido encasillado en un tema de funcionalidad o disfuncionalidad de la sexualidad según la edad. Una creencia de que la impotencia sexual en los hombres es un común denominador en la llegada a esta etapa, además que la presencia de dicha situación es una limitante para el disfrute la vida sexual.

Por otro lado, se proponen otros temas relevantes a tomar en cuenta, como lo es el rol de la familia, y un tema de derechos en la toma de decisiones de las personas de la tercera edad. Factor analizado anteriormente en el primer video, y el cual se presenta como un punto significativo para el grupo, en donde la pérdida de privacidad, y dirección de su vida sexual se puede ver limitado por la intervención de la familia y las acciones de la misma. Es decir, se puede analizar como la educación de la sexualidad integral en la adultez mayor no es un tema que compete solamente a la población como tal, sino un tema vinculante con las diferentes generaciones e instituciones sociales que establecen relaciones directas que personas de la tercera edad.

Además, un punto interesante es la percepción de la adultez mayor como significado de abuelo o abuela, es decir, dicha etapa de la vida es planteada en diversas ocasiones únicamente desde este tipo de roles de crianza y acompañamiento de los nietos o nietas, dejando de lado aspectos como la vida de pareja o el disfrute de la sexualidad como parte del ciclo de la vida

Por último, se presenta una historia de vida de una de las participantes en donde se puede comprender, como a través de los aprendizajes y vivencias desde la infancia hasta la vida adulta, reflejan la percepción de la sexualidad y las interacciones que a nivel social se pueden poseer. Entiendo como la crianza, y las situaciones presentadas a través de la vida, marcan una pauta y un determinado estilo de vida, así como la percepción de la propia sexualidad.

Actividad 3 “Análisis de fotografías”

Descripción

En la siguiente actividad, se realizó un análisis de fotografías en donde en plenaria grupal, se repartieron a los participantes una serie de fotografías, las cuáles hacían alusión al tema abordado, y en donde a partir de ellas, los participantes debían plantear aquellas ideas, emociones o palabras que la fotografía evocada, realizando un análisis grupal.

Resultados

1. Fotografía 1



En función de esta fotografía se realizaron comentarios y opiniones en relación al tema del disfrute y el placer:

“De aquí es tener algo que realmente nos guste tener a estas edades”

(F7, p. 447), *“Si si disfruta se ve que disfruta”* (El, señora 7).

2. Fotografía 2



Esta segunda fotografía se rescató el tema de pareja, y la convivencia que en ella se puede tener:

“Yo esté la vi cómo tan ehh (...) que ellos a pesar de la edad están comiéndose un cono salieron a pasear juntitos y llenos de amor” (V, señora 12).

3. Fotografía 3



Ante esta fotografía se enfocó un análisis a la relación de pareja como tal, y el amor en la misma:

“Ehh yo tengo dos imágenes (..) cuando se casan (,) bueno mi interpretación cuando nosotros nos casamos que estamos jóvenes eh sobrepasados en salud y etc (.) Eh y luego el cambio rotundo que hay en la vejez (,) pero los detalles hermosos que vive uno en este momento que no los vivió en ese momento (,) teniendo toda la vitalidad y toda la juventud apuntando a todo en un matrimonio recién casado (,) ahora la esencia se vive porque véalo él la está peinando a ella él le está haciendo una trenza la está chineando (...) ese la esencia del amor porque aquí es otra clase de amor y siempre profundo pero no tan grande como el que vivimos ahora”
(ME, señora 1).

4. Fotografía 4



En la presente fotografía, se asoció los sentimientos y emotividad que en el rol de abuelo o abuela se puede tener:

“El derecho que tienen los abuelos de chinear de mostrar los sentimientos”
(A, señor 6)

También se asoció con el disfrute hacia los nietos y nietas, sin poseer la responsabilidad directa en la crianza:

“Ahí solo se emite sentimiento y no obligación mero sentimiento” (MER, señora 4).

5. Fotografía 5



La presente fotografía, generó una serie de comentarios enfocados en el tema del erotismo y el placer, específicamente a un tema de seducción que se vive a nivel de pareja:

“Diay este está lavando los platos (risas) están listos para ir a la cama (..) van a terminar de lavar los platos entonces ella se insinuó se está insinuando porque ella dice no solo cundo estábamos jóvenes (...) ahora también algo va a pasar (,) alístese porque ahora nos metemos debajo de las sábanas y nos vamos a calentar algo vamos a calentar (..) se insinúa verdad “Y va sin calzones (risas)” (W, señor 1).

De igual manera, se generó un análisis acerca del rol que los hombres y las mujeres tienen acerca de temas como la seducción, en donde se señala que a través de la crianza, a los hombres se les ha asignado comportamientos de seducción, y por el contrario las mujeres debían mostrarse conservadores, y al generar algún tipo de comportamiento de este tipo o de iniciativa se es señalada:

“Eso eso es algo que a mí me llama mucho la atención (..) porque los que fuimos criados no sé si coincido con mis compañeritas estoy opinando por todas talvez caiga y fue lo que me pasó a mí (,) y pienso que nos pasó a todas (..) a nosotras nos criaron de que los hombres son los de la

iniciativa y que las mujeres nunca teníamos que ser sobradas y a mí me decían “cuidado con la cuenta porque eso es un pecado” terrible verdad (..) nos sacamos otra vez a las formaciones y eso yo que soy consciente ahora quiero superarlo (,) porque quiero vivir la vejez pura vida chévere entonces estoy tratando (,) pero si es un esquema que nos echa a perder la vida porque eso se vale (,) eso se vale ser atrevidas verdad es importante eso enriquece mucho la relación”. (ME, señora 1).

6. Fotografía 6



De igual manera, a partir de esta fotografía se desarrollaron temas de pareja, enfocados en el apoyo que mutuamente se brindan ambas personas:

“Él la sostiene viendo y él le ayuda la ternura que se ve ahí” (Ad, señora 13).

7. Fotografía 7



Con respecto a la última fotografía, nuevamente el tema del erotismo y la seducción fueron los puntos principales a destacar:

“Pero de todas las fotografías que he visto (..) la que más me gusta es esta (...) es un señor con una pasión quitándole la ropa” (MA, señor 2).

A partir del análisis de fotografías, se logra rescatar aspectos enfocados en este caso, a emotividades y sentimientos que las imágenes evocaban. En términos generales, el disfrute y el placer, fueron el punto de partida en todas fotografías, con la diferencia de que se discutieron acerca de formas distintas de ser vivenciadas.

En primera instancia, el disfrute de realizar alguna acción o actividad que genere un nivel de placer alto en la persona, como en este caso un instrumento musical, en donde dicha acción se vive desde un plano individual. Por tanto, a través de este análisis el grupo expande la visión del erotismo.

También algunas de las fotografías, respondieron a un tema de pareja, en donde este disfrute es compartido, desde comerse un helado juntos, hasta el apoyo del uno al otro realizando actividades distintas como andar en patineta, o peinar el uno al otro, reflejando la emotividad y sentimientos que a nivel de pareja pueden continuar despertarse a través de la vida. Además, planteándolo como una etapa, de mayor tranquilidad, libre de responsabilidades y una vivencia de la sexualidad distinta a la experimentada en edades menores.

Los roles de género, continúan siendo un factor determinante con respecto a este tema, en donde los hombres asumen funciones de cortejo, de mayor experimentación y las mujeres

expresan su anulación y limitante posibilidad de participación en temas como la seducción o el erotismo.

De igual manera, el rol de abuelo o abuela, se expresa como un derecho al disfrute, en donde el papel de crianza directa y de responsabilidades, se ve disminuido, y por tanto el acercamiento a sus nietos se vivencia desde otro plano y con distintas sensaciones.

Es decir, a nivel general, el análisis de fotografías, permitió una visión de la sexualidad desde la sensibilidad, desde la individualidad, el convivio con seres queridos, o hasta un tema de pareja. Además, como esta se puede experimentar a través no solo de la seducción y el acto sexual como tal, sino desde actividades diversas en las cuales se logre compartir y disfrutar de un momento agradable.

B. Aspectos metodológicos

Evaluación

Al finalizar el taller se realizó una evaluación oral direccionada por la facilitadora, mediante la construcción en conjunto de un papelógrafo donde se busca saber la opinión de los participantes acerca de los principales aprendizajes del taller, y la percepción y perspectivas acerca de las actividades desarrolladas. Dentro de los principales resultados se encuentran:

1. **Principales aprendizajes:** Con respecto a los principales aprendizajes se mencionaron tres factores principalmente:
 - Derechos.
 - Inseguridad con respecto a la función sexual.
 - Mitos y creencias.
2. **Evaluación de las actividades:** En relación a las actividades los participantes analizaron los siguientes puntos:
 - Videos y análisis de fotografías: *“Me parece una metodología excelente que nos induce que nos ayuda no dispara poder verdad”* (W: señor 1).

- Sociodrama: “*Es más dinámico es un aprendizaje más dinámico*” (MEM, señora 2).

A nivel general, la evaluación permitió reflejar cuales fueron los factores de mayor impacto en el grupo, como se destacó temas como los derechos de las personas adultas mayores, el punto de la funcionalidad sexual, y las creencias que alrededor de este tema se han desarrollado. Además, se realizó un análisis acerca de las actividades ejecutadas, planteando en perspectiva como las distintas técnicas utilizadas, dieron apertura a realizar diferentes tipos de acercamiento a la temática, desde la criticidad, la discusión, el análisis, la emotividad y representación escénica.

La actividad de evaluación como tal, posibilitó un diálogo grupal con respecto a sus propios aprendizajes y opiniones acerca del taller. Se realizó de forma oral, pero esta vez, se estructuró de una mejor manera, en donde a pesar de no presentarse un número amplio de intervenciones en la evaluación, se permitió desarrollar una mejor crítica de las actividades y de los aspectos metodológicos. Es decir, el grupo en esta tercera evaluación, realiza un análisis más específico de los puntos metodológicos y de su propio aprendizaje, sin embargo, para los próximos talleres se consideró importante buscar un mayor número de opiniones.

Observaciones

A partir de la evaluación realizada por el grupo, y las observaciones participantes registradas en las bitácoras por parte de la facilitadora, se destacan algunos puntos principales a rescatar, a nivel metodológico:

1. Análisis de videos:

- Con la visualización de videos se observó una capacidad de análisis e interpretación de los videos amplia, en donde se lograron desarrollar diversos temas a raíz de estos.
- La discusión de los videos permitió realizar una asociación de la escena reflejada en el video con el propio contexto, desarrollando comparaciones e interpretando su realidad.

- De igual manera, se plantearon comentarios amplios por parte de las participantes, sin embargo, se presentaban en aquellos que generalmente tiene mayor participación.
- El discurso en su mayoría era del tipo anecdótico, mediante la comparación con otras culturas y experiencias de su grupo social.
- El humor se presentó como un componente constante durante la visualización de los videos.

2. Sociodrama:

- En los subgrupos se mostraban una o dos personas que direccionaban la organización y las ideas de la escena que se representaría.
- Las anécdotas e historias surgían en cada subgrupo, posteriormente se decidía que iban a representar, sin embargo, el mayor porcentaje de tiempo era dedicado a la escucha de historias y experiencias de cada uno.
- En los subgrupos parecía presentarse una especie de mayor intimidad y un círculo de confianza para poder expresar y contar ideas importantes acerca de su historia de vida.
- Se mostró un nivel alto de desinhibición para representar las escenas frente a los demás compañeros del grupo.

3. Análisis de Fotografías

- Las fotografías evocaron más que criticidad, despertaron una parte emotiva de la sexualidad.
- Se realizaron interpretaciones y se crearon historias a través de las fotografías, reforzando la creatividad y el uso de la imaginación.

- Todos los aspectos asociados a las fotografías, fueron desde una perspectiva positiva, sin un mayor número de críticas.

Con lo que respecta al análisis de videos, se puede mencionar, como fueron una herramienta de gran utilidad para dar apertura e introducir la temática del taller, desarrollando ideas y opiniones sobre sus primeros puntos de vista acerca de la temática. Además, al presentar el fragmento de una película, se logra realizar una serie de comparaciones acerca de la realidad de la película y su propia realidad, estableciendo un nivel alto de criticidad y planteamiento de las diferencias entre un contexto u otro, y de aquellas creencias que en su propia cultura se han estructurado y fortalecido a través de la vida. Dando a relucir una serie de temáticas socioculturales a discutir.

Por otra parte, el sociodrama, permitió compartir historias de su experiencia vida propiamente, las cuales se lograban compartir en subgrupos desarrollando una mayor intimidad y confianza para poder hablar de sus experiencias. Además, mediante esta actividad el disfrute y el humor fueron puntos clave para la dinámica grupal, llevando las creencias y reflejos de la cotidianidad a la acción propiamente mediante la representación escénica. Los participantes se mostraron con alto nivel de comodidad y seguridad para poder ser parte de la actividad y realizar las escenas frente al resto del grupo, lo cual evidencia, que es un grupo con activo y con el cual se pueden trabajar actividades tanto de crítica y análisis, como actividades dinámicas y artísticas.

Las fotografías por su parte, llevaron al taller a visualizar la temática desde un plano distinto, dejando de lado todos los aspectos críticos y socioculturales, y estableciendo una participación enfocada en los afectos y emotividad en relación a la sexualidad en la adultez mayor. Las emociones y situaciones reflejadas en las imágenes, evocaron en los participantes una serie de ideas y opiniones direccionadas hacia el disfrute y el placer que desde distintos planos se puede experimentar en la sexualidad. Además, es importante analizar como mediante esta actividad, se refuerza y fomenta el uso de la creatividad, ya que no solo se presentó una lluvia de ideas acerca de las fotografías, sino también la interpretación y creación de historias y situaciones que reflejan la temática en cuestión.

Por tanto, es interesante como en el taller se puede abordar los diferentes componentes de la sexualidad en la adultez mayor mediante diferentes actividades. Ya que, los videos

posibilitaron un proceso de análisis y crítica de la propia realidad, dando como resultado, la discusión de una variedad de factores socioculturales relacionados con el tema. Por otro lado, el sociodrama permitió una puesta en escena de lo que se percibe cercano a la realidad y contexto de los participantes. Y, por último, la expresión de la emocionalidad y evocación de sentimientos a través de la interpretación de fotografías. Es decir, el uso de técnicas distintas, establece una serie oportuna para poder desarrollar las mismas temáticas, desde enfoques distintos, trabajando así, todos aquellos aspectos que son parte de la vivencia de la sexualidad.

Taller 4: “Roles de género en la adultez mayor”

El presente taller tuvo como objetivo profundizar y analizar acerca de la temática de los roles de género vividos en la sexualidad, y más específicamente comprender de qué forma estos se experimentan en la etapa de la adultez mayor.

A. Desarrollo de actividades

Actividad 1: “Objetivos de la Educación Popular y comparación con el proceso en desarrollo”

Descripción

En la primera actividad se realizó una recapitulación del proceso y se retomaron los principales objetivos y principios de la Educación Popular por parte de la facilitadora, con el fin de realizar y contrastar y análisis del espacio educativo en desarrollo, debido a que el taller 4 representaba la mitad del proceso.

Los principios de Educación Popular que se discutieron fueron los siguientes:

- El reconocimiento de la realidad social y formas de actuar.
- Fortalecer el desarrollo personal y colectivo.
- Transformar en el actuar con autonomía.
- Una educación para la acción.
- Evaluar y reevaluar permanente de forma colectiva.
- Organización.

Actividad 2: “Observación de video: “El mundo al revés”.

Descripción

Se observó un video corto acerca de los roles de género, en donde se presentaban algunos comportamientos y acciones que a nivel social se han clasificado como conductas que “deben” realizar las mujeres y conductas que “deben” realizar los hombres, en este caso, se invirtieron los roles y las mujeres realizaban lo de los hombres y los hombres lo de las mujeres.

Resultados

Al igual que la actividad anterior el número de intervenciones fue menor, además de utilizarse como un video para introducir la temática. Sin embargo, expresaron el reconocimiento y la aprobación del presentarse como un mundo al revés:

“Di yo vi mucha timidez de parte de los hombres (...) ellas toman la iniciativa siempre” (AI, señora 6).

A través del video, los participantes realizan una primera identificación con lo que es los roles sociales que se les han asignado a los sexos, permitiendo comprender e identificarse con los comportamientos que se visualizaban en el video. Además de realizar clasificaciones inmediatas acerca de las acciones que se catalogan para hombres o para mujeres. También el video generó humor y risas en los participantes, como una proyección de su identificación, y de comportamientos “comunes” en su cotidianidad, que se han naturalizado y fortalecido a nivel social.

Actividad 3: “Siluetas de género”

Descripción

Se subdividió el grupo en hombres y mujeres, en los cuales se realizaron dos grupos de mujeres y uno de hombres, en donde discutían acerca de cuáles son las principales características asociadas al rol de género de cada uno y la vejez. Debían escribir creencias, ideas o percepciones de lo que es la sexualidad en la vejez tanto para las mujeres como para los hombres dentro de las siluetas que se les entregó. Posteriormente se discutió a nivel grupal.

Resultados

A partir de la plenaria grupal, acerca del trabajo que se desarrolló en subgrupos, se lograron rescatar tres grandes categorías, las cuales representan las principales temáticas destacadas en la discusión. En estos tres puntos, se logra visualizar el aporte y visión de las mujeres y el aporte y visión de los hombres, teniendo también algunos aspectos que ambos consideraron en común. Las categorías son las siguientes:

1. **Aspectos de pareja:** En primera instancia surgieron diversas temáticas relacionadas con situaciones que si experimentan a nivel de pareja en la sexualidad y en la etapa adulta mayor.

En primera instancia, tanto los hombres como las mujeres, rescataron la rutina en la sexualidad como un factor presente en algunas ocasiones cuando se vivencia la sexualidad en la tercera edad. Sin embargo, las mujeres aportaron otra serie de aspectos en relación al tema de pareja dentro de ellos. Como fue la consideración del contexto de la pareja, es decir bajo qué condiciones se encuentra esta, por ejemplo, las características socioeconómicas, o la etapa en la que la pareja se encuentre, ya sea iniciando la relación, o con una mayor estabilidad, dichos puntos intervendrían en la vivencia de la sexualidad:

“Nosotras hablamos también de (..) es que hay familias de familias puede ser una pareja que lleva mucho tiempo de casados otros que se acaban de conocer si diversidad de parejas (...) este también si es casado o divorciado” (N, señora 5).

Las mujeres de igual manera hicieron referencia a factores vinculados con el erotismo que se pueden vivir a nivel de pareja en edades avanzadas. Es decir, mantener aquella atracción y admiración por la pareja y por el sexo opuesto. También se destacó que en ocasiones existe un temor a probar nuevas formas de vivenciar la sexualidad en pareja:

“(..) hablamos del temor a aventurarnos nosotros mismos con las parejas” (MER, señora 4).

También, las mujeres expresaron la relevancia del afecto y de la experimentación de sentimientos en esta etapa:

“(..) el dar y recibir afecto (..)” (MEB, señora 3)

“El encuentro con la soledad” (ME, señora 1).

2. **Aceptación de los cambios:** La otra temática importante, es acerca de los diversos cambios que se viven y manifiestan en relación a la sexualidad en la adultez mayor. Tanto los hombres como las mujeres plantearon aspectos que consideraban importantes, así como algunos puntos que ambos tuvieron en común. Ambos plantearon, la problemática a nivel de salud, como situaciones que se presentan de forma recurrente en dicha etapa.

De igual forma, ambos rescataron la disminución del deseo sexual como una situación considerable en la sexualidad vivida en la tercera edad:

“Desinterés también porque ya (..) ya les da pereza agarrarse a panzazos con el viejillo (risas)” (N, señora 5).

Los hombres por su parte, también mencionaron los cambios que ellos experimentan en su sexualidad como lo es la disminución y deficiencia en los procesos de erección en el acto coital:

“Si eso afecta que este activo o que no este activo (,) en que se muera el pajarito o que no se muera” (Ei, señor 4).

También los diferentes cambios físicos que se pueden experimentar:

“Si en la primera parte yo le decía a los compañeros (,) que la genética tiene mucho que ver (,) en el sentido de que a cierta edad se pone calvo panzón canoso y demás” (Ei, señor 4).

Las mujeres por su parte, rescatan otros aspectos que ellas percibían en la sexualidad en dicha etapa, como lo es la falta de estimulación en las actividades sexuales como un

punto de cambio. También, la transformación en la vivencia de sexualidad en pareja, es decir, las mujeres expresaban, cómo uno de los cambios principales era la vivencia de la sexualidad, en donde se pasaba de un plano enfocado en lo físico, a una sexualidad con una mayor conexión emocional:

“No yo digo que a esta edad es algo muy bonito (,) lo que nos pasa digamos en pareja (,) este porque pasa a un segundo plano lo que al principio estaba en un primer plano (..) este entonces a principio estaba en primer plano que (,) este uno fresquitito verdad que este (..) con todo en su lugar y que este (..) nada se le olvide y que todo rebosa en otro aspecto físico y su manera de pensar es esa y su manera de actuar (...) pero cuando se está en esta edad se supone (,) y cuando ya la pareja está madura estamos en amor es una esencia (..) se fundamenta en lo esencial que ya es otra cosa (,) es otro plano pero di el esposo sigue interesado y la esposa también” (ME, señora 1).

También las mujeres enfatizan cómo la sexualidad en la tercera edad empieza a pasar desapercibida a nivel social:

“También hablamos que a esa edad pasamos desapercibidos” (MEB, señora).

3. **Visión de la sexualidad:** Por último, la tercera temática significativa en la discusión, fue la diferencia entre la visión que los hombres poseen acerca de la sexualidad y la visión que las mujeres poseen. Con respecto a los hombres, ellos mencionaban hacer énfasis factores vinculados con aspectos físicos, como la funcionalidad, es decir, eficiencia en la sexualidad es un punto determinante, la cual, establece la visión que los hombres poseen acerca de la sexualidad:

“Si que precisamente para el varón para ellos es más importante la parte física de su cómo le digo (,) de si funcionan bien” (MEB, señora 3).

De igual manera, uno de los puntos que los hombres enfatizaban relevante en su percepción de sexualidad es el acto coital en sí, como uno de los aspectos de mayor peso

en la vivencia de la sexualidad:

“Yo creo que en una relación de un hombre con una mujer a cualquier edad (..) el fin es un coito (..) no hay vuelta de hoja ni hay vuelta de hoja (,) obviamente todos lo hemos conversado ahí eh estimulación (,) bajar una pieza de juventud (,) caricias todo eso 8,) mentira que usted va hacer todo eso y se va a meter a la cama (..) (risas) podemos tener una buena relación sanamente eh y llegamos donde vamos” (MA, señor 2).

Las mujeres, planteaban una visión de la sexualidad vinculada con la afectividad, además de considerar la sexualidad como un tema amplio. Se enfocaban en la relevancia de las afectividades y emociones que nivel sexual se puede experimentar:

“En cambio nosotras lo vemos del otro lado verdad (,) como más de sentimiento más de (..) por ejemplo uno que tiene pareja verdad es que muchas veces la gente dice es que el sexo siempre lo llevamos aquí y siempre pensamos que sexualidad o tener sexo es comenetrar el hombre con la mujer (,) pero yo digo no exactamente todo es eso (,) sexualidad es compartir una película (,) es escuchar una canción juntos (,) también es bañarse juntos que se yo son tantas cosas que se sienten bien y ni necesariamente tener sexualidad (..) con sexo que si bien es parte que si usted siente el deseo y la otra persona también entonces también esa parte (,) pero muchas veces para uno escuchar una canción de aquellos tiempos también (,) hasta bailarla (,) son esos detalles que lo hacen sentir a uno como en pareja bonito (..) yo pienso que nosotras las mujeres somos como más (..) nose más sentimentales y no tenemos la presión que los varones tienen porque yo siento que ellos viven nada más pendientes de que si funcionan o no funcionan” (MEB, señora 3).

En esta siguiente actividad, el objetivo se enfocaba en qué los participantes identificaran y discutieran acerca de los roles de género que se vinculan con la sexualidad en la adultez mayor, sin embargo, se puede analizar, como el proceso se direccionó hacia otra manera de comprender dicha temática. Debido a qué, la explicación de los comportamientos según el género, no fue el

análisis de mayor impacto, sino, la visión que tanto los hombres como las mujeres tenían acerca de la sexualidad en la tercera edad, y a partir de ahí, poder dialogar a nivel grupal, cuáles eran aquellas creencias y construcciones que se han aprendido a través de la vida. Es decir, los participantes evidenciaron, cuáles eran sus percepciones y los aspectos que consideraban de mayor importancia en la sexualidad vivida en la adultez mayor, reflejando así sus visiones desde la masculinidad y feminidad que han asumido en sus roles de género.

Se presentaron tres grandes temáticas las cuales se abordaron desde distintos puntos. En primera instancia, se dio a relucir las situaciones a nivel de pareja que se pueden experimentar en esta etapa de la vida. Primeramente, tanto los hombres como las mujeres, enfatizaron el tema de la rutina como un factor importante que algunas ocasiones puede presentarse a nivel de pareja, limitando el disfrute y la vivencia de la sexualidad. Por lo que es interesante, como ambos géneros lo consideran como un punto a discutir y a tomar en cuenta, en la sexualidad en edades avanzadas.

Sin embargo, se puede percibir como las mujeres a diferencia de los hombres consideraron una serie de aspectos más en el tema de pareja, los hombres únicamente se enfocaron en la temática de las rutinas y las mujeres desarrollaron un análisis más profundo acerca de dicha situaciones, mostrándose así, como las participantes desarrollaron una visión de la sexualidad más colectiva, tomando en cuenta al “otro” como un determinante en la sexualidad, situación distinta, que se reflejó en los hombres, en donde el tema de pareja, no se percibía como uno de los mayores factores a analizar.

Dentro de lo que las mujeres aportaron, se destaca la relevancia de tomar en cuenta el contexto de la pareja, es decir los factores socioeconómicos y culturales, que van a llevar a establecer la dinámica de la misma, y por tanto su sexualidad como pareja en la tercera edad. En otras palabras, se hizo referencia, a la diversidad de experiencias y de sexualidades que pueden presentarse en las diferentes parejas, las cuales han sido moldeadas y adaptas a las circunstancias y el ambiente en el que se desenvuelvan. Planteándose así un punto importante a analizar, el cuál enfatiza cómo, la etiquetación y encasillamiento de la sexualidad basado en asuntos como el género o la edad, son normativas que limitan la experiencia de la misma y por tanto su particularidad y vivencia propia. La homogenización de la sexualidad en la adultez mayor, es una visión reduccionista, que anula la variabilidad de vivencias que se pueden

presentar en la sexualidad durante edades avanzadas, convirtiendo dicho tema en un amplio campo de posibilidades.

También el erotismo continúa siendo un punto clave, para la percepción de la sexualidad en el grupo, en este caso, las mujeres rescataron como este se puede fortalecer a través de la admiración y el respeto por la pareja y por el sexo opuesto, desde un plano empático y seductor. Además, de los temores e inseguridades que se pueden presentar, al considerar, la puesta en práctica de nuevas experiencias, para mantener la motivación y el interés en la pareja y su intimidad. Dichos planteamientos, muestran la visión conjunta que las mujeres del grupo presentaron acerca de la sexualidad, en donde no solo se considera el placer y disfrute individual, sino de buscar posibilidades para poder llevar ese acercamiento a nivel de pareja.

De igual manera, en relación a este tema, se mencionó como las afectividades son un factor latente en la vivencia de la sexualidad, en donde se considera todas aquellas emociones que a nivel de pareja se pueden compartir, así como sentimientos de pérdida también, y encuentro con situaciones que movilizan y despiertan una serie de nuevas experiencias, como la soledad.

Otro gran punto discutido fue la vivencia de cambios y como estos son asumidos durante el proceso. Durante el análisis grupal, los hombres y las mujeres externaron algunos puntos en común, por ejemplo, las dificultades que a nivel de salud se pueden presentar. Expresándolo como un obstáculo y limitante para la experiencia de la sexualidad. Factor que evidencia, como detrás de dichas creencias, existe un trasfondo con respecto a la visualización de la tercera edad, en donde la enfermedad se percibe como un componente de impacto en la adultez mayor, siendo la discapacidad física una preocupante para el disfrute de la sexualidad. Es decir, las disfuncionalidades físicas se perciben como restricciones y problemáticas que impiden el desarrollo de la sexualidad.

Los hombres por su parte, expresaron la deficiencia en las erecciones como otro de los cambios de gran relevancia durante en la adultez mayor. Los participantes lo plantean como una de las mayores preocupaciones para el disfrute de la sexualidad. A partir de este punto, se analizó como la sexualidad planteada por los hombres parte de un tema de funcionalidad, siendo este uno de los componentes principales y esenciales para continuar vivenciado su sexualidad. Por

tanto, términos como la eficiencia, productividad, funcionalidad y demás, son líneas claras que caracterizan la percepción que los participantes buscaban manifestar en torno a la sexualidad. Además, es importante destacar como esa eficiencia y rendimiento del que se habla, se focaliza específicamente en la capacidad de lograr una erección o no, siendo expresado mediante humor, y comentarios de preocupación.

En relación con ello, los hombres de igual manera priorizan los cambios físicos en general, como uno de los cambios con mayor peso durante la adultez mayor. Es decir, en general, los temas de salud, problemas de erección y cambios físicos en sí, representaron los puntos principales en lo que los hombres del grupo centraron su atención en la discusión. Evidenciando una percepción de la sexualidad focalizada en lo físico y un análisis mayormente individualizado.

Las mujeres, mostraron un panorama distinto, en cuanto lo que ellas consideraban cambios de impacto en esta etapa de la vida. En primera instancia, a nivel coital, ellas comentaban la falta de estimulación, como un factor significativo en la vivencia de la sexualidad. En otras palabras, un tema vinculado con la rutina en pareja y los temores de experimentar nuevas formas de vivir la sexualidad. Por tanto, el mantener la cercanía y la atracción con la pareja, es un determinante clave para la sexualidad de las mujeres, ser estimuladas, crear formas distintas de disfrute y generar una mayor intimidad, reflejan una sexualidad compartida y basada en un tema de pareja.

Además, aunado a ello, las mujeres expresan que uno de los principales cambios, y al cuál se le dio bastante énfasis, es la transformación que a nivel de pareja se vive, en donde en edades tempranas la sexualidad se vive y experimenta desde un plano mayormente físico, y con una mayor energía y fuerza, y que al llegar a edades avanzadas, la sexualidad se disfruta desde una conexión con el otro, siendo las afectividades que se construye a través de la vida en pareja, los pilares básicos para la vida sexual.

Por último, una vez discutido y analizados todos estos temas, tanto los hombres como las mujeres, visualizan de esta forma, cuál es su visión de la sexualidad, contrastando las distintas opiniones y expresando sus preocupaciones, y consideraciones al respecto. Ambos llegan a la conclusión de poseer una percepción de la sexualidad distinta, en donde las mujeres lo

manifiestan como una sexualidad compartida, dando un mayor lugar al “otro” y planteando las afectividades y transformaciones en ellas como componentes de peso en la vivencia de la sexualidad. Y por su parte, los hombres muestran interés y mayor atención, a todas aquellas transformaciones físicas que pueden interferir en la sexualidad, siendo también el acto coital un factor de gran relevancia e impacto dentro el disfrute de la sexualidad.

Actividad cuatro: “Observación del segundo video”

Descripción

A modo de cierre, se observó un segundo video, el cual abordaba aspectos sobre la sexualidad en la adultez mayor y temas de género, de una especialista en la temática, posteriormente se realizó un pequeño análisis del video.

Resultados

El segundo video, permitió generar un cierre en el taller, analizando cómo los cambios de la sexualidad en la adultez mayor, pueden resignificarse y percibirse no como restricciones o limitantes, sino más bien como oportunidades para disfrutar la sexualidad desde otro plano. Tomando en cuenta aspectos como la espiritualidad, y los tiempos prolongados como herramientas acompañantes en la vivencia de la sexualidad en la adultez mayor. Visualizando no solamente la influencia de la religiosidad como un factor influyente dentro de las ideologías, sino también como un camino para fomentar la vivencia de la sexualidad con una mayor espiritualidad, independientemente de las afinidades religiosas que se posean. Pero principalmente, el video establece la importancia de asumir y aceptar los cambios, como parte de la naturaleza misma, haciendo de ellos una posibilidad de disfrute y nuevas experiencias.

B. Aspectos metodológicos

Evaluación

Al finalizar el taller se realizó una evaluación, que al igual que el taller pasado se llevó a cabo en forma grupal y oral, direccionado por la facilitadora mediante el uso de un papelógrafo en la pizarra.

A partir de la evaluación se determinó los siguientes aspectos:

1. Principales aprendizajes:

- La sexualidad como parte del ciclo de la vida.
- La aceptación de los diferentes cambios.
- La percepción distinta de los cambios según el género.

2. Actividades: En cuando a las actividades se destacó:

- Los videos como una herramienta de gran utilidad: *“Los videos muy acertados (,) acordes a las temáticas” (N, señora 5).*
- Las plenarias grupales como espacios para compartir ideas y aprendizaje: *“Si aporta mucho porque si no nos reunimos sino hacemos un proceso de estos (,) entonces no entramos a conocer lo que piensa el otro compañero verdad (,) es decir la experiencia del otro” (ME señora 1).*

Mediante la evaluación, se logra analizar como el grupo identifica las principales temáticas discutidas en el taller, así como las que tuvieron un mayor impacto en su aprendizaje. También, se presentó un mayor análisis de los puntos metodológicos, expresando la relevancia de los espacios de discusión, en donde conforme se realizan más talleres, los participantes generan una dinámica de mayor comodidad y confianza, por tanto, el compartir experiencias e historias de vida, se fortalece en cada una de las plenarias grupales.

Observaciones

1. Video 1:

- Durante el primer video se observaron risas constantes por parte de los participantes, al identificarse con algunos comportamientos planteados en el video.
- También un nivel bajo de intervenciones, expresando comentarios de aprobación

y reconocimientos de lo visualizado, mas no apreciaciones críticas.

- El video estableció un panorama claro de la temática que se buscaba desarrollar en el taller.

2. Trabajo en subgrupos con las siluetas:

- Al realizar subgrupos conformados únicamente por hombres o por mujeres, la dinámica se mostró distintas que, en subgrupos anteriores, ya que, al trabajar de esta manera, se observó un nivel mayor de confianza y acercamiento para poder expresar sus distintas percepciones acerca de la sexualidad y la adultez mayor.
- Además, en el grupo de hombres, se visualizó un trabajo mayoritariamente en conjunto, donde el nivel de participación era por igual entre todos, a diferencia de las mujeres, que en general la discusión era liderada por una o dos participantes.
- También, se denotó, un análisis más profundo y detallado por parte de las mujeres. Por su parte los hombres, mostraron ideas concretas y específicas sobre lo que consideraban importante en la discusión.

3. Plenaria grupal

- En la plenaria grupal, se realizó un intercambio amplio de ideas, con alto grado de participación, y de opiniones.
- También, las historias y anécdotas, continúan siendo una herramienta clave para el discurso de los participantes.
- Dentro del dialogo realizado, los participantes mismos, llegaban a conclusiones al observar las diferencias de creencias y opiniones que tenían los hombres y las mujeres, desarrollando análisis finales y diversos cuestionamientos.
- Además, mediante la discusión, se logró percibir, como el desarrollo de la actividad se ejecutó de una forma distinta a lo planeado, en donde los

participantes no identificaron roles de género como tal, sino se enfocaron en plantear cada uno su percepción como hombre o como mujer, exponiendo sus propias creencias.

4. Video 2:

- El último video, permitió realizar un cierre acerca de todos los puntos discutidos, enfatizando principalmente el tema de los cambios.

A nivel metodológico, se puede analizar como el uso de los videos en este taller, realizaron una función distinta que, en los talleres anteriores, En donde, se utilizaron como herramientas de apertura y de cierre de las temáticas a discutir, y en donde la discusión y profundización se desarrollaron mediante otras actividades.

El primer video, planteó una ejemplificación de lo que en el taller se buscaba llevar a cabo, las intervenciones fueron cortas y escasas, ya que el video cumplió con un fin no solamente humorístico, sino también de identificación. En donde los participantes más que generar una crítica o cuestionamientos de los roles de género que se mostraban en el video, los reconocieron e identificaron como parte de su cotidianidad.

Dicha actividad dio pie para realizar un trabajo con mayor profundidad como lo fueron las siluetas y las discusiones en subgrupos. En este caso, es interesante como a pesar de que se brindó una instrucción específica sobre los temas que debían ser analizados, los participantes le dieron un giro distinto, el cual fue de gran provecho para el aprendizaje. Debido a que se enfocaron en plantear cada uno su visión como hombre o como mujer en la sexualidad, para luego compartirlos de forma grupal, y más que identificar roles o creencias específicas que a nivel social se presentan, se plantearon las principales situaciones o consideraciones que se pueden vivenciar en la sexualidad en la adultez mayor, mostrando de esta forma la visión que cada género tenía al respecto.

También es importante mencionar, como la dinámica de las mujeres y los hombres se observó de forma distinta. Las mujeres expresaron una mayor profundización y variabilidad de ideas y aportes, sin embargo, en el trabajo en subgrupos, la discusión era liderada por una o dos de las participantes. Los hombres, plantearon ideas concretas y específicas, pese a ello, el

diálogo entre ellos, se evidenció más participativo en donde todos mostraban sus puntos de vista.

En la plenaria grupal, la participación fue significativa, característica que se considera importante en la particularidad del grupo, pero además de ello, el intercambio de opiniones y visiones distintas, enriquecieron el espacio creando nuevas perspectivas, análisis y conclusiones que los mismos participantes iban desarrollando. Al comprender como a partir del género, la visión que se posee de la sexualidad es distinta, evidenciando la interiorización de creencias que se han sustentado en los roles de género, factores que a nivel social se han construido. Por tanto, la actividad a pesar de presentarse de una manera distinta a la planeada, logró el cometido de visualizar las diferencias entre las consideraciones que los hombres y las mujeres poseen acerca de la sexualidad en la adultez mayor, y por tanto las ideologías que se encuentran de trasfondo.

Por último, el video final, logra sintetizar y resumir muchos de los puntos que se desarrollaron durante el taller. Además, es importante mencionar que el video, era de una experta en el tema, la cual era adulta mayor, y además de ello, utilizaba el humor como una herramienta en su discurso, aspecto que generó una identificación y atracción por el video, por considerar a una persona como igual y que además utiliza un vocabulario accesible y humorístico para referirse al tema.

En síntesis, se puede analizar como la apertura y cierre de un taller son aspectos claves que determinan el desarrollo del taller, así como el aprendizaje de los participantes. Además, que, en una temática como los roles de género, el trabajo dividido entre hombre y mujeres, genera un diálogo amplio y con una infinidad de perspectivas distintas, que reflejan todos aquellos comportamientos que a través de la vida han sido naturalizados, pero que el análisis de ellos, conlleva a los cuestionamientos y planteamientos nuevos sobre la vivencia de la sexualidad.

Taller 5: Sexualidad en el ámbito físico

El presente taller, tuvo como objeto rescatar todos aquellos aspectos del ámbito biológico y físico de la sexualidad, así como sus cambios y características principales que se experimentan en la sexualidad en la adultez mayor.

A. Desarrollo de actividades

Actividad 1 “Relajación y conexión con el cuerpo”

Descripción

Para iniciar el taller, se realizó una actividad de relajación y meditación guiada por la facilitadora, en donde se focalizaba la consciencia y conexión con el cuerpo.

Resultados

Posterior a la relajación los participantes expresaron la importancia de realiza este tipo de actividades en la cotidianidad:

“Yo hago eso todas las mañanas (,) bueno dos veces al día y para mi es muy reconfortante (..) bueno principalmente porque logra estabilizar el espíritu (..) me ayuda a estar más dispuesto (,) a estar más abierto a recibir amor a dar amor eh (...) llega uno a un estado que a uno nada lo enoja(.) no me interesa para nada las noticias (,) la radio (,) el periódico nada (,) mis libros son otra cosa (,) entonces yo se ríen de mi porque dicen que estará haciendo (..) cuando estoy caminando en la universidad a veces yo estoy rezando yo rezo (,) yo me acuesto haciendo sanación interior porque yo sano mi niño interior porque para mi ya no es difícil (..) yo tengo recuerdos de cuando yo tenía dos años algunos recuerdos bonitos y otros no (..) entonces yo a ese niño interior le hablo y le digo que él no tiene la culpa (,) que yo lo quiero mucho (,) que si eso ocurrió que me perdone (,) que de aquí en adelante vamos a estar muy en paz y contentos (,) (W, señor I).

Mediante esta primera actividad, el grupo logra hacer una conexión con su respiración y su cuerpo, permitiendo así un nivel alto de relajación y consciencia del tema a trabajar durante la sesión. Este primer acercamiento a los aspectos físicos, posibilita comprender la temática de la sexualidad desde un plano físico, no solo desde un punto de vista teórico, sino también desde el sentir y desde el reconocimiento del propio cuerpo, como parte de la sexualidad integral.

Actividad 2: “Explicación de las características físicas de la sexualidad”

Descripción

Una vez iniciado el taller, la facilitadora mediante el uso de una presentación y material audio visual, se explicaron una serie de características físicas y biológicas de la sexualidad en los seres humanos. Dentro de los puntos desarrollados fueron:

- Anatomía de órganos sexuales masculinos y femeninos
- Cambios hormonales
- Respuestas sexuales en el hombre y en la mujer

Resultados

A partir de los temas expuestos, surgieron una serie de comentarios y cuestionamientos en relación a las temáticas, las cuales fueron:

1. **Cuestionamientos sobre la anatomía del pene:** Durante la explicación de la anatomía de los órganos sexuales, el principal tema a destacar fue la anatomía del pene, debido a que se realizaron una serie de intervenciones al respecto, principalmente información en relación a el proceso de erección:

“Y qué es lo que les pasa a los hombres cuando ya esa función (erección) algunos no les sirve (¿)” (MEM, señora 2).

“Entonces los hombres si tiene el mismo orificio para orinar y para eyacular (¿)” (MEM, señora 2).

2. **Respuesta sexual:** Otro de los puntos importantes durante esta actividad, fueron algunas preguntas entorno a factores como la respuesta sexual tanto en los hombres como en las mujeres. En relación con la respuesta sexual de las mujeres, se presentaron algunas dudas en cuanto a las transformaciones vividas en la lubricación, externando como algunas de ellas empiezan a presentar algunas dificultades para obtenerla, en edades avanzadas:

“Dígame una cosa por qué es bueno (...) en el hombre la lubricación siempre persiste, pero porqué en la mujer no (¿)” (A, señor 6).

Con respecto a la respuesta sexual de los hombres se enfatizó en dos puntos diferentes. En primera instancia se discutió acerca de la diferencia entre un orgasmo y el proceso de eyaculación, y algunos de los participantes expresaron cuestionamientos al respecto, mencionando no tener claridad en el asunto, y además de ello, entender ambos como una misma función:

“Yo tengo entendido que orgasmo es igual a eyaculación (¿)” (G, señor 3). “Pero si tiene la eyaculación ya no puede tener el orgasmo o si (¿)” (MEM, señora 2),

También se discutió acerca de la capacidad multiorgásmica que puede desarrollarse en los hombres:

“Hay un libro que habla del hombre multiorgásmico (,) pero es un proceso (..) porque normalmente a los hombres no nos educan en ese sentido” (MA, señor 2). “Por ejemplo en la india esa gente si practican todas estas cosas y la pueden (...) y ellos saben cómo (,) después de muchos estudios la llegan a dominar (,) pero nosotros los mortales (risas)” (A, señor 6).

Con respecto a la exposición teórica de los órganos sexuales, y la respuesta sexual, se destaca como uno de los temas que generó mayor interés en los participantes y que provocó mayor cantidad de cuestionamientos fue la anatomía y funcionamiento del pene. Es decir, la forma en que la erección se produce, las partes que lo componen y en general su desarrollo. Dicho factor, evidencia como la información con respecto a los órganos sexuales, es escasa y se convierte en un punto que pasa desapercibido en la vivencia de la sexualidad. Además, como la mayor cantidad de preguntas eran en referencia a dicho aspecto y no en relación a la vagina u otros órganos sexuales. Siendo así, el tema de la erección, un hecho de gran impacto en la vivencia de la sexualidad en los adultos mayores y principalmente un factor determinante en la masculinidad y su representación de la sexualidad.

Por otro lado, se analizó cómo se ha determinado que los hombres poseen la capacidad para ser multiorgásmicos, punto que llamó la atención de los participantes, principalmente de los hombres. Sin embargo, algunos de ellos mencionaban como dicho factor representa una realidad alejada y utópica, en relación a su cotidianidad, fundamentando que su educación y aprendizaje con respecto a la sexualidad, se ha desarrollado de forma distinta.

A partir de dicho punto, y de las discusiones que se han realizado anteriormente con el tema de la funcionalidad y el peso que el proceso de erección tiene para la construcción de la masculinidad, se puede analizar como la sexualidad de los hombres representa un tema de productividad, y por tanto, enfocado en la obtención del orgasmo, más que en un tema de disfrute y conexión. Algunos de ellos, y algunas mujeres expresaban que los hombres suelen ser “apurados”, es decir, su experiencia coital, suele focalizar su atención en el logro más que en el proceso y el disfrute de la sexualidad, por dicha razón, la vivencia multiorgásmica, destacada en estudios, y fomentada en otras culturas, representan una realidad lejana y percibida como inalcanzable para los participantes.

Actividad 3: “Papeles informativos sobre cambios físicos de la sexualidad en la adultez mayor”.

Descripción

Posteriormente se repartieron a cada uno de los participantes un papel el cual contenía información en relación a temas como la menopausia, andropausia y algunos datos de la sexualidad en la adultez mayor.

Resultados

1. **Menopausia:** En relación a la menopausia se destacaron algunos puntos. En primera instancia se comentó acerca de la menopausia prematura, algunos casos que se han escuchado y lo sucedido en relación a ello:

“Bueno yo he escuchado (...) yo he escuchado que por ejemplo las mujeres que a nosotras las mujeres cuando se nos quita el útero nosotras entramos en una menopausia prematura porque al quitarnos el útero este esas

hormonas dejan la (...) como disminuyen la producción y eso hace que nosotras empecemos a sentir los síntomas menopáusicos (,) eso he escuchado yo” (MEB, señora 3).

Posteriormente, se hizo énfasis a los diferentes tratamientos y formas en que se toma control del proceso de la menopausia:

“Ahora se habla mucho de la terapia hormonal (,) el problema es (..) bueno lo que según he escuchado es que hay que tener cuidado con que no a todas las mujeres se les puede recetar estrógenos (,) ni a todas las mujeres se les cae bien porque supuestamente verdad bueno eso dicen los ginecólogos (..) que los estrógenos (,) que el tomar hormonas (..) el tratamiento hormonal está ligado con el cáncer de mama y si la persona es propenso al cáncer de mama y todo eso hay que tener mucho cuidado (.)” (MEB, señora 3).

También se discutió acerca del término del “nido vacío” el cual se asocia con la menopausia, y es vinculado con cambios emocionales y psicológicos que se experimentan:

“Si es algo que coincide cuando los hijos se empiezan a ir (,) y anímicamente (,) emocionalmente afecta mucho” (El, señora 4).

Por último, en relación a este punto, se analizó todas aquellas ideas, creencias y percepciones que se poseen a nivel social, cuando se habla de las mujeres y la menopausia:

“No le puede decir no tiene derecho a nada porque está menopáusico” (AI, señora 6).

“Porque muchas mujeres piensan que llegar a la menopausia es como que ya (..) se murió” (MEB, señora 3).

2. **Cambios psicológicos en la andropausia:** También se destacó el tema de la andropausia, principalmente todos aquellos cambios de comportamientos o cambios psicológicos que se asocian con esta etapa:

“Yo siento que algunos (..) algunos les da como ese temor que le da una mujer que llega una etapa en la que ya se nos va la menstruación (..) y yo siento que al varón llega también a una etapa en la que a ellos también les da como miedo (..) ya no ser tan viriles o ya no ser tan vivos o que se yo (,) entonces empiezan ah cambio de que buscan las chiquillas (,) las muchachillas (,) las más jóvenes que sé yo para ellos sentirse todavía cómo viriles (..) eso es lo que yo he notad que en esa etapa se da mucho” (MEB, señora 3).

En primera instancia se discutieron algunos puntos en relación al proceso menopáusico en las mujeres, en este se pudieron analizar diversos factores que, a partir de la experiencia de las participantes, así como anécdotas y algunos cuestionamientos, se analizaron en referencia al tema. La menopausia prematura fue uno de los temas dialogados, en donde algunas participantes comentaban acerca de experiencias y situaciones que se han vivenciado en relación a ella. También, los posibles tratamientos que se pueden obtener con el fin de tener un control sobre los síntomas en la menopausia. Es interesante analizar como dicho proceso se vivencia y experimenta de forma distinta en cada mujer, estableciendo una representación y un significado distinto en cada una de ellas.

Además, durante esta discusión, los hombres realizaron un nivel menor de intervenciones, manifestando también, su desconocimiento y escasa información que han tenido al respecto. Lo que evidencia una vez más, como la sexualidad se desarrolla de forma distinta en los hombres y las mujeres, y como a pesar, de que en múltiples ocasiones esta es compartida por ambos géneros, el entendimiento y comprensión de lo que representa para cada uno es limitada. Es decir, los procesos por los cuales a traviesa cada uno durante su sexualidad es en muchas ocasiones, un terreno desconocido, individualizado y lejano de lo que le sucede al otro.

Por otro lado, se hizo referencia a los cambios psicológicos y emocionales que las mujeres experimentan durante dicho proceso. Reflejando así, la integralidad de la sexualidad, en donde los cambios físicos, hormonales y sintomatológicos, se vinculan también con la emocionalidad y percepciones psicológicas que en algunas mujeres se presentan. Un evento, asociado a dicha etapa, es la partida de los hijos (as) del hogar, atribuyendo esto al término de “nido vacío”, un aspecto popularizado a nivel social, y el cual se vincula como situaciones

vividas paralelamente. Sin embargo, es importante destacar, que bien como se mencionó anteriormente, las afectividades y transformaciones que cada mujer vivencia en la menopausia, se determinan a partir de su contexto e historia de vida.

Por último, en relación al tema de la menopausia, se enfatiza todas aquellas creencias sociales que hay alrededor de ello. En donde, las etiquetas y prejuicios, encasillan dicho proceso en un ideal construido socialmente. Como bien los expresan los participantes, la vinculación del término, con los cambios de humor y la desvalidación de algunos comportamientos, son ejemplos claros de como a través de ella, se han elaborado una serie de creencias con las cuales se ha determinado el proceso de la menopausia en las mujeres. Siendo los mismos participantes, críticos dicho aspecto, ya que el fortalecer y fomentar dichos preceptos, limitan y obstaculizan la visualización de la vivencia de la menopausia como un proceso natural en la experiencia de las mujeres.

De igual manera, pero en menor detalle, se diálogo acerca de la andropausia en los hombres, dicho tema, fue entizado principalmente en los cambios de comportamiento y las creencias sociales que también se relacionan con ello. Asociando dicho proceso, como “nueva juventud” experimentada en etapas mayores, en donde como bien lo mencionaban los participantes, la masculinidad se siente amenazada, por lo próximos cambios que se enfrentaran en etapas de la tercera edad. Por tanto, se refleja nuevamente como la masculinidad es un factor determinante durante los cambios experimentados en la adultez mayor, ya que, a partir de construcciones sociales al respecto, así como roles asumidos, su sexualidad se percibe alterada ante posibles transformaciones que debiliten su funcionalidad.

En síntesis, existe una generalización y homogenización de los procesos de menopausia y andropausia, quedando claro, que cada vivencia en relación a ello es distinta en cada persona, y cada experiencia manifiesta la particularidad con la que la sexualidad se presenta en cada individuo. También, se evidencia como los estereotipos y creencias alrededor de dichas temáticas, se fundamenten en los roles de género, en donde las mujeres pierden validación al experimentar cambios de humor importantes, y los hombres se muestran amenazados por su masculinidad y los nuevos cambios a enfrentar.

Es decir, se puede analizar como los factores físicos, biológicos, emocionales y sociales, son componentes interrelacionados unos de otros, en donde no se puede entizar únicamente en los aspectos físicos de la sexualidad, dejando de lado, todas aquellas aristas que se vinculan con ello. Dejando claro la integralidad con la que se vivencia la sexualidad.

B. Aspectos metodológicos

Evaluación

Para la evaluación se repartieron papeles con una serie de preguntas que debían contestar individualmente.

Evaluación
¿Tres cosas que aprendí hoy?
¿Lo que más me gustó?
¿Lo que menos me gustó? ¿O puede cambiarse? ¿Cómo?
¿Qué próximo tema te gustaría?

Las principales respuestas fueron las siguientes:

1. ¿Tres cosas que aprendí hoy?

- La menopausia se vive diferente en todas las mujeres.
- Entre más se practique la sexualidad más deseo se desarrolla.
- Entender la sexualidad integral.
- El disfrute físico y emocional
- Los componentes del cuerpo.

- Los cambios entre hombres y mujeres son distintos, pero deben basarse en la comprensión y respeto por el otro.
- La existencia de orgasmos y multiorgasmos en los hombres.
- Los factores físicos y emocionales que llevan al hombre a los procesos de andropausia.
- Se presentan cambios en las actitudes y comportamientos en las mujeres cuando experimentan la menopausia.
- La sexualidad es parte de un ser integral.
- La experiencia sexual se sigue viviendo después del climaterio en la mujer y el hombre.

2. ¿Lo que más me gustó?

- El manejo del tema
- Participación activa del grupo
- Abarcar las diferentes etapas de la vida
- Espontaneidad para hablar del tema
- Apertura para hablar del tema
- Actividades dinámicas

3. ¿Lo que menos me gustó? ¿O puede cambiarse? ¿Cómo?

- La interrupción de los compañeros en los espacios de discusión

4. ¿Qué próximo tema te gustaría?

- El deseo

- Continuidad de la temática
- Placer
- Nuevas experiencias
- Amor y deseo
- Respeto y amor
- Juguetes sexuales

A partir de la evaluación, se puede destacar como los principales aprendizajes del taller, se plantearon de forma variada, por ejemplo, se evidencia una claridad en la diferencia que viven los hombres y las mujeres a través de los cambios físicos, así como la diferencia en las creencias que se ajustan a ellos. La relación entre los aspectos biológicos y los emocionales en ambos sexos. También la presencia de la sexualidad en todas las etapas del ciclo vital, así como resignificación de algunas ideas sociales, como la posibilidad de la experiencia multiorgásmica en los hombres y la posibilidad del disfrute y vivencia de la sexualidad después de la menopausia y la andropausia.

Por su parte, lo que más gusto del taller, fue la apertura y forma de manejar el tema, es decir, permitir un espacio para aclarar dudas, expresar comentarios y externar todos aquellos aspectos de la sexualidad que se relacionan con los cambios físicos y con los componentes que forman parte de ella. Por lo contrario, no se presentaron gran cantidad de comentarios acerca de posibles mejoras o factores que no fueron de su agrado. Sin embargo, se destacó, mejorar los espacios de discusión, en donde todos tuvieran la posibilidad de intervenir.

Por último, dentro de los temas próximos a desarrollar, la mayoría coincidieron con que el tema del placer y el erotismo, es un campo que les gustaría desarrollar y aprender al respecto, coincidiendo así, con lo estipulado en el plan tentativo diseñado por la facilitadora.

En general, la técnica evaluativa utilizada permitió un mayor detalle de los aprendizajes y propuestas para la metodología, sin embargo, en los aspectos de mejora, se presentan pocos

comentarios y un nivel bajo de criticidad, también evidenciando satisfacción y aprobación del trabajo desarrollado hasta ese momento.

Observaciones

1. Actividad de relajación

- La actividad de relajación y conexión con el cuerpo, permitió dar apertura a la temática, no solo desde el aprendizaje como tal, sino también desde un sentir y consciencia del propio cuerpo.
- Se observó una mayor tranquilidad y serenidad en los participantes, así como un nivel mayor de concentración en las actividades siguientes.

2. Explicación teórica

- Atención focalizada durante la explicación de la facilitadora.
- Intervenciones realizadas por los mismos participantes de forma constante.
- Se realizaban preguntas y comentarios, sin embargo, se observa una posición de escucha.
- La utilización de imágenes y material audiovisual, facilitaron las explicaciones y apoyando el proceso de aprendizaje.
- Las explicaciones teóricas eran apoyadas por anécdotas e historias de vida en relación a la temática.
- Mayor cantidad de preguntas en temas de la anatomía de los órganos sexuales masculinos.

3. Papeles informativos

- Uso del humor y bromas en temas como la menopausia y andropausia.

- Mayor cantidad de intervenciones a diferencia de la actividad pasada, mayor participación por parte de la mayoría de personas.
- Mediante esta actividad se desarrolló un mayor diálogo y explicación, esta vez no enfatizado solo en la parte teórica, sino también en las historias de vida y experiencia.

Según la evaluación realizada y las observaciones, se puede analizar como el presente taller partió de argumentos teóricos, en contraste con las percepciones y vivencias de los participantes, así como conexiones con el cuerpo, enfatizando un plano sensitivo y no únicamente racional. Es decir, a pesar de que la temática principal era los componentes físicos y biológicos de la sexualidad, al trabajar dicho tema, no puede dejarse de lado todos aquellos puntos que se manifestaron a partir de las diferentes actividades.

Por ejemplo, en la apertura del taller, al llevarse a cabo un espacio de relajación y consciencia del cuerpo, se inicia la temática entiendo la relevancia de los diferentes sentidos y de la respiración para la vivencia de la sexualidad. Observándose, comportamientos de agrado y placer para dar inicio a la sesión.

Posteriormente, se desarrolló una actividad con mayor peso teórico, y por tanto, intervenciones importantes por parte de la facilitadora, que eran contrastados con las opiniones y cuestionamientos de los participantes. Es interesante analizar, como al utilizar materiales como presentaciones con filminas, y poseer la facilitadora un rol de enseñanza significativo, el grupo se posicionó desde un rol de escucha, con mínimas participaciones. También, se evidenció como eran las mismas personas las que realizaban las preguntas, al tratarse de temáticas específicas, con temas como la erección, el punto G, lubricación y demás. Sin embargo, dicha actividad posibilitó la claridad del campo biológico que forma parte de la sexualidad.

Luego de ello, se dio lugar a un espacio de mayor discusión y plenaria grupal, en donde las intervenciones fueron en un mayor nivel, al regresar a una posición horizontal en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en donde se compartieron historias y conocimientos que a través de la experiencia de sus propios procesos y de personas conocidas se logró enriquecer el tema. Dicha actividad, estableció, una serie temáticas, como lo fueron no solo los componentes físicos

estudiados, sino también, todo aquello que se genera alrededor del tema, como las afectividades y las construcciones sociales.

Es decir, mediante el taller, se puede observar el intercambio de aprendizajes, tanto por parte de la facilitadora como del grupo de participantes, a través de los diferentes roles asumidos durante el proceso, y la creación de nuevo conocimiento en contraste con información ya desarrollada. También, que a pesar de que el taller poseía un objetivo claro, la evaluación y las actividades, reflejaron la variabilidad con la que se compone la sexualidad, además de cómo los diferentes temas que se han abordado hasta ese momento, empiezan a complementarse uno del otro, y a mostrarse la continuidad del proceso metodológico.

Taller 6: Erotismo y placer

El sexto taller, tenía como objetivo desarrollar el tema del erotismo y el placer, realizando una serie de actividades que abordaban dichos aspectos. Se llevaron a cabo actividades tanto vivenciales como de discusión y diálogo grupal.

A. Desarrollo de actividades

Actividad 1 “Masaje grupal y relajación guiada”

Descripción

Para iniciar el taller se realizó un espacio de relajación guiada por la facilitadora.

Resultados

La actividad permitió iniciar el proceso con un estado de relajación y energía por parte de los participantes, permitiendo activar todos los diferentes sentidos, que serían a base principal del taller:

“Uy si energía positiva” (MEM, señora 2).

“Si es una manera de bajar los niveles” (ME, señora 1).

Realizar esta actividad para iniciar el taller, permitió entender desde que ámbito se visualizaría la temática del disfrute y el placer, entendido como un proceso de toma de consciencia. Por tanto, la auto conexión, es la herramienta clave, para el erotismo y el disfrute. Priorizando, el autoconocimiento, y la relajación, como el primer paso indispensable para la vivencia el disfrute en la sexualidad. Dar un espacio, para reconocerse a sí mismos, y tomar el tiempo de conectar con el cuerpo y las afectividades.

Actividad 2 “Papelitos del disfrute”

Descripción

Posteriormente, se repartió un papel a cada participante en donde debían indicar alguna actividad o hobbies que disfrutaran hacer, es decir, algo en su cotidianidad que les causara placer. Luego de ello algunos lo compartieron con el grupo y se analizó la temática del disfrute y el placer.

Resultados

A partir los papeles algunos de los señores compartieron, aquellas actividades que les generaban un disfrute en su vida, analizando, como el placer se vive desde el día a día, y desde distintas ópticas. Dentro de las principales actividades mencionadas fueron:

1. **Música:** *“Bueno a mi escuchar música porque yo cuando escucho (..) a mí me encanta la música (..) estoy en esas de todo el día cante y cante haciendo oficio (,) y a mí la música me encanta yo puedo estar estresadísima estos días que he estado preparando la fiesta de final de año (..) y yo me ofrezco porque yo quiero todo perfecto entonces yo donde ya me siento que ya pongo la música yo me calmo yo con eso ya sé que soy otra (..) completamente otra”* (MEM, señora 2)
2. **Naturaleza:** *“El campo (,) me encanta la naturaleza con la música y los pájaros es que yo sé cómo una ardilla me encanta subirse a los árboles (..) Porque porque eso me relaja (,) me encanta enseñarles a mis nietos porque yo me los llevo para que ellos me sigan y ellos también lo disfrutan”* (Ad, señora 13).

3. **Baile:** *“Yo me transformo (,) para mi es extenuante bailar es (...) fuera de serie”* (MEM, señora 2).
4. **Meditación:** *“A mí lo que más me gusta es la meditación (,) buscar la paz interior (...) Me quita el estrés yo no padezco de ningún tipo de estrés de ningún tipo ninguna preocupación (,) si debo no me voy no me voy a preocupar (,) cuando hay que pagar las tarjetas (,) ni cuando llega la fecha apagar la luz (,) ni cómo gastar el dinero para aguinaldos nada es algo que yo disfruto mucho”* (W, señor 1)
5. **Deporte:** *“(...) pero una cosa que hago generalmente diariamente es el deporte (...) Que me mantenga físicamente activo y para la salud y tiene muchos beneficios”* (MA, señor 2)
6. **Lectura:** *“Entre las diversas cosas que me dan gusto y placer y que hago con muchas ganas la lectura entre esas”* (MA, señor 2)

Esta segunda actividad, permitió una apertura a la temática del erotismo, planteado desde una visión amplia, es decir, desde el disfrute experimentado a través de la vida, en donde la erotización puede presentarse desde una actividad en la cotidianidad que despierte placer y bienestar, así como en el acto coital en la sexualidad. En otras palabras, entender dicho termino, como el enriquecimiento y gratitud que se presenta en la cotidianidad.

Además, es interesante, como los participantes expresan distintos hobbies, o acciones que les despierta dicho placer, y de las cuales se sienten complacidos al llevarlos a cabo. Planteando un panorama diverso, mostrando así la flexibilidad, con la que el erotismo puede presentar en la vida de cada individuo. Esta primera muestra de la temática, generó una perspectiva de gran magnitud para los participantes, replanteando y resignificando, las creencias y percepciones que nivel social se han construido alrededor de dicho tema. Por ende, esta actividad, despierta un interés crítico, y cuestionador acerca de lo que se han entendido como erotismo.

Actividad 3 “Lectura de información sobre erotismo”

Descripción

Posteriormente, la facilitadora con el fin de introducir la actividad siguiente, realizó una lectura de alguna información en relación acerca del erotismo del libro “El Placer de la Vida”, con el fin de tener un panorama general sobre la temática. Los fragmentos mencionados fueron en relación a los siguientes temas:

- Fragmento 1: Definición del término “Placer” como la capacidad de gozar de la vida.
- Fragmento 2: La zona de placer no es un lugar sino un proceso.
- Fragmento 3: La cantidad de placer que nos permitamos disfrutar marca la pauta para el placer en la vida y las relaciones.
- Fragmento 4: El autoerotismo es una buena relación consigo misma.

*En esta actividad no se realizaron intervenciones por parte de los participantes, sino que la lectura fue realizada y explicada por la facilitadora.

Esta pequeña actividad, se buscaba conceptualizar, y definir con mayor claridad a que se hacía referencia y desde que planteamientos se iba abordar el taller. Especificando todos aquellos componentes como el placer, y lo que este implica. Además, del impacto que posee en las relaciones y vivencias diarias de los seres humanos. Así como la relevancia del autoerotismo, como el factor fundamental para este proceso.

Actividad 4 “Mesa de los sentidos”

Descripción

Luego de analizar el tema del placer, desde el disfrute en distintos ámbitos de la vida, se desarrolló una actividad vivencial, en donde los participantes debían agruparse en subgrupos, y pasar por tres mesas distintas, en donde se despertaría sentidos diferentes. En la primera mesa, el tacto, con objetos de diferentes texturas. La mesa dos, el gusto, en ella, se encontraban alimentos como el chocolate, jugo de uva y demás. Y, por último, el olfato en donde se hallaban

objetos con olores diversos. Además de fondo, se encontraba sonidos de diferentes tipos, provenientes de la naturaleza. Posteriormente, se realizó un análisis grupal de la experiencia.

Resultados

Una vez realizada la actividad, se dialogó sobre lo vivenciado en ella, y se destacaron los siguientes puntos:

1. **Activación de los sentidos:** En primera instancia se mencionó cómo al activar los diferentes sentidos, se experimentan sensaciones de placer y displacer, esto debido, a que los diferentes estímulos son asociados a eventos emotivos o recuerdos del participante, y por tanto este, se clasifica como placentero o displacentero:

“Algunas cosas fueron agradables digamos el olor algunas cosas otras no (...) el sonido es de pajaritos y cataratas me gustó, pero después hay uno con unas tormentas que no me gustaban (...) y el sabor aquí (.)” (AI, señora 6).

“El enlace que nosotros hacemos (,) y este (...) los asociamos con los sentimientos” (W, señor 1).

También, se enfatizó en la importancia de tomarse el tiempo, para disfrutar y activar esos sentidos en una mayor potencia, además vinculando la experiencia, con la relevancia de desarrollarlo así en la intimidad con el “otro (a)”:

“Ahí en esa mesa con un biñon hubiera sido más romántico verdad (risas) (..) pero sí es un proceso como decían de despertar los sentimientos van un proceso que va a través de la sexualidad ehh (,) las diferentes texturas de lo suave eh la pluma esta de pavo real (,) los colores son bonito y los aromas también” (MA, señor 2).

2. **Rutina (positivo-negativo):** También, se discutió acerca de la rutina como parte de la estructura de vida de los seres humanos, en donde enfatizo como un aspecto que puede impactar de forma negativa la vivencia de la sexualidad y el disfrute en general:

“Antes de eso no es cierto que también todo esto produce rutina (?) Y si lo hacemos todo el tiempo todo el tiempo llega a no disfrutarse (..) Yo te lo digo por esto yo crecí en un cerro (,) entonces todos los días había celajes lindísimos y a mí no me hace tanta gracia y yo tengo compañeros que se van en eso y se van y yo digo eso para mí no” (G, señor 3).

Sin embargo, también se mencionó como estas rutinas son necesarias y proporcionan estabilidad a las personas, además de que en algunas ocasiones los detalles dentro de estas rutinas se omiten y no se contemplan como tal:

“Pero la rutina es parte de la vida (,) nos hace falta porque nos da estabilidad porque usted tiene en su casa siempre las cosas en el mismo lugar y si alguien viene y se las mueve ya usted siente algo raro diay la vida es rutina (,) levantarse (,) desayunar (,) almorzar es rutina hay que disfrutar haciendo ciertos cambios (,) pero vivimos de la rutina” (A, señor 6).

3. **Autoconocimiento:** Por último, en esta actividad, se destacó la importancia del autoconocimiento, para así, poder dar lugar al disfrute y al placer en la sexualidad:

“Yo pienso también que en este campo eh (..) digamos es demasiado importante conocernos a nosotros mismos (,) lo que sucede es que nosotros no nos conocemos inclusive son preguntas que nos sorprenden con respecto algo que nos alude y uno no sabe contestar (.) Estaba escuchando en la mañana un programa radial que dice que le hacen preguntan al público a través de la radio (..) lo que en tu vida ha acontecido que más te ha gustado (..) y yo me puse a pensar " santísimo si a mi me preguntaran (...) de verdad que es lo que más ha impactado mi vida (¡) " porque yo puedo como dijo antes Marquitos que a él le gusta leer que le gusta un montón de cosas si pero qué es lo que a usted realmente lo ha impactado en su vida entonces cuanto desconocimiento tenemos de nosotros mismos (..) es tan importante conocernos a nosotros mismos (,) saber quiénes somos para dónde vamos lo que queremos y así sentirnos más ubicados

con quienes nos rodea pero especialmente con nuestra pareja (,) sino estamos jodidos verdad” (ME, señora I).

“La mesa de los sentidos”, fue una actividad vivencial, donde los participantes tuvieron la oportunidad de explorar distintas sensaciones, potenciado y agudizando los diferentes sentidos, con el objetivo de poder disfrutar de la experiencia y de tomarse el tiempo necesario para poder activar cada sentido y parte del cuerpo.

A partir de los comentarios y opiniones de los participantes, en primera instancia se puede analizar como al percibir olores, texturas o sabores diferentes, se despiertan sensaciones de placer o displacer, según la subjetividad e historia de vida de cada persona. Es decir, la asociación con recuerdos, afectividades o situaciones que mediante la activación de los sentidos es manifestada, refleja como el erotismo es una experiencia, que surge a partir de lo que cada individuo perciba como placentero. Evidenciando así, como la sexualidad es vivenciada y disfrutada de distintas formas, ampliando la visión del erotismo, como un proceso subjetivo y abierto a una diversidad de posibilidades.

Una temática, que se muestra de interés en el grupo, no solo en este taller, sino en algunos otros espacios, es el factor de la rutina que en ocasiones se presentan a nivel de pareja y que puede convertirse en una limitante para el convivio y el placer experimentado. Los participantes lo plantean desde dos perspectivas distintas, en primer lugar, como uno de las problemáticas que se generan en la sexualidad de la adultez mayor. Debido a que, al crear una vida en pareja, se establecen patrones de compartiendo, y estructuras continuas, que anulan el interés o el deseo de vivenciar nuevas experiencias. Por ello, se enfatiza en la importancia del cambio, y de la búsqueda de alternativas novedosas, que despierten curiosidad y transformaciones en la sexualidad. Sin embargo, de igual manera, algunos de los participantes, lo establecen, como necesidad en los seres humanos, para poder encontrar estabilidad y estructura en el diario vivir, mencionando, como dentro de la cotidianidad, es importante detenerse y admirar todos aquellos detalles que lo componen, siendo una forma de dar lugar al disfrute en la vida.

Por último, en dicha actividad se retomó el tema del autoconocimiento, como un factor indispensable para la vivencia del erotismo en las personas. Como bien se mencionó anteriormente, el comprender nuestras atracciones, afectividades, y preferencias, permite

mostrar un abanico de posibilidades para lograr una mayor conexión y acercamiento a lo que la sexualidad representa para cada individuo, y así determinar su propio significado de placer. Es interesante, como una de las participantes lo enfatiza, como una problemática que se ha potenciado en la actualidad, en donde el autoconocimiento y la priorización de nuestros deseos, es un punto que pasa desapercibido, y en donde la prioridad por el “otro” y por factores económicos, de consumo, y demás que a nivel social se han establecido, distrae a los seres humanos, de su propio ser, de su dirección, aspiraciones, deseos, y emociones que lo determinan. Es decir, el erotismo, es un proceso que inicia desde la individualidad, desde el respeto y la valoración por sí mismos, para luego ser compartida con el “otro”.

Actividad 5 “Análisis de canción”

Descripción

Finalmente se realizó un análisis de una canción, llamada “Derroche de amor”, que hablaba acerca de la pasión y seducción que se vivía en una pareja. Se escuchó la canción y luego se discutió en relación a ella.

Resultados

Una vez escuchada la canción, en plenaria grupal, se dialogó sobre diversos aspectos, en primera instancia se hizo énfasis a temas en relación con la letra de la canción propiamente, posteriormente a través del conversatorio, surgieron otra serie de puntos a analizar los cuales mostraron la diversidad de aspectos necesarios a retomar en el tema de la sexualidad integral en los adultos mayores. Las principales categorías fueron las siguientes:

1. **Erotismo (Seducción, amor, disfrute):** Al ser una canción que aludía a la seducción y al placer vivido propiamente en la intimidad de una pareja, los participantes rescataron dicho aspecto, asociándolo con sentimientos con el amor, además del disfrute que se manifiesta.
2. **Sexualidad en edades avanzadas:** También se dio a relucir la importancia de la vivencia de la sexualidad en todas las etapas de la vida, mencionando como en la tercera

edad, el placer y el disfrute, independientemente de poseer una pareja o no, continúa siendo una herramienta clave:

“Es que como de repente nosotros llegamos a esta edad donde nosotros estamos en una etapa tan interesante (..) tenemos que reinventarnos (,) tenemos que estar constantemente reinventándonos y esto nos viene a enriquecer un montón este taller(..) por eso yo insisto y sugiero que sea para otros porque vea por ejemplo la reacción del montón de compañera repito lo que dijo antes yo creo que El "este vamos y dice mi tía ya está viuda y qué voy a ir hacer yo ahí (?)" es esa idea equivocada de que ya por estar viudas estar divorciadas o estamos divorciadas la vida se acabó y no(!)” (ME, señora 1)

3. **Diferencias generacionales:** Posteriormente, una vez analizado los puntos específicos a la letra de la canción, surge a través del diálogo, un tema de suma relevancia, el cual se comentó en otros talleres, sin embargo, fue en este espacio donde se discutió con mayor profundidad. Se hizo énfasis a las diferencias generacionales en relación al tema de sexualidad, que los participantes perciben, y que se presentan en diferentes aspectos:

“Hay una situación que a veces lo pone a uno a pensar cómo hay tanta diferencia generacional (,) nosotros crecimos en una época de prohibición casi en todo (,) principalmente en la parte sexual y hasta ahora que tenemos esa esa libertad como de hablar y hacer cosas diferentes y yo digo (..) la juventud de ahora que ya no se casa como antes (..) que uno antes se casaba y ahora esto es totalmente al otro lado (...) cuando esta gente lleguen a nuestras edades ya estarán cansados (?) o quién sabe yo digo que ya no hay nada que les provoque placer (G, señor 3).

Una de las diferencias que el grupo comenta presenciar, es en relación a temas como la identidad de género o la orientación sexual, siendo situaciones que se presentan con mayor continuidad a nivel social, y de la cual, los participantes expresan percibir dichos asuntos de forma distinta:

“Había un compañero que él decía que se sacaba las cejas porque tenía una enfermedad y diay (...) todo el mundo uno uno era inocente en ese sentido pero digamos que si una persona o un amigo de uno tenía cierta inclinación (,) ya todo el mundo se le apartaba (,) ahora no (!) ahora uno ve a las muchachillas que ese amigo (,) yo veo a la hija mía trabaja "ay si tengo tres compañeros (,) me llevo muy bien con uno si si él es gay él es buena gente" para ellos eso es normal y uno uno no uno se apartaba” (A, señor 6).

Otro aspecto importante mencionado, es como entorno a la temática de la sexualidad actualmente se desarrollan una serie de intereses económicos, los cuales utilizan su poder, para tergiversar la visión de la sexualidad y la práctica de ella:

“Y es que digamos yo eh eh es muy respetable eso digamos (,) la naturaleza esa (..) lo malo está en la forma en que quieren manejar todas esas situaciones que a nivel humano se dan (..) porque hasta donde yo he escuchado (,) hay manipulación de aquellos enormes consorcios económicos públicos que se hacen a nivel mundial (,) entonces resulta que lo hacen un comercio (..) lo han comercializado (,) entonces cuanto dan por cambios de género por ejemplo cuanto dan para los especialistas (,) cuánto dan para los consorcios (,) para los farmacéuticos etcetera entonces ahí está lo malo (,) ahí es dónde precisamente se aprovechan de situaciones de este momento de situaciones que se viven y que en todo momento se han vivido y que si no se manejan bien se convierten en un monstruo a nivel mundial (..) inclusive la insatisfacción que siento porque no tengo suficiente entonces me hago de todo por de todo lado y farmacéuticamente soy una dependiente (ME, señora 1).

“Di cada cuánto esos implantes hay que darles mantenimiento (,) que se tienen que ir a analizar y a revisar y si no están bien va de nuevo operación (..) ósea es todo un montaje de gente que económicamente está manejando el mundo (,) eso es lo que quizás nosotros tenemos que racionalizar y ósea

saber analizar para poder explicar a las nuevas generaciones” (MEM, señora 2).

Otra diferencia que mencionan, es la visión de sexualidad que las diferentes generaciones poseen, realizando una comparación:

“Es decir uno no ve uno no ve cómo resolver el problema y para ellos talvez no es ningún problema” (A. señor 6). “No fue una experiencia muy bonita (,) pero si de verdad es un siglo con unas costumbres que nos están costando mucho (.) si no están costando mucho (..) porque al fin y al cabo usted baila (,) pero hay algo más allá. (ME, señor 1).

También se enfatiza en el uso de anticonceptivos y métodos de prevención, como una marcada diferencia entre su generación y las actuales:

“Si pero para las mujeres ahora es un alivio (...) este tiempo porque antes era (..) antes no habían anticonceptivos tras de que los papás eran así (,) ahora más bien ahora las mamás le compran (,) diay como uno por ejemplo (,) ahora los preservativos ahora los venden en todos lados antes no (..) antes para comprar un preservativo bueno había que ir a una cantina (risas) y usted pasaba la plata por debajo solo en las cantinas los vendían (A, señor 6).

- 4. Comunicación con generaciones menores:** A partir de esas diferencias que los participantes destacan, se discute acerca de uno de los mayores retos que ellos enfrentan en relación a dicho aspecto, algunos mencionan, cómo la comunicación con los nietos y con generaciones menores se convierte en todo un desafío, ya que la comprensión y visión de la sexualidad es distinta:

“Pero que difícil verdad (..) hasta qué punto nosotros estamos capacitados para poder defender a nuestros nietos (,) porque por ejemplo aquí todos ya los hijos los tenemos grandes ahora nuestra etapa siguiente es de abuelos (..) qué difícil verdad no se si ustedes sentirán la misma impotencia que siento yo de preparar a mi nieta por ejemplo” (MEM, señora 2).

“No no si no mal entendamos (,) sino como abuelitos que somos (,) cuánta labor importante podemos hacer en esa formación moral sobre sobre (..) como abuelos sobre los nietos a las nuevas descendencias (,) inclusive a montones nos han pasado que ya hasta somos bisabuelos porque como son generaciones nuevas que se han precipitado a vivir (,) entonces algunos ya hasta somos bisabuelos algunos (...) y qué difícil qué difícil es estar preparado para para esa demanda verdad (ME, señora 1).

- 5. Importancia de la educación sexual:** Por tanto, a raíz de la discusión realizada, se destaca la importancia de la educación sexual en las diferentes generaciones, y los participantes lo resaltan principalmente a las nuevas generaciones:

“Es que sabe que es que a nosotros nos alarma porque pasa como en la política o el gobierno (.) el gobierno no toma las decisiones se las deja el otro (,) nosotros estamos en punto digamos con las guías sexuales (,) tenemos que tomar una decisión y no nos gusta (,) porque porque nunca se ha querido tocar el tema (,) nunca nadie ha querido meterse en eso pero ahora ya está la iglesia los grupos religiosos eh un montón de gente opinando y gente vieja ya (,) usted habla con un cura de 75 años y no es lo mismo que hablar con un cura de 32 (...) tienen un concepto totalmente diferente (..) entonces yo pienso que el problema de nosotros es que no están poniendo a decidir y estamos cómo el gobierno queremos pasarle la pelota y seguirla patiendo para adelante y nadie quiere” (A, señor 6).

Además, se comenta acerca de la influencia de ideologías religiosas, y de instituciones religiosas que interfieren en la toma de decisiones en relación al tema:

“Tienen que modernizarse sino (,) y la iglesia no meterse en nada (,) la religión no puede mezclarse con ese tipo de educación jamás y cómo dicen ustedes no podemos taparlo no podemos ocultarlo es una vivencia diaria” (MEM, señora 2).

El análisis de canción permitió una amplia discusión durante el taller, en cual se abarcaron diversos puntos que fueron de gran interés para los participantes. En primer lugar, al tratarse de una canción que alude al tema de la seducción y las afectividades vividas en pareja, se comentó al respecto, cómo el erotismo es un proceso que se disfruta en todas las etapas de la vida, vinculándolo, con emociones como el amor y el deseo que se puede experimentar. Además, se dialogó en relación a ello, como el placer es un proceso que se presenta en diversas condiciones, con el compartir en pareja, o con la individualidad, dando lugar al autoerotismo.

Posteriormente, la discusión, se direcciona hacia otro punto, el cuál ha sido una temática latente durante todo el proceso, ya que una de las mayores preocupaciones que los participantes externan, es la diferencia generacional que actualmente se presenta en relación al tema de la sexualidad. En donde las poblaciones menores conceptualizan dicho aspecto desde una óptica diferente a la que las poblaciones de la tercera edad han construido a través de su vida y su contexto. Por tanto, ellos lo plantean como un puente importante entre generaciones, en donde al poseer percepciones distintas de las implicaciones de la sexualidad, esta se vuelve una limitante para la comunicación y comprensión de la misma.

Se dan a relucir diferentes factores que reflejan dichas diferencias, una de ellas es el tema de la diversidad sexual. El cual, según las opiniones del grupo, actualmente la aceptación y naturalidad con la que el tema se presenta a nivel social, es una situación nueva y con algunas incomprendiones y vacíos para ellos. Los participantes argumentan, al igual como se comentó en los talleres iniciales, que son una generación que creció con una creencia de la sexualidad basada en la prohibición y el castigo, por ello, al experimentar un cambio de perspectiva, como el que en la actualidad se está manifestando, genera un impacto significativo en sus ideas y concepciones en relación a dichos aspectos. Además de sentirse en algunas ocasiones desinformados y lejanos a estas nuevas estructuras sociales.

También, se analizó como los poderes económicos, y las ideologías consumistas, han hecho de la temática de la sexualidad, un ente proveedor y medio para la obtención de recursos. Realizando una crítica, a como dichas influencias, han potenciado una perspectiva de sexualidad cosificada, y de la cual las nuevas generaciones se han hecho parte. La visión del cuerpo, es un ejemplo, de ello, en donde la modificación y alteración del mismo, se presenta como una vía de comercialización, que cada día se fortalece, a través de ideas transmitidas por diferentes medios

comunicacionales: como las redes sociales, televisión y demás. Es decir, la sexualidad ha sido permeada por una serie de ideologías del sistema económico que a nivel social se ha establecido, aspecto que el grupo plantea como una problemática de gran importancia, y de gran peso para las nuevas generaciones.

Dentro de estos cambios, el uso de anticonceptivos y medios de prevención de embarazos y de enfermedades, es otro punto discutido. En donde los adultos comentan, como durante su crianza y aprendizaje, dichos temas eran invisibilizados y el acceso a ellos eran limitados. De tal forma, que incluso la visión de familia y las tasas de natalidad, son cambios que han marcado una perspectiva distinta, a la interiorizada en la crianza de los participantes. Por ende, se muestra así, la integralidad de la sexualidad, en donde el contexto, la cultura y los medios externos forman una visión que es construida por las colectividades, basándose en un momento histórico y en un sistema de vida.

Es por esto, que, a partir de estos cambios en relación a la sexualidad, se presenta una serie de desafíos, los cuales las generaciones de la tercera edad están enfrentando. Uno de ellos como bien se mencionó, es toda una conceptualización distinta, con nuevas aristas a considerar. Sin embargo, también enfatizan, la comunicación, y el alejamiento que perciben para poder establecer diálogos con poblaciones menores. Los participantes lo ejemplifican, con los nietos, en donde su rol como abuelo o abuela, es limitado ante dichas diferencias, y por ello, mencionan no sentirse capacitados para poder ejercer un dialogo y una orientación apropiada, que como mayores podrían ejercer.

A raíz, de esta discusión, se plantea entonces, el impacto e importancia de la educación sexual, en donde la conceptualización de la misma parte de la sensibilización y conexión de la sexualidad, como un hecho inherente a los seres humanos, que se manifiesta a través de las diferentes etapas de la vida, y que esta contempla una diversidad de factores que influyen sobre su vivencia. De igual manera, dicho punto expresado por el grupo, es un indicador claro de la relevancia y magnitud de los espacios de aprendizaje como los desarrollados en esta metodología, para poder ampliar los conocimientos, y así empatizar con las visiones y percepciones diversas que presentan en la actualidad en torno a la sexualidad. Tener un bagaje amplio en relación a ella, comprendiendo todos aquellos aspectos que se conjugan para su vivencia, y siendo entes críticos de su propia realidad.

B. Aspectos metodológicos

Evaluación

La evaluación se realizó de forma escrita e individual, sin embargo, esta evaluación fue aún con mayor detalle y estructura que la anterior:

Evaluación
<p>1. Marcar con una X Hombre () Mujer ()</p>
<p>2. ¿Tres cosas que aprendí hoy? 1) 2) 3)</p>
<p>3. ¿Cuál actividad de hoy me gustó más y por qué? (marcar con una X)</p> <p>1) Ejercicios y masajes___ 2) Actividad que disfruto y papelitos ___ 3) La mesa de los sentidos___ 4) Análisis de canción___</p>
<p>4. ¿Por qué te gustó más esa actividad?</p>

A partir de la evaluación surgieron los siguientes resultados:

1. Principales aprendizajes:

- Disfrute de la sexualidad en todas las etapas de la vida.
- Amor propio como prioridad.
- Entendimiento del erotismo.

- Importancia de los sentidos.
- Importancia de conocer el cuerpo.
- Apertura a nuevos temas.
- Respeto a otras personas.
- Comprensión de otras generaciones.

2. Actividad que más les gustó y motivos:

- La actividad que más agradó a los participantes fue la “Mesa de los sentidos”, explicado por los siguientes motivos:
 - ✓ Les recordaba cosas pasadas.
 - ✓ Genera relajación.
 - ✓ Se destaca la importancia de los sentidos en el disfrute de la sexualidad.
 - ✓ Permite potenciar los sentidos.
 - ✓ Posibilita tomar conciencia de sí mismos.
 - ✓ Se fomenta el uso de la imaginación.
- La segunda actividad que más les gustó, fue el “Análisis de canción”, debido a que:
 - ✓ Se identificaron con la música.
 - ✓ El aprendizaje se desarrollaba con los comentarios de todo el grupo.
 - ✓ Permite discusión grupal.
 - ✓ Se planteó el tema de la intimidad de pareja.

- En tercer lugar, se destacó la actividad de los “Papelitos del disfrute”, argumentando que:
 - ✓ La actividad permite visualizar los diferentes pensamientos y gustos que la personas pueden tener y disfrutar.

Con respecto a la evaluación, se puede analizar como el taller de erotismo, tuvo como resultado el aprendizaje de temáticas distintas, en primera instancia todos aquellos factores relacionados con el placer, la valoración del propio reconocimiento, la amplitud del término erotismo, el valor de los sentidos, y las formas de sensibilizarlos y potencializarlos. Sin embargo, también se presentó toda una parte de mayor criticidad, y cuestionamiento sobre estructuras sociales actuales, y, por ende, se refleja en la evaluación, como uno de los aprendizajes importantes, la empatía por las visiones distintas y las transformaciones sociales que se presentan.

Dentro de las actividades que más les gustó, se encuentra “La mesa de los sentidos”, como una experiencia vivencial y de mayor acercamiento a sí mismos, explicando el espacio de relajación, y agudización de los sentidos que tuvieron durante la actividad. Luego de ello, les agradó “El análisis de canción” y los “Papelitos del disfrute”, en donde se presentó un mayor diálogo y participación de forma grupal.

Observaciones

1. Actividad de relajación y masaje grupal

- Inicialmente se observó anuencia para realizar la actividad, debido al agrado que tuvieron con la experiencia en el taller pasado.
- El masaje grupal, mostró la comodidad y confianza que a nivel de grupo se posee.
- Además, la actividad, permitió introducir la temática del placer y disfrute, desde la propia vivencia, iniciando un espacio de relajación y tranquilidad

2. Papelitos del disfrute

- Dicha actividad permitió visualizar la individualidad en cuánto al disfrute y los gustos distintos que cada persona posee.
- Se mostró apertura para participar y compartir sus preferencias con el grupo.

3. Mesa de los sentidos

- Mediante esta actividad se observó un alto grado de focalización y concentración durante la actividad, cada participante estaba centrado en su experiencia, y no se comunicaban entre ellos.
- Se observaba un involucramiento claro en la actividad, donde cada persona experimentaba con todas las texturas olores o sabores.
- También un espacio amplio para el análisis de la experiencia.
- En general se observó un alto grado de satisfacción y placer con la actividad.

4. Análisis de la canción

- En dicha actividad, se presentó un mayor grado de participación, siendo la actividad donde se desarrolló un análisis más amplio.
- Al utilizar una canción con la cual la mayoría de los participantes se identificaba, captó en gran medida la atención del grupo.
- Inicialmente se hizo énfasis en la letra y temática de la canción propiamente, sin embargo, la discusión se direccionó hacia otros aspectos que el grupo consideraban importante de analizar y profundizar.
- Durante el diálogo grupal, se observó cómo se presentaron opiniones distintas entre ellas, con diferencias claras, generando una diversidad de opiniones y visiones diversas de los temas en cuestión.

Con base a la evaluación realizada y las observaciones, se puede analizar como el presente taller, mostró una diversidad de escenarios y de acercamientos distintos al tema de la sexualidad. En primera instancia al iniciar con un espacio de relajación, el grupo, logra focalizar su energía y conexión con la temática a desarrollar, el cual, partía no solo de una conceptualización teórica, sino también, de poder experimentar mediante las actividades la vivencia misma del disfrute y el placer. Por tanto, a partir de la primera actividad, la dinámica del grupo cambia, entrando en un estado de relajación y tranquilidad para poder continuar con el taller.

La actividad de los “Papelitos del disfrute”, estableció un panorama amplio de los conceptos a desarrollar, además de observarse un interés por compartir con sus compañeros cuáles son sus gustos e individualidades que los diferencian del resto. Al igual que en sesiones pasadas, se pudo observar una participación constante por parte de algunos de los adultos mayores, a diferencia de otros compañeros, los cuales debían ser propiciados por parte de la facilitadora para su participación en el taller.

Posteriormente, la actividad que más agradó a los participantes fue “La mesa de los sentidos”, en donde al salirse de lo acostumbrado, como lo son espacios de dialogo, o estrategias donde la racionalización es la principal herramienta, el grupo se mostró cómodo e involucrado en la actividad. Lo que refleja, la importancia de equilibrar las sesiones, entre actividades que permitan la construcción de conocimiento en conjunto, pero también la experiencia por sí mismos de lo que es la sexualidad, marcando un significado propio y una vivencia diferenciada en cada persona. Incluso, después de dicha dinámica, el grupo se mostró con una mayor pasividad, y el diálogo establecido para analizar la experiencia, fue con mayor pausa y menor nivel de participación, observándose una mayor focalización en sí mismos que en la interacción grupal propiamente.

Seguidamente al realizar el “Análisis de canción”, al utilizar una canción que es familiarizada para los participantes, se evidenció una identificación y conexión con la canción, estableciendo mayor interés, y un alto nivel de intervenciones en dicho espacio. La discusión generada, torno temáticas de diversa índole, inicialmente apuntado a el erotismo y el fenómeno en cuestión, dando, sin embargo, un giro, que dio apertura al análisis de un factor que, a través de todo el proceso, se ha mostrado como un tema latente, con necesidades de escucha y

expresión. Por ello, dicha actividad posibilitó una profundización en los objetivos que se buscaban abordar, pero también, el planteamiento de un punto determinante para la comprensión y entendimiento de la sexualidad en la adultez mayor.

Por ende, a nivel general, se puede decir, que el taller de erotismo y placer, permitió reflejar todos aquellos componentes que integran la sexualidad, desde el reconocimiento del cuerpo, desde actividades vivenciales como la relajación, o la activación de los sentidos, así como la discusión de aspectos tanto de individualización, que marca los gustos y deseos de cada persona, como la necesidad de retomar una situación que se manifiesta a nivel social y que envuelve la visión de la sexualidad. Nuevamente se percibe, como el grupo muestra un alto grado de criticidad, y participación mediante el diálogo y la escucha, pero también la afinidad por actividades que los conecten directamente con lo que la sexualidad representa.

Taller 7: Afectividades y significado propio de la sexualidad

El presente taller tiene como fin abarcar la individualización de la vivencia de la sexualidad, en donde el autoconcepto, y las afectividades implican un significado propio de la sexualidad. Por tanto, a través de esta séptima sesión, se desarrollaron actividades vivenciales acorde a dichos aspectos.

A. Desarrollo de actividades

Actividad 1: “Estatuas”

Descripción

En primera instancia se realizó un trabajo en subgrupos, en donde debían discutir acerca de las diferentes afectividades que se encuentran implicadas en la vivencia de la sexualidad, Luego de ello, debían planear una estatua que representarían frente a todo el grupo y se comentaría al respecto.

Resultados

Grupo 1



El primer grupo representó la estatua enfatizando como la temática de la sexualidad es en ocasiones un tema nulo, así como la desinformación al respecto:

“Nosotros quisimos representar la ignorancia eh dentro de la sexualidad este (..) hay mucha gente que no saben nada (...) (A, señor 6).

También, aquellos temores que se pueden manifestar en la vivencia de la sexualidad, así como sentimientos de vergüenza:

“(...) otros que se tapan los ojos porque no quieren ver y otros que se asustan” (A, señor 6).

Además, como la sexualidad tiene un significado y una representación diferente para cada persona según su experiencia de vida:

“Una compañera decía la gente habla de de cómo se llama (...) luna de miel luna de miel para algunos fue muy linda para otros no fue una experiencia bonita ósea son diferentes emociones (,) hay gente que la disfrutó otros no les gustó” (A, señor 6).

Grupo 2



El segundo grupo quiso representar un corazón, argumentando que este es un símbolo para reflejar una serie de emociones que se manifiestan a través de la sexualidad:

“Nosotros tratamos de simular un corazón eh qué significa un montón de cosas emociones (,) alegría (,) amor” (MA, señor 2).

Grupo 3



El tercer grupo por su parte, hizo énfasis al placer y las afectividades que, por tanto, se vivencia como la alegría, la felicidad. Planteando dichas emociones como parte del erotismo:

“La alegría que nos da el placer de bailar” (AI, señora 6).

Para dar inicio al tema de las afectividades, era importante abrir el taller con un panorama general, de las implicaciones de la emotividad en la vivencia de la sexualidad. En esta primera actividad los tres subgrupos mostraron características diferentes. El primer grupo, representó la indiferencia, el temor y la ignorancia que existe alrededor de dicho tema. Es decir, se representaron significados que a través de las colectividades se han presentado, pero también afectividades como el miedo que pueden manifestarse según la historia de vida de cada persona. Además, la simbolización de un corazón, como la puesta en escena de todas aquellas emociones que pueden experimentarse en la sexualidad, desde el enojo, hasta el amor. Finalmente, el tercer grupo lo enfocó en sentimientos como la alegría, y el disfrute. En general, se visualizó la diversidad de emociones y representaciones que la sexualidad puede tener para cada individuo.

Actividad 2: “Autorretrato”

Descripción

Posteriormente, se desarrolló una actividad llamada “Autorretrato” en donde los participantes debían en primera instancia, intentar dibujarse a sí mismos, luego ello escribir aquellas características físicas que más les agrada y aquellas características de personalidad que consideran como fortalezas y debilidades. Luego de ello, se discutió acerca de la experiencia.

Resultados

Dentro dos factores que se discutieron a partir de esta actividad fueron los siguientes:

- 1. Influencia del autoconcepto en la sexualidad:** Uno de los temas que se plantearon después de la actividad, fue la importancia y el peso que posee el autoconcepto y la valoración de sí mismos en la vivencia de la sexualidad, ya que estas implican una serie de sentimientos y creencias que permitirán o limitarán el disfrute y la experiencia de la sexualidad:

“Es que yo pienso que nosotros hay cosas que, aunque sepamos que son buenas o malas eh (,) aceptamos más unas cosas que otras (...) por ejemplo hoy estaba yo viendo una señora que hace ejercicios (ruido) por ejemplo uno está gordo y uno desea estar delgado (risas) pero hay gente que está feliz como está” (A, señor 6).

“Esto es como los talleres que da la hermana suya es con personas abusadas y maltratadas y dice que cuando las pone hacer eso llenan una hoja con todas las cosas feas digamos y en las cosas positivas casi no ponen nada nos contaba ella ósea su autoestima está por el suelo” (ME, señora 1).

- 2. Importancia del autoconocimiento:** También a partir del dibujo realizado, se discutió acerca de lo importante que es el autoconocimiento y las implicaciones de este proceso, se mencionaron tres puntos diferentes.

Se comentó acerca de lo relevante que es, pero también de las dificultades y los sentimientos que surgen a raíz de ello:

“Este yo pienso que lo que uno hace es un análisis de su interior y duele es difícil es muy difícil (,) porque de todas maneras usted tiene los ojos para ver al frente entonces para usted es más fácil encontrar su entorno y encontrar en los demás (..) pero como no tenemos los ojos internos para asumirnos entonces es muy difícil cuando aluden cosas de nosotros de nuestros interior (,) y muy pocas veces nos conocemos en realidad muy muy pocas veces decimos con soltura esto (,) aquello y puntualísimo (..) porque como mis ojos están puestos en los demás yo muy pocas veces me enfoque en mí entonces es muy difícil e inclusive cuando uno hace este tipo de ejercicios duele (,) es muy doloroso (,) es muy difícil porque reconocer como dice A mi físico este (..) es duro”. (ME, señora 1).

Además, que el autoanálisis es un proceso que no se hace con regulación:

“Si es como un auto análisis cosas que casi nunca nos ponemos atención”
(El, señora 7).

De igual manera, el autoconocimiento conlleva a reconocer aquellas emociones y sentimientos que nos definen:

“ (...) es duro (..) duele (,) duele y como se llama (...) y algunas veces nos incentiva para hacer una táctica pero otras veces no precisamente funciona y digamos en una cosa física(,) pero en una manera de actuar o de ser es difícil inclusive a veces hay hasta que buscar ayuda verdad (¿) cómo usted supera un miedo (¿) una personalidad (,) una persona que tenga miedos (,) que tenga fobias que tiene problema de miedos (,) tiene que buscar ayuda porque el miedo le limita su vida (..) entonces es difícil verdad” (ME, señora 1).

De igual manera, el reconocimiento del cuerpo es otro de los puntos mencionados como parte del autoconocimiento y por tanto de la autoevaluación que se hace de sí mismos:

“Yo a la hora de dibujarme este (...) hice como como una revisión de mí misma (..) digamos empecé a reconocerme a mí misma con eso que yo veo en el espejo y entonces la quise reproducir aquí (...) traté de hacer de hacerlo de hacerlo más cercano yo cuando me veo en el espejo me veo bien no lo puede plasmar aquí (,) pero yo aquí traté de hacerlo a como yo me veo” (ME, señora 1).

Dicha actividad, posibilitó que los participantes tuvieran un encuentro consigo mismos, y, por tanto, despertó una serie de cuestionamientos y opiniones diversas al respecto. En primera instancia, se determinó cómo la valoración propia, va a tener un peso y un impacto importante en la vivencia de la sexualidad y por tanto del disfrute de la misma. Ya que como bien se retomó en el taller pasado la vivencia del erotismo inicia desde la propia percepción que posee cada individuo, para luego poder ser compartida con los otros. Por ello, el autoconcepto, es una base clave para que la sexualidad se convierta en una experiencia de amor y de respeto.

Además de ello, el autoconocimiento y la comprensión de quienes somos como personas, es otro de los pasos y caminos para comprender cuál es el significado y el lugar que se le otorga a la sexualidad. Por ello, se mencionaba como dicho proceso, a pesar de ser de suma relevancia, enfrenta una serie de desafíos y dificultades al reconocer todo aquello que nos completa como

seres humanos, es decir, desde las fortalezas y virtudes, hasta todas aquellas debilidades, que forman parte del ser.

Por tanto, este proceso de conexión, y de descubrimiento, conlleva a tener un encuentro y reconocimiento con todas aquellas afectividades y sentimientos que se despiertan a través de las diferentes experiencias e historias de vida de cada persona. Identificar y validar todos los tipos de emotividades, es decir, las placenteras y displacenteras, y de esta forma, entender la amplitud e integralidad con la que los seres humanos se manifiestan. Aceptando con amor, todo lo que nos forma como individuos y que, por tanto, reflejamos ante el mundo.

De igual manera, así como se toma consciencia de las afectividades, el autoconocimiento, con lleva a reconocer el propio cuerpo, enténdelo y respetándolo como parte nuestra, y por ello, como el medio para poder experimentar una sexualidad plena. En general, se puede decir, que la actividad del autorretrato planteó sobre la mesa, todos aquellos aspectos que más allá de las construcciones sociales, representan y singularizan la sexualidad para cada ser. Entendiendo que el disfrute y el placer, se conjugan con la percepción y valor que poseamos de nosotros mismos, así como la resignificación y reconocimiento de nuestra propia identidad, como el principal paso para una sexualidad integral.

Actividad 3: “Dibujo de significado propio de la sexualidad”

Descripción

En la tercera actividad, utilizando el dibujo y la expresión artística como estrategia, cada uno de forma individual, debía expresar todo aquello con lo que identifica la sexualidad y lo que significa para sí mismo. La expresión artística era libre, podían realizar un dibujo, escribir, y demás. Algunos de los participantes comentaron su trabajo, describiendo su representación de la siguiente manera:

Resultados

1. **Crianza.** Algunos asociaron su significado y percepción de la sexualidad a partir de la crianza y las bases que establecieron desde su niñez y desde su familia:

“Bueno yo estaba dibujando un paisaje campestre (,) con una casita (,) arboles (,) animalitos bueno o lo he terminado pero más o menos era eso (,) porque yo me acuerdo de mi niñez que fue mi linda (,) bueno mi papá tenía fincas entonces era una familia como muy unida (...) nos dieron mucho cariño (,) mucha atención (,) entonces eso a mí no se me olvida (,) pasamos una niñez linda y para mí eso es familia (,) eso es amor (,) fue la parte que me preparó para la vida (...) y pienso que la sexualidad (,) bueno en cualquier forma que se vea el ingrediente principal es el amor (,) si porque si no sería solo sexo y no se sentiría algo sucio me parece esa es mi opinión” (MEM, señora 2).

2. **Emotividad:** Otros lo enfocaron en las emotividades y experiencias propias:

“Explosiones de emociones (,) todo lo que vivo me produce emociones (,) es explosión” (N, señora 5).

3. **El disfrute de actividades:** También, otras personas lo representaron con las actividades que disfrutaban hacer en su cotidianidad:

“Yo puse también varias cosas nadar (,) bailar (,) ir a comer” (El, señora 7).

4. **Amor propio:** De igual manera en relación a las temáticas del taller, se mencionó un significado de la sexualidad desde el respeto y valoración por sí mismo:

“La mía es una planta (,) la planta refleja todo lo que es uno (,) eh sino se le pone la suficiente agua ella se muere (,) lo mismo la sexualidad (,) es todo agua (,) tierra (,) la maseta (,) es un conjunto” (Ad, señora 13).

5. **Impulso:** De igual forma la visión de la sexualidad como un impulso innato al ser humano:

“Yo pienso y lo anoté así escrito (,) que la sexualidad es como una fuerza o impulso innato y nos lleva a reaccionar de diferentes maneras” (G, señor3).

6. Pareja: Por último, se mencionó también como la sexualidad para algunos es representada desde la vida en pareja:

“Yo quería decir que cuando se habla de sexualidad hay que pensar en hombre y mujer en pareja la sexualidad tiene que ver con pareja” (Eid, señor 4).

Esta actividad, visualizó como cada individuo a pesar de las influencias de la cultura, de las estructuras sociales y el contexto en que se desenvuelven, poseen un significado y construcción propia de lo que es la sexualidad. Esta construcción, va a representar el conjunto de factores externos e internos, que van desarrollar una percepción única de lo que cada persona vivencia en dicha experiencia. Por ello, mediante la expresión artística, cada participante tenía la posibilidad de proyectar lo que para sí mismo significa la sexualidad, obteniendo como resultado una diversidad de creaciones.

Algunos asociaron la sexualidad, con su crianza, en donde se fortalecieron y establecieron las bases que como ser humano lo identifican, y que, por tanto, a raíz de ellas, se desenvuelve e interacciona con el mundo. También, algunos lo expresaron con todas aquellas emociones que han emergido a través de su sexualidad, enfocándose específicamente en su historia de vida. De igual manera, para otras personas, la sexualidad, se refleja como la nutrición y el alimento constante, que se da mediante el amor propio y el respeto por sí mismos. Además, otras personas, lo plantearon como la energía innata que es la sexualidad en la naturaleza humana. Y, por último, la intimidad en pareja es otra de las expresiones y significado que tiene la sexualidad para algunos de ellos.

En síntesis, esta actividad, estableció un espacio para tomar consciencia sobre el significado que se posee acerca de la sexualidad, con lo que se identifica y con lo que se reconoce para cada individuo.

Actividad 4: “Cofre de emociones”

Descripción

Finalmente, con el fin de cerrar el taller, cada persona debía escribir en un papel alguna emoción o sentimiento que consideraba importante en la vivencia de la sexualidad y posteriormente depositarlo en un cofre.

Resultados

Las emociones y palabras depositadas en el cofre fueron las siguientes:

- Buenas relaciones
- Ternura
- Satisfacción
- Amistad
- Ternura
- Ilusión
- Compatibilidad
- Amor
- Atracción

B. Aspectos metodológicos

Evaluación

La evaluación del taller se realizó de forma escrita e individual, y en esta ocasión debían anotar los principales aprendizajes de la sesión y la actividad que fue de mayor agrado.

Evaluación
1. ¿Cuál fue mi principal aprendizaje en el taller de hoy?
2. ¿Cuál actividad llamó más mi atención?

Dentro de los principales aprendizajes se encuentran:

- Relevancia del reconocimiento de uno mismo y el autoanálisis
- Significado de la sexualidad diferente para cada persona
- Amor propio

Además, las actividades que más llamaron la atención del grupo, fueron:

- **“Estatuas”**: En primera instancia las “estatuas”, argumentando que era una forma creativa de poder expresar las afectividades en la sexualidad.
- **“Autorretrato”**: Y en segundo lugar el “Autorretrato”, explicando que dicha actividad posibilita un reconocimiento propio en diferentes ámbitos, permitiendo evaluar cuál es la percepción que tenemos de sí mismos.

La evaluación refleja cómo, el taller, se enfocó en una mirada individual a diferencia de los demás talleres, en donde se discutía y enfatizaba en todos los aspectos que tienen una influencia importante en la sexualidad. Sin embargo, en esta sesión se direccionó, hacia una exploración de lo que la sexualidad significa para cada individuo. Por ende, los aprendizajes que marcaron dicha sesión, fueron la relevancia del autoconocimiento, el autoconcepto y el peso que este tiene en la vivencia de la sexualidad, así como la valoración y amor que debe surgir de nosotros mismos, para poder compartir nuestra sexualidad con los otros. Por dicha razón, las actividades que más agradaron fueron las estatuas, ya que son medio de expresión creativa, para poner representar las afectividades que los identifica, así como el autorretrato, que dio pie, a un análisis más profundo de lo que es el propio ser.

Observaciones

1. Estatuas

- En la primera actividad, inicialmente se presentaron algunas dificultades para comprender con claridad las instrucciones, ya que se presentaron algunas dudas

con respecto al tema de las afectividades, por lo que fue importante realizar una explicación más detallada.

- Los tres subgrupos presentaron temáticas distintas y la participación de todas las personas del subgrupo fue activa.

2. Autorretrato y dibujo de significado propio de la sexualidad

- En ambas actividades, de igual manera, las instrucciones tomaron mayor cantidad de tiempo, por lo que, la utilización de ejemplo fue una herramienta de gran utilidad para la actividad.
- También, al ser dinámicas individuales, la concentración y focalización de cada participante fue importante.
- Mediante las expresiones artísticas, los participantes tuvieron la posibilidad de mostrar su personalidad y propias percepciones, por lo que, en los análisis posteriores a las actividades, algunos se mostraron anuentes a participar y compartir con los compañeros su trabajo y otros por lo contrario decidieron reservarlo para sí mismos.

Esta sesión, al ser el último taller, en el que se desarrollaban temáticas, era importante generar un espacio de reconocimiento propio, y de evaluación individual, en donde los participantes, manifestaran sus subjetividades, y su propio significado de la sexualidad. Debido a que, una vez, que los participantes han analizado los procesos colectivos, las creencias, la crianza, los roles de género, los factores físicos, la vivencia del erotismo, y demás. Era importante, brindar una sesión para diferenciarse como individuos, y reconocer su propia sexualidad.

Es interesante como en las actividades realizadas, inicialmente las instrucciones se presentaron con mayor dificultad que en las sesiones anteriores. Por lo que la facilitadora, tuvo que reforzarlas, y hacer uso de ejemplos para poder tener mayor claridad en ellas. Las dudas presentadas, se generaron a raíz de que, al hablar de emociones y afectividades, se plantean temáticas abstractas, además de ser actividades con mayor apertura y libertad de expresión, por

lo que, al inicio, se observaron algunas dificultades para realizarlas. Sin embargo, conforme transcurrió la sesión, los participantes lograron adaptarse y comprender en qué consistía la temática.

La utilización de la expresión artística, para reflejar las subjetividades, es una herramienta que se mostró de gran utilidad, ya que, establece una apertura para proyectar todo aquello con lo que los participantes se identifican, mostrando sus propias percepciones y significados.

En este taller, se observó un nivel de participación menor en comparación con los otros talleres, en donde algunos de los participantes preferían reservar sus dibujos, o percepciones para sí mismos. Mostrándose durante la sesión, una mayor conexión individual, más que con las intervenciones grupales. También se analizó, cómo el grupo utiliza un lenguaje más amplio al hacer referencia a temas en relación a la sexualidad. Un ejemplo de ello, es como se percibe un mayor manejo del tema del erotismo y la comprensión del término como tal. Evidenciándose los aprendizajes y nueva información que el grupo ha adquirido a través del proceso.

En síntesis, dicho taller, permitió cerrar con todos los componentes que se retomaron durante la metodología, y que forman parte de la sexualidad integral, de la cual se parte el trabajo. Utilizando actividades de mayor espontaneidad, e individualidad, con el fin de que cada participante lograba así reconocer, cuál era el significado que poseía acerca de su sexualidad, generando un espacio para hacer consciencia sobre sí mismos, y sobre sus propias vivencias.

Capítulo 3: Evaluación final

El presente capítulo, tiene como objetivo realizar una evaluación final de todo el proceso. Por lo que se presentan los resultados del taller final. Además de ello, una discusión que sintetiza y vincula todos los resultados y análisis desarrollados, en relación con el marco de referencia del cuál parte el trabajo. Enlazando todos aquellos aportes teóricos con los resultados de los talleres.

Taller 8: “Cierre del proceso”

Para finalizar, la metodología desarrollada, se llevó a cabo una sesión evaluativa, en donde se articularon las diferentes temáticas que componen la sexualidad integral en la adultez mayor, así como analizar cuáles son todos aquellos aspectos que deben tomarse en cuenta para una estrategia metodológica de Educación Popular para dicha temática. Además de ello, realizar el cierre del proceso con los participantes.

Actividad 1 “Recapitulación del proceso con fotografías”

En primera instancia se realizó un resumen y síntesis de todos los talleres desarrollados, mediante el uso de fotografías que se tomaron durante las sesiones, creando de esta manera una memoria histórica de lo que consistió el proceso. Dicha actividad fue direccionada por la facilitadora para introducir el taller.

Dicha actividad, permitió, realizar una síntesis y articulación de todos los procesos desarrollando, visualizando con los participantes los logros, y creaciones que se generaron a partir de cada taller. Hilando una temática con la otra, para una mayor comprensión del proceso continuo que los talleres poseían.

Actividad 2 “Manta de sexualidad integral en la adultez mayor”

Posteriormente, se creó una manta en conjunto, en donde se anotaron y representaron entre todos y todas, el significado de sexualidad integral, todos aquellos aspectos que lo componen y que forman parte de la experiencia.

La creación de dicha manta, posibilitó no solo la libre expresión y el aporte de cada uno de los participantes, sino también, visibilizar de forma simbólica y mediante un objeto concreto, el trabajo conjunto, y el aprendizaje y reconocimiento de cada uno de participantes durante el proceso, plasmándolo y reflejándolo mediante la creatividad y la elaboración de la manta.

Actividad 3 “Árbol del conocimiento”

En la tercera actividad, se realizó un árbol, en donde cada participante debía anotar en una hoja, aquellos aspectos necesarios que se deben considerar para trabajar una metodología de EP

en relación al tema de sexualidad integral y la adultez mayor, creando así un árbol de conocimiento. Dentro los principales puntos que se discutieron, fueron los siguientes:

1. **Dinámicas participativas:** Uno de los puntos que se consideraron de suma relevancia para trabajar en esta metodología, son las dinámicas participativas, en donde los participantes mencionaban como mediante estas técnicas, lograban sentirse parte de su propio aprendizaje, creando de esta manera nuevo conocimiento:

“No a mí me parece muy bonito la forma en qué usted lo hizo porque hay algo que a nosotros nos permitió cómo a los niños cuando las mamás le dicen “vayan al patio a jugar” y los niños no están preguntándoles “mamá lo estoy haciendo bien (¿)” no los chiquitos están jugando y a nosotros se nos permitió eso y eso me gustó” (W, señor 1).

“Crear el conocimiento” (MEM, señora 2).

También con respecto a este primer punto, se mencionaron la importancia de las actividades de discusión en donde se comparten experiencias e historias de vida:

“Es que cualquier tema que usted este narrando al final siempre va a tener que ver con la sexualidad integral y de eso usted va a sacar conocimiento (,) experiencia mientras todos aportan” (W, señor 1).

“Bueno yo primero puse primero contando experiencias (,) y después participación activa” (N, señora 5).

De igual manera, de la implementación de juegos y dinámicas recreativas que despierten el interés en los participantes y además que se potencien las habilidades cognitivas:

“Yo creo que es que con adultos mayores se pueden aplicar juegos de memoria como bingo o lotería” (El, señora 7).

2. **Indagar el nivel de conocimiento del grupo:** Otro factor considerado, fue el obtener inicialmente un panorama sobre las creencias y conocimiento que el grupo ya posee

acerca de la temática de sexualidad, buscando actividades como la lluvia de ideas, para lograr dicho cometido:

“Bueno hay muchas cosas pero entre ellas una lluvia de ideas porque de ahí se puede extraer más o menos que concepto pertenece a qué o que conceptos tienen que ver para poder uno arrancar con una base porque usted no puede llegar así de la nada” (MER, señora 4).

“Yo (..) eh yo iniciaría la charla también partiendo de la creencia y la información que tengan ellos respecto a la sexualidad para tener una idea global (..) de cómo arrancar el tema verdad (,) tomando en cuenta digamos la creencia de ellos” (G, señor 3).

3. **Conocer el contexto de los participantes:** Aunado a ello, los participantes mencionaron que además de tener una idea general sobre la información que el grupo tiene, también es de suma relevancia, indagar sobre el contexto y las condiciones de las personas con las que se trabajará, tomando en cuenta, factores como la religión, el nivel de escolaridad, la comunidad y demás:

“Eh Bueno yo siempre he pensado (,) que cuando uno va por primera vez a un grupo (,) hay que tomar en cuenta el contexto cultural con el que usted va a trabajar y para esto se puede hacer una pequeña encuesta (..) un tipo diagnóstico aunque sea para saber cómo puede llegarle mejor a esas personas porque no es lo mismo digamos tratar con un grupo de profesionales que tienen mucho conocimiento (,) mucho vocabulario muchas cosas (,) que por ejemplo usted vaya a dar esta charla al campo donde la gente sabe muchas cosas prácticas (,) y digamos de la vida diaria pero talvez para llegarles con un vocabulario diferente o la forma de enfocar el tema para que ellos lo aceptan más rápido” (MEM, señora 2).

4. **Empatía y escucha como base:** De igual manera, se consideró importante a destacar, que en el grupo se manifieste un ambiente tranquilo, en donde la escucha y la empatía sean las herramientas básicas para los talleres:

“Bueno yo no puse mucho, pero puse que para tener un grupo bien formalizado se ocupa mucha confianza con los compañeros” (V, señora 12).

“Sensibilidad (...) tratar bueno cómo usted lo ha hecho con sensibilidad” (J, señora 8).

El manejo del tema con respeto y claridad es otro componente indispensable para generar una dinámica agradable con los participantes:

“Yo puse trabajar los conceptos en forma correcta (,) utilizando los términos correctos sin preámbulos (,) sin temor (,) con claridad (,) con sencillez (,) con respeto (,) confianza y amor” (AI, señora 6).

La actividad del “Árbol de conocimiento”, brindó un espacio para retomar todos aquellos aspectos importantes que deben ser tomados en cuenta para trabajar en una estrategia metodológica de EP, enfocada en la sexualidad integral, y desde las visiones de los participantes. Es decir, el grupo planteó, lo que ellos consideran indispensable para dicho proyecto. Se presentó un alto grado de participación, y de opiniones distintas, por lo que se sintetizó en puntos diferentes a retomar.

En primer lugar, se discutió acerca del tipo de dinámicas, a realizar en donde, el grupo, enfatizó en las actividades participativas, debido a que, mediante ellas, logran sentirse activos y parte de su propio aprendizaje, creando nuevos conocimientos. Es por ello, que los espacios de discusión y plenaria grupal, fue otro de los factores que mencionaron con mayor peso para los talleres. Ya que, al compartir historias, experiencias, opiniones y creencias distintas, el enriquecimiento de las temáticas y de los aspectos a tratar, es de gran magnitud, creando así de forma colectiva, nueva información y resignificados distintos. De igual manera, comentaban sobre lo valioso de las técnicas en donde la diversión y el disfrute sean parte del aprendizaje, además de fortalecer las habilidades cognitivas, en pro de la salud y de un mayor bienestar. Es decir, las actividades realizadas, deben permitir el involucramiento de las personas en el espacio educativo, sin dejar de lado, el objetivo de muchos de los participantes, de entender que dicho espacio también representa un medio de ocio y de vínculos que fortalecer.

Otro de los puntos importantes para el desarrollo de esta metodología, es tener un panorama claro, acerca del nivel de conocimiento, del entendimiento y de lo que el grupo percibe como sexualidad. Es decir, los participantes rescatan actividades como la lluvia de ideas, realizadas al inicio del proceso, ya que es mediante esta, que la facilitadora visualiza las creencias y construcciones entorno a la sexualidad que el grupo posee. Por tanto, a partir de dicha información, se pueden establecer objetivos concretos, y evaluar cuáles son aquellas necesidades educativas que demanda el grupo. Aspecto, que plantea las bases de la EP, es decir, tomar como pilares del proceso, lo que los participantes expresan y manifiestan como temáticas o puntos a importantes a desarrollar.

Sin embargo, también se comentó acerca de que no solo es relevante conocer la información que el grupo posee en relación a las temáticas, sino también su contexto de vida y las condiciones que lo caracterizan. En otras palabras, tener una noción sobre las personas con las que se va a trabajar, la comunidad, el nivel de escolaridad, condiciones socioeconómicas, condiciones físicas, y demás. Entender con qué tipo de población se a desarrollar la metodología, para adaptarse y partir de las posibilidades y condiciones de los participantes. Priorizando sus necesidades educativas y vivenciales.

Por último, se planteó la empatía y la escucha activa, como otro de los pilares de peso para el desarrollo dicha metodología. Generando un ambiente de tranquilidad y comodidad para el grupo, y de esta forma permitir que el dialogo y la comunicación se manifiesta con respeto y con claridad, para poder profundizar en las discusiones y validar los aportes de cada persona. La sensibilidad y calor humano, son indudablemente factores, indispensable para abordar un tema como la sexualidad integral, en donde la diversidad, de la misma, se fundamente desde la escucha empática y la comprensión de los otros. Partiendo, además, de ser la tercera edad, una población que ha sido desvalidada en cuento a sexualidad se trata, por lo que la necesidad de dichos aspectos, reflejan los vacíos que a nivel social se han encontrado.

Actividad 4 “Evaluación escrita”

Posteriormente, se llevó a cabo una evaluación general de la metodología, de forma individual y escrita, esta se presentó de la siguiente manera:

1. ¿Cómo me sentí en este proceso?
2. ¿Qué le parecieron los temas tratados?
3. ¿Qué le parecieron los ejercicios que se hicieron?
4. ¿De los siguientes ejercicios cuáles fueron sus 3 preferidos?

Análisis de fotografía ()
 Lluvia de ideas ()
 Discusión en subgrupos y papeles ()
 Análisis de videos ()
 Siluetas de género ()
 Saquitos de la sabiduría ()
 Mesas de los sentidos ()
 Ejercicios de relajación ()
 Exposición de información teórica sobre transformaciones físicas ()
 Sociodrama ()
 Análisis de canción ()
 Espacios de discusión grupal ()
 Elaboración de manta ()
 Árbol de conocimientos ()

Después de este proceso, ¿para usted qué es sexualidad integral?

A partir de la evaluación se destacaron los siguientes resultados:

1. ¿Cómo me sentí en este proceso?

En general, los participantes mencionaron sentirse identificados, informados, con grandes aprendizajes, se divirtieron, cómodos, en un espacio de disfrute y con mayor claridad en conceptos. Algunos ejemplos de comentarios en la evaluación fueron:

“Me sentí bien informado, aprendimos y comentamos aspectos que normalmente no se comentan en otros espacios”.

“Fue demasiado enriquecedor en cuanto al conocimiento integral de la sexualidad y el papel primordial que tiene en la vida de las personas”

2. ¿Qué le parecieron los temas tratados?

En relación a los temas desarrollados, expresaron ser buenos temas, que despertaron interés y de los cuales generalmente no se habla. También que se sintieron involucrados con ellos, y que fueron novedosos y motivadores. Dentro de las respuestas comentaron:

“Muy interesantes y actualizados. A pesar de que como educadora he tenido a cargo abordarlos con mis estudiantes, el enfoque que se aplicó fue innovador”.

“Muy interesantes y muy poco tratados abiertamente en nuestra sociedad”.

3. ¿Qué le parecieron los ejercicios que se hicieron?

Con respecto a las actividades, comentaron ser buenos ejercicios, divertidos y que estos permitieron tener un concepto más amplio de lo que es la sexualidad. Además, de ser dinámicos y coherentes con el objetivo. De igual forma los describieron como relajantes, complementarios, educativos e incitaban a participar de forma abierta y con confianza en sí mismos, aprendiendo de las experiencias de otros compañeros. Como ejemplo de opiniones se encuentran:

“Muy dinámicos, nos motivaron a participar de forma abierta y muy seguros de sí mismos”.

“Uy demasiado excelente y muy relacionados con el objetivo del tema a tratar”.

4. Actividades favoritas:

Según las elecciones, las tres actividades que tuvieron mayor favoritismo en las evaluaciones de los participantes, fueron las siguientes:

- “Mesa de los sentidos”
- “Espacios de discusión grupal”

- “Sociodrama”

5. Después de este proceso, ¿para usted qué es sexualidad integral?

Finalmente, se visualizó el aprendizaje y las ideas que los participantes construyeron a raíz de la metodología de trabajo. Algunas de las respuestas planteadas, fueron las siguientes:

- *“Un sistema de ver la sexualidad como algo natural, sin morbosidad y eliminando mitos y creencias”.*
- *“Después de este taller tengo el concepto de que sexualidad es disfrute, placer, bienestar físico y emocional”.*
- *“Es la sana convivencia entre las personas de acuerdo a su forma de percibir el ambiente”.*
- *“La sexualidad integral es cuando yo como persona me siento involucrada con todo mi cuerpo, como pienso, siento, reacciono ante los estímulos externos”.*
- *“La sexualidad integral es un proceso ya que la sentimos y experimentamos en diferentes momentos y oportunidades. Se va dando poco a poco, de acuerdo al momento. E influye todo aquel placer que nos provoque los sentidos, las actitudes nuestras y con quienes lo compartimos”.*
- *“El conjunto de vivencias relacionadas con las diversas formas de interactuar entre las personas, que involucran las expresiones físicas y emocionales”.*

Posterior a la realización de la evaluación individual, se discutió a nivel grupal algunos puntos en relación a ella. Dentro de lo comunicado se encuentra:

1. **Relevancia del intercambio de ideas:** Se comentó acerca de lo valiosos y provechosos que fueron los espacios donde se dialogó y se compartieron las experiencias y se permitía la libertad de expresión en relación al tema de la sexualidad:

”El intercambio de ideas también (,) que cada uno tenía y cada uno expresaba verdad que usted decía y el otro y el otro (,) y el dialogo que había entre todos” (MEB, señora 3).

“Podernos expresar libremente” (C, señora 11).

Además, de la complementariedad que se desarrolló, al intercambiar las historias y conocimiento de los participantes en conjunto con la información que brindaba la facilitadora, creando nuevo conocimiento y enriqueciendo el aprendizaje:

“Otro aspecto Nela es que entiendo yo (...) eh digamos la experiencia usted la tiene más que todo teóricamente porque ha estudiado y ha leído (,) pero aquí se puede complementar con las ideas de nosotros que son vivencias (,) viene siendo como como escribir una receta y hacer el pan” (G, señor 3).

2. **Importancia de trabajar esta temática con la población joven:** También, se discutió sobre lo importante que la educación sexual, y específicamente, la sexualidad integral vivida en la etapa de la adultez mayor, sea información que las poblaciones menores puedan adquirir. Es decir, resultados como lo abordado en este proyecto, sean de gran provechosos para poder trabajar con otras poblaciones:

“Importante también porque en la charla de la mexicana (...) le estaba dando una charla a un grupo de jóvenes (,) entonces creo yo que todo esto árbol de ideas sirve también para trabajar con un grupo de jóvenes (..) obviamente hay que adaptar cómo dice ahí todo eh las condiciones para esa (,) para ese grupo para esa población” (MA, señor 2).

“Porque sí sigue siendo la sexualidad aunque nosotros lo hemos tomado la sexualidad en general (..) sigue siendo un poco tabú eh (..) que se trate ahora un poco más ve voz los problemas que hay para hacer ahora las guías sexuales para los colegios (,) ha sido todo un problema y no se pone de acuerdo porque eh es un entramiento (...) entonces no se le puede decir si ya saben un montón a los muchachos jóvenes hay que guiarlos

entonces para que esa sexualidad y que sepan totalmente (..) porque yo creo que en los jóvenes la sexualidad está enfocada en una cosa nada más (,) ah erotismo y coito y lamentablemente ahí hay un montón de consecuencias (...) entonces todo esto que es una integración de un montón de ideas eh serviría también para tratar también con ellos eh la sexualidad el tema de la sexualidad” (MA, señor 2).

3. **Adaptación de las actividades:** Por último, se comentó también sobre el impacto que tiene en el aprendizaje, la adaptación de las actividades según las necesidades del grupo, tomando el ritmo del mismo, y abriendo el panorama de respuestas y posibilidades que pueden surgir a partir de cada actividad:

“Sí que yo veo que usted planeaba las actividades, pero se adaptaba a nosotros (,) las dejaba libres y seguía la corriente a como la fuéramos llevando y eso fue muy interesante” (N, señora5).

Una vez realizado la evaluación grupal, se llevó cabo una evaluación escrita e individual, donde se buscaba conocer cómo fue la experiencia para cada participante, las actividades de mayor agrado y el aprendizaje que se llevó a cabo del proceso. Por tanto, dicha evaluación detalla en mayor medida, la percepción de cada una de las personas. Sin embargo, a nivel general, se puede analizar como la mayoría expresan sentirse conformes y a gusto en los talleres, destacando principalmente la posibilidad de poder dialogar algunas temáticas que han sido pasadas por alto, y que generalmente no se hablan.

Con respecto a los temas, comentaron sentirse motivados y con interés durante el proceso, aspecto, que refleja como los participantes se involucraron y comprometieron con la metodología. De igual manera, las actividades, las evaluaron de forma positiva, como técnicas valiosas, para enlazar las temáticas mediante la participación activa. Dentro de las tres que consideraron de mayor agrado, fueron, tres actividades que reflejan, los intereses de los participantes. Es decir, en primera instancia, “La mesa de los sentidos”, como una actividad vivencial y enfocada primordialmente desde el sentir, luego de ello los espacios de dialogo, lo cual confirman una vez, la necesidad de escucha y de habla que estas personas manifestaron a través de los talleres, y finalmente el “Sociodrama”, el cual fue una de las dinámicas que generó

mayor diversión y disfrute en los participantes. Por tanto, las tres elecciones, resumen, aquellas características que el grupo determina como importantes en una metodología de este tipo.

La visión de la sexualidad integral, se muestra mediante las conceptualizaciones elaboradas por los participantes, y en donde por medio de los ejemplos se logra analizar, como la sexualidad es vista desde la integralidad de diversos factores, la vinculación e interrelación que se presenta ante ellos, y describiendo la sexualidad como un fenómeno amplio y diverso. Y en donde la enfatizan como un proceso nutrido de la interacción y entendimiento personal.

Finalmente se retoman nuevamente, algunos puntos a tomar en cuenta, expresados a través de comentarios de los participantes. Como lo es la validez que tiene el intercambio de ideas, sin embargo, en esta ocasión lo destacan como el intercambio que se da entre la facilitadora mediante la guía, y la información que brinda al proceso, en complementación con los conocimientos y experiencias que cada persona aportaba. Por ello, se destaca dichos espacios, como las oportunidades para generar nueva información y aprendizajes.

De igual manera, se menciona la relevancia de poder transmitir todos estos conocimientos a poblaciones menores, y en donde se puede destacar la sexualidad en todas las etapas de la vida, educando a las nuevas generaciones, como un derecho humano, la vivencia de la sexualidad en las diferentes edades. Por último, la adaptación de las actividades como bien se mencionó anteriormente, en donde asumir el ritmo del grupo y de las personas que participan, permite generar un panorama amplio de posibilidades y de acercamiento al tema.

Actividad 5 “Plan de futuras acciones para validar la vivencia de la sexualidad integral en personas adultas mayores”

Descripción

Luego de la evaluación, se estableció un espacio para replantearse nivel grupal, de qué manera todo lo construido, desarrollado y aprendido a través de esta metodología, podría proyectarse en otros lugares, es decir, de qué forma se podría llevar a la acción todo el conocimiento adquirido, buscando visibilizar una temática de tal magnitud, la cual se percibe con altos niveles de invisibilización a nivel social.

Resultados

Dentro de los aspectos discutidos, se plantearon los siguientes:

- 1. Visualización del término de sexualidad:** En primera instancia, los participantes argumentan, como es de suma relevancia resignificar la terminología, y lo que nivel social se entiende por sexualidad, principalmente haciendo referencia a poblaciones menores:

“Es que eso era lo que iba a decir yo (..) que el problema de la sexualidad ahorita no es que los padres se lo explican a los hijos (,) es que los hijos tienen teléfono y lo que ellos con lo que se están supuestamente disque educando sexualmente es con pura pornografía (,) porque muchos papás todavía en las casa y en este siglo que estamos no sientan a los hijos y no les hablan cómo es de hablarles con las palabras correctas (..) sino que lo que hacen ellos es que a través del teléfono se guían” (MEB, señora 4).

Es decir, los participantes expresan como desde la educación en la familia, y las instituciones, se determina la visión de la sexualidad, vista esta como un proceso inherente y natural en la convivencia humana:

“A los niños se les debe permitir que jueguen los dos sexos y que compartan (,) ya si ellos quieren experimentar (,) por ejemplo para los niños ver a las niñas desnudas en el baño y las niñas ver a las niñas desnudas eso no los va (,) después no los atrae ningún playboy ni ninguna pornografía” (W, señor 1).

También mencionan, como partir del aprendizaje y visión que a través de la metodología han desarrollado, poseen herramientas para poder expandir dichos conocimientos y compartirlos con otras personas:

“Con la convivencia con la gente uno puede tener una opinión diferente en el convivio” (N, señora 5).

“Ya se puede ser más abierto para hablar” (MEB, señora 4).

- 2. Seguimiento del proyecto:** El otro factor que plantearon como posibilidad de trascender la temática y de llevar a la praxis el proceso educativo que se realizó, fue posibilidad de poder compartir en otros espacios y la comunidad dicho trabajo. En primera instancia, se mencionó la idea de poder dar continuidad a la metodología dentro del programa de Acción Social perteneciente a la universidad, con el fin de que más personas puedan ser partícipes de dicha experiencia:

“Si este yo desde el principio eh tenido esa inquietud cómo nosotros somos cercanos en Acción Social (,) ellos son muy abiertos verdad los profesores y (...) entonces talvez de parte nuestra hacer comentarios favorables con respecto a lo que hemos recibido aquí de todo el aporte para nuestra personal y por ejemplo con quién está al frente verdad” (ME, señora 1).

De igual manera, se planteó la idea de generar espacios en la comunidad, con el apoyo de entes institucionales que permitan potenciar y fortalecer dicho proyecto:

“Dentro de ese concepto que tenés que creo que ahí apuntaste algo que no lo dijiste pero que es Educación Popular (,) podría uno (..) la municipalidad ha tomado también ha tomado parte o ha sido participe del cambio generacional y conceptual de lo que es eh el género (...) porque (...) creo que San Ramón o la Municipalidad de San Ramón (,) San Ramón y todos los ramonenses es un pueblo eh abierto (...) integrador de los gustos sexuales” (MA, señor 2).

“Entonces podría ser que incluso en esta feria cultural (...) quién quita tener un espacio ahí eh desde ese punto de vista (...) desde esa partida tener bueno eh taller de sexualidad para el pueblo verdad (,) podría empezar ahí a generar” (MA, señor 2).

Luego de evaluar toda la metodología de trabajo, se dio espacio para replantear otra de las bases que compete a la EP, es decir, analizar a nivel grupal, de qué manera todo lo trabajado y aprendido puede trascender más allá de los talleres, De qué forma puede llevarse a la acción

todas las discusiones y conclusiones que grupo se llegó. Por esta razón se plantearon dos puntos de partida.

En primer lugar, la mayoría de los participantes, rescatan la necesidad de compartir conocimientos, visiones y perspectivas, con el fin de fomentar una conceptualización de sexualidad integral, dando un resignificado, a todas esas construcciones, que se han desarrollado tanto en generaciones jóvenes, en donde el exceso de información, cosifica la sexualidad y la comercializa, así como las generaciones mayores o de la tercera edad, en donde la prohibición era el principal fundamento. Por tanto, se propone, la posibilidad de dialogo, como un camino, hacia la expansión de una perspectiva amplia e integradora de la sexualidad.

Estos canales de comunicación, se plantean desde entes de peso, como la familia o la educación. Analizando así, la coyuntura actual en nuestro país, en donde los espacios de educación sexual, están presentando una serie de desafíos con la población costarricense para poderse desarrollar. Por ello, los participantes, se asumen así mismos, como entes proveedores de información, al sentirse capacitados y con herramientas necesarias, para poder iniciar estas vías de comunicación.

El otro factor, que consideraron como un medio para continuar validando la sexualidad en la adultez mayor, es dando una continuidad a dicho proceso. Algunos comentaban la posibilidad de seguir con el proyecto dentro del programa de la universidad, con el fin de que otras personas tengan la oportunidad de vivir dicha experiencia. Así como, compartir estos espacios en la comunidad, buscando entes institucionales, que brinden el apoyo necesario para dar apertura a una temática que pasa desapercibida.

A grandes rasgos, se puede decir, que un espacio metodológico como el llevado a cabo, en donde el cuestionamiento de la realidad, y la visualización de una sexualidad integral, brinda a los participantes la capacidad de poder accionar a partir de la adquisición de nuevas herramientas, desde el dialogo cotidiano, hasta la expansión de un proyecto que puede ser beneficiario para diversas poblaciones, y en cuál se puede generar aún más conocimiento.

Actividad 6 “Saquitos de la sabiduría”

Descripción

Con el fin de finalizar el taller, y realizar un cierre de todo el proceso. Se retomó la actividad de los “Saquitos de la sabiduría” que se llevó a cabo, en la primera sesión diagnóstica y en donde cada participante debía anotar y comunicar con el grupo, aquello que cargaba en su saquito de sabiduría, y que traía para compartir en dicho espacio. Por tanto, como cierre, cada persona debía ahora expresar, aquello que se lleva y que adjunta a ese conocimiento que traía consigo.

Resultados

Los participantes externaron con el grupo todo aquello que se llevaban del proceso, y dentro las respuestas, concluyeron diciendo los siguientes factores:

1. **Disfrute y diversión:** En primera instancia, se mencionó el disfrute y la diversión, que vivenció a través de la participación en dicha metodología:
 - *“Eh yo me llevo también mucho enriquecimiento eh y disfrute (,) la disposición a que a que la vida de adultez de mayoría de edad es al contrario es cuando más a plenitud esta uno sexualmente” (ME, señora 1).*
2. **Vínculos y calor humano:** También, todos aquellos vínculo, amistades y calor humano que se compartió mediante cada taller:
 - *“Bueno yo había puesto experiencia y amistad y efectivamente eso me llevo (,) más experiencia (,) un conocimiento amplísimo de lo que es la sexualidad y la amistad y una nueva amistad más fortalecida” (MA, señor 2).*
 - *“Mucho conocimiento y mucho calor humano (,) mucho agradecimiento a usted porque sé que va a llegar muy alto” (J, señora 8).*
3. **Nuevo conocimiento:** Por último, algunos expresaron llevarse una nueva perspectiva y aprendizaje en relación al tema de sexualidad:

- *Yo me llevo una visión muy muy amplia de lo que es la sexualidad integral mucha nueva información (,) pudimos también compartir y ver cómo es cada persona con respecto a este tema (,) analizarlos y observarlos cómo son con respecto al tema y todo me pareció excelente (AI, señora 6).*
- *“Yo me llevo mucho conocimiento (,) ideas concretas y me llevo una (...) cómo le explico cómo una alegría (,) de qué jamás me imaginé como era la experiencia este taller y luego la amabilidad y la atención con que usted nos trató” (C, señora 11).*
- *“Yo una concepción muy amplia de lo que es educación sexual (,) el panorama se le abre a uno totalmente ya no piensa igual en una idea o en un significado muy reducido (...) realmente se abre el paraguas sobre la idea de la sexualidad” (G, señor 3).*
- *“Vea Nelita yo me anoté según yo pa ayudarla a usted (risas) y yo al final verdad el conocimiento que me llevo porque (,) yo no tenía tanto conocimiento y sale uno afiladitico (risas) usted fue la que me ayudo a mí muchas gracias” (V, señora 12).*
- *Bueno yo sinceramente venia así como para ver qué (,) cómo era el tema y en realidad porque yo me llevo la confirmación de lo que yo siempre he tenido en mi mente (,) y es que siempre he sido una persona en ese aspecto muy abierta con mis hijos (,) en mi hogar (,) con mi esposo eh con mis amigos con cualquier compañero (..) siempre que se toca ese tema yo siempre (,) entonces yo vine a reafirmar aquí lo que yo siempre he creído que la sexualidad es algo desde que nacemos hasta que morimos (,) no hay nada que nos impida ser felices o sexuales (...) y también bueno digamos que ampliar un poco más la visión de la sexualidad y el compartir aquí con los compañeros (,) y a usted darle las gracias porque algo que me gustó mucho de su persona y le voy a decir de frente es que a pesar de ser una persona joven tiene una forma muy bonita de interactuar usted brinda esa como le digo (...) esa forma de poder llegarle a*

las personas (,) confianza para uno sentirse bien y poderse abrir” (MEB, señora 3).

Discusión general

Sexualidad

A modo de síntesis del proceso, es importante analizar todos aquellos factores que emergieron a través de los resultados, y como estos, se vinculan, complementan o difieren de los aspectos teóricos de la cuál parte dicha investigación. Mediante las descripción y análisis de los talleres, se pudo evidenciar como el fenómeno de la sexualidad integral, en esta población, desata una serie de particularidades y componentes que permiten poder acercarse a la adultez mayor, y establecer parámetros para el abordaje y desarrollo de un tema como la sexualidad.

En primera instancia, es importante considerar, como la sexualidad integral se caracteriza como, un fenómeno que contempla distintas aristas. Como bien lo plantean Salas y Campos (2002), la sexualidad se manifiesta a través del sexo del individuo, haciendo referencia a los aspectos de índole biológico, hormonales, bioquímicos, anatómicos y reproductivos; también, con el conocimiento del propio cuerpo, de los órganos genitales, cómo funcionan y el placer que se deriva de ellos; además, como el erotismo tiene que ver con la capacidad para experimentar placer y satisfacción, y que el placer no se restringe solo en lo que se derive de lo genital, y de igual manera todos aquellos procesos socioculturales de construcción de masculinidad y feminidad. Dicha visión, se complementó en los primeros talleres con la percepción y significado que el grupo manifestó sobre la sexualidad. Es decir, se tomaron en cuenta diversos factores, que permitieron establecer la línea base del trabajo, y profundizar en la integralidad de la cual se pretendía trabajar.

Uno de los temas, que resaltaron durante los talleres, es la comprensión del proceso de crianza y aprendizaje que estas generaciones vivenciaron. Ya que la comprensión de ello, posibilita empatizar con sus percepciones, creencias y experiencias en relación a la sexualidad. Entender como es una población, fue direccionada hacia una sexualidad prohibida, y negada, por lo que define la construcción de creencias en torno a la sexualidad que dichos individuos han establecido a través de su historia vida. Dicho punto, establece un aspecto de suma

relevancia para el acercamiento a esta población. En donde se puede analizar, como en diversas investigaciones, se trabaja en función de los mitos y creencias, pero se deja lado, la raíz de esta conceptualización asumida por la mayoría de las personas en edades avanzadas. Es interesante, como al compartir vivencias en relación a su aprendizaje, se genera la posibilidad de concluir a nivel grupal, como todos (as), experimentaron situaciones similares y, por ende, se visualiza como es una característica generacional. Es decir, se toma consciencia y perspectiva crítica de su propio proceso de crianza.

El género, es un factor que se manifiesta, a través de toda la metodología, siendo congruente, a trabajos previos en donde la masculinidad y feminidad, se presentan como determinantes claves para los comportamientos y experiencias de la sexualidad en cada individuo. Como bien, se confirma en la investigación realizada por Campos, Morales y Chinchilla (2005), y en el trabajo final de graduación desarrollado por Gutiérrez y Ramírez, (2007). Sin embargo, en esta experiencia, se puede analizar, como el género, es un factor sociocultural asumido desde la infancia, hasta la adultez mayor, es decir, este se presenta a través de todo el ciclo vital. La diferencia está, en que, en etapas como la tercera edad, las construcciones sociales en relación al género se transforman, y se manifiestan de forma distinta. Adaptándose a las creencias generalizadas vinculadas a la de la adultez mayor. Como ejemplo de ello, se evidencia, temas como la disfunción eréctil en los hombres, el cual representa un peso significativo en la masculinidad, así como situaciones en los procesos menopáusicos y demás.

Por tanto, la vivencia de la sexualidad en esta población, no solo se define a partir de las ideologías de género, sino también, por la influencia de todas aquellas creencias sociales en relación al tema. Como bien lo establece Garita (2004), al mencionar como los mitos, las actitudes negativas y las falsas creencias que se tejen y surgen de manera en torno a la sexualidad en la vejez, se constituyen como elementos, que sumados a las abstracciones sexualidad-culpa-prohibición, sexualidad-reproducción, sexualidad-genitalidad, así como a vejez-enfermedad o juventud-sexualidad, emergen una serie de síntomas ante la persistente tendencia sociocultural de negación masiva y descalificación. Es decir, que se muestra como una generación que desde su infancia ha crecido y percibido la sexualidad como un fenómeno prohibido, desde una ideología generalizada, hasta la descalificación que se presenta a nivel social en relación a la adultez mayor.

A partir de ello, Murgiere (2011), establece que existen representaciones sociales que afectan a la sociedad y al propio individuo conformando la “profecía que se autocumple”, cuando se convence de que el erotismo y la sexualidad son limitadas en su vivencia. En otras palabras, la visión generalizada de una adultez mayor, exenta de la sexualidad, se manifiesta como un factor de peso en la vivencia de estas personas, influyendo e impactando de forma directa, su experiencia de vida.

Por su parte, uno de los puntos de gran relevancia y profundización durante los talleres, fue la percepción que los participantes tenían en relación a ideologías religiosas. Describiéndolas, como entes que movilizan y establecen pautas a seguir, en función de la sexualidad. Lo interesante, de este resultado, es cómo los estudios previos realizados, en Costa Rica, y específicamente en la zona de Occidente, como lo fue el TFG desarrollado por Campos, Morales y Chinchilla (2005), al igual que la investigación de Gutiérrez y Ramírez (2007), mostraron de igual manera conclusiones afines al tema de la religiosidad. Planteando como este es un componente determinante en la visión y vivencia de la sexualidad de las personas adultas mayores con las que se trabajó.

Sin embargo, en esta experiencia, la temática, se discutió desde una óptica crítica, a diferencia de dichas investigaciones, en donde los ideales religiosos formaban parte de las creencias base de los participantes. A pesar de emerger la temática desde ópticas distintas, es importante analizar como, por tanto, las ideologías religiosas, se presentan como un aspecto influyente en las percepciones y estilo de vida de esta población. Además, es importante considerar, que estos resultados se caracterizan por presentarse en un contexto costarricense, y específicamente en la zona de Occidente.

El tema de los derechos humanos y específicamente de derechos como la vivencia de la sexualidad, es un factor que debe reforzarse y visibilizarse con mayor profundidad. Ya que los diferentes antecedentes, así como la experiencia en esta metodología, refleja el vacío y la desinformación que la misma población posee acerca de su derecho a una vida sexual activa.

Por tanto, a partir de estos puntos, se analiza, como según lo planteado por Garita (2004), la sexualidad en el envejecimiento no es únicamente el resultado de cambios fisiológicos, sino, es especialmente el resultado de la afluencia de factores históricos, personales, socioculturales,

ideológicos, psicológicos, simbólicos, de género, inconscientes, y demás. Y, por tanto, al tomar los participantes consciencia de ello, se permite generar una resignificación, en relación a dicho aspecto, abriendo el abanico de posibilidades y la apertura a una visión integral y amplia de la sexualidad.

Por ello, el erotismo y el placer fue un aspecto que se rescató de forma significativa durante el proceso. Vinculándose dicho tema a lo planteado por Salas y Campos (2002). En donde, enfatizan que la sexualidad humana tiene que ver con la capacidad que se posee para sentir, experimentar, expresar y compartir placer y afecto. Factores, que fueron vivenciados y compartidos en los talleres. Es decir, los participantes reflejaron como el disfrute y el placer es una experiencia que se traslada a todos los ámbitos, es decir que se hace parte de un estilo de vida, por lo que, su vivencia contempla una gama de posibilidades.

Sin embargo, se afirma como el autoerotismo forma parte de esta vivencia de la sexualidad, donde no solo en la interacción con el otro, siendo una fuente de sensaciones placenteras que integran su autoimagen (González, 1994; Salas y Campos, 2002). Dicho aspecto, se profundizó a través de la relevancia del autoconocimiento, estableciendo como el disfrute y el erotismo, parte inicialmente de un reconocimiento propio, para luego ser compartido y experimentado con otros. La propia valoración, genera una influencia directa en la vivencia del disfrute y placer en la sexualidad.

De ahí también, la relevancia de las afectividades y emociones que forman parte de la sexualidad. Como ejemplo de ello, se evidencia la transformación y el peso que dichas afectividades poseen en la adultez mayor, como Gutiérrez y Ramírez (2007) hallaron en su trabajo, en donde se destaca, como en esta etapa de la vida, se incrementa la proximidad, siendo el afecto, la comprensión y el cariño el primer plano, quedando la sexualidad coital en un segundo plano. Y qué, bien dicha transformación se puede asociar con un tema de compensación, ya que esta se dirige a la recuperación y mantenimiento del nivel funcional o del estatus bio-psico-social vigente, refiriéndose al envejecimiento exitoso como un balance positivo entre ganancias y pérdidas a medida que las personas se van haciendo mayores, predominando las primeras frente a las segundas. Baltes y Baltes (1989) cit. por Izquierdo (2005). Es decir, que a pesar de las condiciones físicas o de salud, pueden variar en algunas personas en la tercera edad, también se obtienen nuevas percepciones y experiencias, como la

fortaleza en la emotividad y conexión que se puede vivenciar en la sexualidad en esta etapa de la vida. Incluso se replantea, como la sexualidad en esta etapa, se disfruta y vivencia desde un plano distinto, ya que es en donde mayor experiencia se tiene y menor cantidad de responsabilidades.

De igual manera, en este proceso se destaca como, las temáticas de pareja, en relación a la rutina o a los cambios en la relación, se muestran como un aspecto recurrente y de importancia para el grupo. A diferencia, de otros estudios en donde los aspectos de pareja, no representan mayor peso. Por lo que, se considera un punto relevante a profundizar, indagando como a nivel de pareja las experiencias se transforman y vivencia desde lugares y ópticas distintas.

Sin embargo, a pesar de considerar al “otro” como un factor determinante en la vida sexual, también, se dio lugar no solo a la importancia del autoerotismo, sino también, el significado propio de la sexualidad. Aquello que identifica a cada ser, y todo lo que conforma y construye la propia sexualidad. Entendiendo, como mediante la influencia sociocultural y la historia de vida, cada individuo establece un significado propio de la sexualidad.

Finalmente, en el ámbito de la sexualidad, surge un aspecto latente en el grupo, reflejando una problemática o desafío que enfrenta la población adulta mayor. Expresando como las diferencias generacionales, en cuanto a percepción de la sexualidad, se presentan como un puente divisor, que limita la comunicación y el diálogo en un tema de sumo interés como lo es la sexualidad. Manifestándose un vacío y desconocimiento de las nuevas ideologías, y las percepciones y creencias que generaciones menores experimentan a través de su sexualidad. Por lo que se considera, el valor que tienen estos espacios de discusión, en donde la escucha, y el diálogo, promueven una sensibilización y empatía, con creencias diversas que se manifiestan.

Metodología

Con respecto a los aspectos metodológicos del proceso, se puede analizar como a través de los talleres, los participantes asumieron un rol activo, y se posicionaron como agentes proveedores de saber. Dicho factor, plantea una visión de educación, de la cual Freire (1967), describe como una forma de transformar el mundo, a través de la conciencia crítica, a partir de una sociedad en transición, que se contradice y cambia. El grupo se caracterizó, por una visión

crítica y deconstructiva de su propia realidad, permitiendo, de esta manera a través de experiencias y el trabajo conjunto con la facilitadora, generar y crear nuevos saberes y aportes.

Dicho aspecto, evidencia la esencia y pilares básicos de la EP y la IAP, en donde no solamente es un trabajo de investigación, sino también un trabajo auténticamente educativo, en el cual los grupos participan en la producción de conocimientos concretos, dentro del contexto socio-económico y cultural en el que están envueltos (De Schutter y Yopo, 1982).

Por tanto, los temas profundizados y la metodología desarrollada, parte de las necesidades educativas que los participantes manifiesten, y de esta manera poder ajustarse al ritmo que el grupo lleve en relación a su aprendizaje. Es interesante como al establecer un plan tentativo, sujeto a modificaciones, evidenció, el desarrollo del proceso. Ya que a pesar de congeniar con la línea que se pretendía trabajar, también se presentaron diferencias que hicieron particular esta metodología. Como ejemplo de ello, las teorías e investigaciones previas, planteaban que el tema de familia era un punto que debía profundizarse y retomar en esta experiencia, sin embargo, en los participantes a pesar de sur un aspecto que se retomó y discutió en algunas actividades, no se reflejó como un tema de peso y de mayor interés en el grupo. Además, como las actividades planeadas, en algunas ocasiones tomaban direcciones distintas, apuntando a resultados inesperados a lo planificado con anterioridad. Por lo que comprender cuáles son las líneas latentes de los participantes, permite adaptar el proceso a su ritmo.

Por otro lado, retomando, la conceptualización de adultez mayor que la OMS establece, en donde se busca romper la imagen pasiva y patológica del proceso de envejecimiento potenciando su tiempo libre, vinculándolo a la participación e integración social, así como al disfrute personal de la cultura, favoreciendo así sus relaciones sociales y el bienestar personal (Villar, 2005; Montoya, 2006). Dicha metodología refleja como los vínculos, la recreación y las relaciones sociales, representan un factor determinante en el aprendizaje y en los intereses que estas personas poseen. Por ello los espacios educativos ejemplifican una de las formas para apoyar dichos factores, además de contribuir a la adaptación de los cambios propios de la edad, ya que es una vía para informarse, conocerse, intercambiar saberes, hacer contacto con las transformaciones propias y de otros, hacer planes, trazarse metas, plantearse objetivos, construir y modificar el proyecto de vida sobre la base de la realidad; crear, innovar, aportar (Arraga y Montiel, 2013).

En cuanto a las actividades, es de suma relevancia mencionar como los espacios de diálogo y discusión, fueron herramientas imprescindibles en el desarrollo de la metodología. Como bien se establece en la EP, en donde la educación es visualizada como un espacio crítico, cuestionador y transformador de la realidad. Además, se reconoce el diálogo y la comunicación horizontal en el proceso de aprendizaje (Sánchez, Pérez, Alfonso, Castro, Sánchez Van der Stuyft y Kourí, 2010). Es decir, las capacidades críticas del grupo, y el desarrollo de plenarias grupales, favorecieron el proceso, permitiendo la generación de nuevos conocimientos. Sin embargo, a través de los talleres, se evidenció, como dichas discusiones, se complementaban en gran medida, con aquellas actividades que brindaran nueva información y aportes teóricos que enriquecieran el aprendizaje de los participantes. Aunado a ello, se destacan también las actividades que posibilitaran una experiencia directa y vivencial con la sexualidad, en donde el cuerpo y el reconocimiento propio complementarían un aprendizaje integral.

De igual manera, el entendimiento y acercamiento a la población con la que se va a trabajar, facilita la adaptación de la metodología, y el ajuste en las necesidades del grupo. Además, de esta forma se comprende su dinámica y manejo del proceso de aprendizaje. En este caso, entender el contexto de vida, de los participantes permitió, establecer parámetros de trabajo. Ya que, al caracterizarse los participantes por tener un alto grado de escolaridad, y pertenecer a un programa institucionalizado, posibilitó el desarrollo de actividades en donde la escritura y la evaluación constante fueran desarrolladas. De igual manera, al ser un grupo que ya se conocían y compartían otros espacios dentro del programa, generó un ambiente cómodo y de fortalecimiento de vínculos durante los talleres.

Uno de los puntos medulares en esta metodología, fue el trabajo en conjunto entre hombres y mujeres. Ya que, la mayoría de investigaciones y trabajos previos, desarrollaron las experiencias con poblaciones homogéneas, es decir con un grupo de hombre o de mujeres. En este caso, al llevarlo a cabo de forma mixta, se expandió el panorama de discusión, permitiendo poner sobre la mesa, las diferentes visiones tanto de los hombres como de las mujeres, generando un acercamiento con el otro género, y, por tanto, enriqueciendo el aprendizaje.

En congruencia con el trabajo desarrollado por Herrea (2005), la evaluación permanente a lo largo del trabajo, permitió ir replanteando las estrategias a seguir y los cambios que se dan en el transcurso de la experiencia. Es decir, la evaluación se presenta como una herramienta,

que posibilita guiar el proceso, dando así una voz participe a las personas en la construcción metodológica.

Además de ello, con base a estas evaluaciones y las discusiones grupales, el grupo manifestó la importancia de los espacios de diálogo, y de tener la oportunidad de comunicarse y expresar acerca de una temática que ha pasado desapercibida a nivel social. Por lo que se refleja, cómo dicho espacio educativo, representa, un lugar para la transformación y la escucha de una situación que está siendo invisibilizada.

Por ello, se puede analizar, como según el planteamiento de Freire (1967), en donde establece la educación como práctica para la libertad, ya que esta busca la creatividad frente a los esquemas repetitivos. Se puede evidenciar, como los participantes, se perciben a sí mismos, como agentes de cambio, mediante la adquisición de herramientas, y conocimiento que les permite accionar frente una sociedad, que desconoce un derecho como lo es la sexualidad en la adultez mayor.

Por lo que, se replantea la importancia no solo de espacios educativos con personas de la tercera edad sino, también, con la educación que las nuevas generaciones pueden tener al respecto. Como bien lo menciona Garita (2004), argumentando que en la actualidad existe una inmensa preocupación por “educar” a las nuevas generaciones en temas de sexualidad, pero en lo relacionado con sexualidad y vejez, el diálogo se encuentra ausente. De esta forma, si desde los más diversos ámbitos se tienden a rechazar, temer, negar, hacer burla y caricaturizar la sexualidad en el proceso del envejecer, quienes se encuentran en la vejez o cerca de ella, no encuentran más camino que plegarse consciente o inconscientemente a lo esperado desde la dinámica sociocultural, bajo la existencia de múltiples y particulares signos defensivos, como lo son las respuestas fisiológicas, como desencadenantes (Garita, 2004). Es decir, ejercer cambios, y resignificar la vivencia de la sexualidad en la adultez mayor, es un tema no solo de derechos, sino también de salud, en donde una resignificación y validación de la sexualidad en esta población, implica la búsqueda de un mayor bienestar.

En síntesis, se analiza como la adultez mayor ha sido construida desde una visión mitificada, y descalificada que, por tanto, debe partir de una concepción crítica, inclusiva y política. Por lo que un tema como la sexualidad en la adultez mayor, se ha construido con base

a esa negación, y desacreditación que nivel social se ha fortalecido. Por ende, planteándose una visión de sexualidad integral, se promueve una apertura a una concepción más amplia de lo que implica este proceso en los seres humanos. Siendo el enfoque de EP, un espacio que posibilita una intervención que incluye la dimensión humana, física, sociológica, de creencia, social, político-ideológica y cultural de las personas por medio de un proceso de participación social. Promueve la adecuación ética, teórica y pedagógica del trabajo, demostrando ser una importante herramienta para la promoción de la salud y el diálogo de género entre hombres y mujeres. Además, planteándose la IAP como un medio para la evaluación y desarrollo de la estrategia, de una forma participativa

Capítulo 4: Conclusiones y Recomendaciones

Finalmente, a partir de todos los resultados obtenidos a través de los talleres, y el análisis realizado en función a ello, se concluye que los aspectos que deben considerarse en una estrategia metodológica de EP para abordar la temática de sexualidad integral, en una población adulta mayor son los siguientes:

Conclusiones

Sexualidad

- En primera instancia, en relación al tema de sexualidad, el grupo de participantes plantearon una base inicial sobre sus conocimientos, creencias y significados. En dicha experiencia, se manifestó una visión más allá de la reproducción, es decir, una sexualidad enfocada en la capacidad de sentir, experimentar, expresar y compartir placer y afecto. Generando un bagaje amplio para desarrollar.
- Al trabajar con población adulta mayor, es importante comprender el proceso de crianza, y de aprendizaje en relación a la visión de sexualidad. Al ser una generación, instruida desde una concepción de sexualidad, prohibitiva, culpabilizante, y desinformada. Situación que impacta, por tanto, en la vivencia y percepción que dichas personas poseen en la actualidad.

- Por tanto, es una población que ha experimentado en general una sexualidad anulada, desde su experiencia en la niñez y adolescencia donde esta era sinónimo de prohibición. Así como la llegada, a la tercera edad en donde la invisibilización social del tema, es un descalificador inmediato de la misma.
- Las creencias religiosas, son un factor determinante a considerar para abordar dicha temática. En esta experiencia, los participantes desde una óptica crítica, plantean la influencia de las ideologías religiosas como agentes de peso para la construcción social del concepto de sexualidad. Siendo estas, fuentes de gran impacto en la vivencia de las colectividades, ya que establecen pautas a seguir y normativas en la convivencia.
- Es importante visualizar los roles de género como un factor presente, en todo el ciclo vital ya que este es un determinante para marcar una serie de normas, que encasillan, las conductas que se rigen a partir del sexo de las personas. Desde la crianza, en donde, la desinformación total en el caso de las mujeres o la exposición directa con el acto coital en los hombres eran las principales vías de aprendizaje.
- Sin embargo, estos roles se transforman, o intensifican, según el sexo y la edad. En los hombres, existe un peso significativo en el tema de la “funcionalidad”, asociado no solo a la etapa de la tercera edad, sino también a una creencia de rendimiento en el campo sexual, donde factores como la disfunción eréctil es una preocupación importante en dicho género. Los hombres expresan una sexualidad individualizada, con mayor enfoque en lo físico y el acto coital. Las mujeres, una sexualidad que contempla al “otro”, y mayoritariamente enfocada en las transformaciones psicológicas y emocionales.
- El derecho a la vivencia de la sexualidad en la adultez mayor, es un derecho con escaso reconocimiento a nivel social, por lo que, la misma población, desconoce la información al respecto. Es decir, establecerlo como la base para el desarrollo de la metodología, permite partir de un criterio político y de derechos humanos.
- El análisis sobre la percepción de la adultez mayor, posibilita, identificar aquellas concepciones que se presentan como limitante para las experiencias sexuales en dicha etapa, como lo es, la asociación de la tercera edad con enfermedad, y, por tanto, como

un impedimento para el disfrute y la expresión de la sexualidad. Al igual que la creencia, de dicha etapa como homogénea, en donde la diversidad existente entre edades y cambios, evidencia como en una misma etapa se establecen parámetros diferentes para su abordaje y vivencia.

- La identificación de las construcciones sociales, prejuicios, mitos, y creencias alrededor del tema de la sexualidad en edades avanzadas permite, comprender como estas establecen una serie de pautas a seguir, las cuales influyen de manera directa en la vivencia de la sexualidad de estas personas, en una especie de “Profecía autocumplida”.
- El cuestionamiento y análisis de las percepciones sociales en relación a la sexualidad en la tercera, da apertura a generar nuevas perspectivas y resignificar dicho tema. En este caso, planteándose la experiencia de la sexualidad en la adultez mayor, como una etapa de mayor tranquilidad, libre de responsabilidades, con mayor experiencia y mayor conexión emocional.
- La temática de pareja, es un componente de gran interés, identificando las transformaciones y situaciones que suceden a través de ella. Considerando aspectos como la rutina en la cotidianidad, o bien la comparación, en donde en edades menores se experimenta principalmente desde un plano físico, en relación a edades avanzadas, en donde se disfruta desde una mayor conexión, siendo las afectividades los pilares básicos para la vida sexual.
- Al basarse en una concepción de sexualidad integral, se determina como los procesos biológicos y físicos, no se desvinculan de factores como las construcciones sociales, y las afectividades. Ya que estas se conjugan entre sí, evidenciándose en procesos como la menopausia y la andropausia. Además, los cambios físicos y hormonales, son aspectos que se experimentan de forma diversa en cada individuo. Por lo que los mitos, e ideas asociadas a ello, son esquemas sociales que se fortalecen a través de estereotipos o prejuicios.
- El tema del erotismo y el placer, fue un punto de peso para el desarrollo de la metodología, contemplando dicho aspecto, como una amplia gama de posibilidades.

Entendida, como el placer de la vida, el bienestar y el aprecio por todo aquello que genere un disfrute.

- De igual manera, se concluye, cómo el erotismo, parte en primera instancia de un acercamiento y reconocimiento propio, mediante el autoconocimiento y valoración que tengamos de sí mismos, para luego poder ser compartida con los otros.
- Generar un espacio, para la identificación de la propia sexualidad, brinda la oportunidad de que cada individuo, tome consciencia de sí, y logre visualizar todas aquellas partes que lo conforman, y que le permiten diferenciarse y conectarse con su propia historia y vivencia de la sexualidad.
- Las temáticas latentes en un grupo, determinan preocupaciones o aspectos de interés que deben ser escuchados, como los es en este caso, el desafío que expresan enfrentar, ante cambios de perspectiva generacionales, que dificultan un acercamiento a las nuevas percepciones de sexualidad y, por tanto, a generar vías de comunicación con poblaciones menores.
- Dentro de los principales puntos que se consideran cambios significativos y los cuales se convierten en un reto para las poblaciones mayores, se encuentran las ideologías de diversidad y género, así como los intereses económicos y de consumo que surgen actualmente a raíz de la sexualidad. El conocimiento sobre la ideología de diversidad sexual, se presenta como un vacío, en esta población.
- Por tanto, se determina la importancia y validez, de generar espacios educativos y de aprendizaje, para contemplar las diferentes percepciones y construcciones que se generan en relación a un tema como la sexualidad integral.
- En general, se concluye, que para desarrollar una estrategia metodológica de EP abordando el tema de la sexualidad integral en la población adulta mayor, es importante partir de los saberes y conocimientos que el grupo brinda en torno ello, abordando todas las diferentes aristas que pueden presentarse en la vivencia de la misma. Iniciando desde los aspectos macro, como construcciones sociales e ideologías vinculadas, para luego abordar las características biológicas y físicas de la sexualidad, llevando el proceso a

profundizar en temas como el erotismo y el placer, y finalizando con factores micro, como el reconocimiento de la propia sexualidad.

Metodología

- A nivel metodológico es importante identificar el rol que asumen los individuos dentro el proceso educativo. En este caso, se muestra como los participantes, se perciben como agentes proveedores de conocimiento e información, que pueden brindar durante el proceso.
- La identificación de las necesidades educativas, establecen parámetros de acción, para llevar a cabo la metodología, en donde se identifican los puntos a fortalecer ya profundizar en los diferentes talleres.
- Esta experiencia, refleja como para las personas mayores, la participación en el proyecto, no solo se representa una oportunidad de aprendizaje, sino también como un lugar para fortalecer y crear vínculos. Siendo así el proceso educativo, un medio de disfrute y socialización.
- Otro de los factores motivadores, que incentivaron la inserción en la metodología, fue la posibilidad de poder adquirir nuevos conocimientos, expresando como la edad no es una limitante para continuar enriqueciendo el aprendizaje.
- En relación a las actividades y técnicas utilizadas, se evidencia a través de los resultados, como los espacios de diálogo y escucha, fueron herramientas base para que el grupo se identificara con el proyecto. Manifestando así, dichas discusiones como uno de los componentes de mayor valor, es decir, este brinda la oportunidad de generar un lugar para hablar y expresar una temática que ha sido limitada durante su vivencia. Además, estos se presentaron como vías para la creación de nuevo conocimiento e información. En donde la vinculación entre los aportes de cada participante, y los aportes de la facilitadora, generaron una serie de nuevos aprendizajes, de los cuales todos (as) fueron parte.

- Las evaluaciones y discusiones acerca de la metodología, reflejaron como las actividades en dichos talleres deben determinarse a partir de cuatro criterios: La incentivación hacia el análisis y la crítica, mediante técnicas como el uso de canciones, fotografías, papelógrafos y demás. Al igual que actividades que conlleven a la diversión y el disfrute como lo es el sociodrama. De igual manera, aquellas que brinden información nueva, como los aportes teóricos facilitados por la investigadora. Así como aquellas actividades vivenciales, que potencien las afectividades y la conexión con el cuerpo, como lo fue la “Mesa de los sentidos” o las expresiones artísticas. Es decir, se debe considerar el equilibrio y la forma de abordaje de cada temática, en donde se pueda acercar a los objetivos planteados, mediante diversas estrategias, reflejando así la integralidad del proceso.
- En cuanto al análisis del grupo, es de suma relevancia, comprender cuales son las características de las personas con las que se va a desarrollar la metodología, es decir, tomar en cuenta, el contexto comunitario, factores socioeconómicos, nivel de escolaridad, condiciones físicas y cognitivas, y demás. Ya que esto va a determinar el proceso y la forma de intervención que se va a llegar a cabo.
- En esta experiencia, el grupo con el que se trabajó, se muestra como un grupo de adultos mayores diversos, de distintas en edades, en donde la mayoría, se encuentran iniciando el ciclo de la adultez mayor, por lo que dicho espacio, se percibe como una forma de preparación para las etapas próximas. Sin embargo, también se encontraban personas en edades más avanzadas, por lo que se identificaban en mayor medida con las temáticas.
- De igual manera, es un grupo perteneciente, a un proyecto institucional, por lo que, las experiencias educativas y de aprendizaje son un factor común en su cotidianidad, lo que facilitó su afinidad y participación en ella.
- Otro aspecto, es que al ser en su mayoría personas con un alto nivel de escolaridad, siendo la mayor parte ellos jubilados. Se permitió, la realización de actividades en donde las habilidades cognitivas y de análisis pudieran ser profundizadas.

- El discurso anecdótico, fue una de las herramientas claves durante los talleres. Debido a que, las experiencias de vida, y las historias que cada individuo compartía, se presentan como una fuente de oportunidad para trabajar con dicha población.
- El trabajo mixto, entre hombres y mujeres, fue uno de los determinantes de mayor peso en la metodología. Ya que, al trabajar con ambos géneros, se visualizó las percepciones, vivencias y roles que asumen cada uno de ellos. Enriqueciendo el aprendizaje, y permitiendo un mayor acercamiento y desarrollo empático hacia la experiencia del otro.
- El grupo en general, se manifestó como agentes críticos de su propia realidad, evidenciando así uno de los pilares básicos en la Educación Popular.
- Por su parte, la evaluación constante en los talleres, posibilitaron tomar consciencia del trabajo que se iba realizando, y así determinar parámetros a seguir en cada uno de los talleres, y de esta forma, comprender la visión de los participantes y su aporte para la construcción de la metodología. Lo cual, refleja los preceptos básicos de la Investigación-Acción Participativa, en donde los individuos son agentes del saber y proveedores de conocimiento.
- La evaluación de los propios procesos de aprendizaje, deben considerarse como un factor a fortalecer y reforzar en esta población. La visión crítica de sus herramientas para la adquisición de nuevos conocimientos, es un factor a replantear y desarrollar con mayor potencia en este tipo de experiencias.
- El generar un plan tentativo antes de iniciar el proyecto, basado en otras experiencias y referencias teóricas, fue una herramienta que facilitó la iniciación del proceso. Sin embargo, mediante la experiencia, se evidencia como este es sujeto a cambios y al ritmo que el grupo va manifestando durante el desarrollo de la metodología. Por ello, las necesidades de los participantes, son guías claras para la metodología.
- Al finalizar los talleres, los participantes, se mostraron y percibieron a sí mismos, como generar acciones, a partir del conocimiento y las herramientas adquiridas, se consideran capacitados, para brindar nuevas perspectivas en la visión de la sexualidad. Así como

plantear posibles estrategias de continuidad, para fortalecer dicha metodología, y compartirlo no solo en el proyecto al cual pertenecen, sino también en la comunidad.

- La EP, se muestra como una herramienta para el acercamiento a temas de derechos humanos, y de salud, permitiendo una óptica integral y participativa.
- Por último, se determina cómo la empatía, la escucha activa, la sensibilidad, el aprendizaje horizontal y el calor humano son factores fundamentales, para llevar a cabo una estrategia metodológica que abarca una temática de gran valor, en una población que manifiesta la necesidad de visibilizar un derecho que les pertenece.

Recomendaciones

A partir de los resultados y conclusiones de la investigación se sugieren las siguientes recomendaciones a seguir:

A los participantes

- Se recomienda a los participantes continuar siendo parte de procesos educativos y de aprendizaje, con el fin de contribuir no solo al enriquecimiento personal, sino a la validación y posicionamiento de la población adulta mayor a nivel social, ya que mediante estos espacios se fortalece y visibilizan temáticas que pasan desapercibidas.
- Continuar informándose, y aprendiendo sobre las nuevas ideologías en relación a la diversidad sexual, así como todas aquellas nuevas perspectivas generacionales. Y de esta forma desarrollar un mayor acercamiento a estas temáticas, y generar vías de comunicación.

Al programa

- Al programa se le recomienda seguir fortaleciendo una temática como la sexualidad integral en esta población, ya que la participación activa, y empoderamiento de un tema con poco abordaje, potencializa la validación de un derecho como es el disfrute de la sexualidad en la adultez mayor.

- También, fortalecer el tema de derechos humanos, ya que este se mostró como un vacío en los participantes, por lo que brindar asesoramiento e información al respecto, fortalece las herramientas y conocimiento de una población que busca validar sus derechos.
- De igual manera, continuar trabajando en la visualización y re significación de la adultez mayor, dejando de lado, las creencias descalificadoras y limitantes que través de las colectividades se han establecido.
- Por último, continuar generando espacios educativos, en donde la participación activa sea la base fundamental del proceso, generando diálogos y comunicación, con el fin de potenciar la visión crítica y activa de los adultos mayores.
- Dentro de estos espacios, se considera importante reforzar temáticas como las nuevas ideologías de diversidad sexual, o cambios que a nivel actual se presenten, con el fin de que los adultos mayores se mantengan involucrados e informados sobre las nuevas perspectivas.

A la carrera de psicología

- En cuanto a la carrera de psicología, se recomienda, buscar formas para establecer vínculos entre distintas generaciones, con el fin de potenciar la empatía y la comunicación que se pueda generar entre ellas. Como, por ejemplo, no enfocar la educación sexual únicamente con la población acorde, sino compartir las experiencias entre las distintas generaciones. Como involucrar a poblaciones menores en una educación sexual, que contemple la vivencia en la adultez mayor.
- De igual manera, desarrollar dentro de las practicas con poblaciones adultas mayores, temas como la ideología de la diversidad sexual, ya que este se presentó como un vacío significativo en dicha población.
- Fomentar espacios educativos, con poblaciones mayores, con el fin de generar diálogos y lugares de escucha y habla, además de sistematizar dichas experiencias, con el objetivo de establecer y fortalecer una línea de trabajo, que luego pueda brindar parámetros de

abordaje en otros contextos, y presentarse como una posible guía de trabajo en el campo de la psicología.

- Rescatar el discurso anecdótico, que caracteriza a la población adulta mayor, donde la sabiduría y el conocimiento que esta población posee, se presenta como una herramienta de gran provecho y potencialización.
- Continuar fomentando el trabajo en grupos, de forma mixta, con el fin de generar un mayor acercamiento entre ambos géneros, creando conocimiento en conjunto, y sensibilizando con las experiencias de vida cada uno.
- Fortalecer la estrategia de EP, como una posible herramienta de gran provecho, para abordar temáticas como la salud, ya que permite un enfoque integral para abordar diversas temáticas.

Posibles investigaciones

- Dentro posibles investigaciones, es importante retomar y continuar indagando, sobre las implicaciones que tienen las creencias o ideologías religiosas, a nivel social, esto con el fin de profundizar en una temática que se muestra de manera latente en nuestra sociedad costarricense. Por lo que el entendimiento de las colectividades y la religión permite, acerca en mayor medida a la población con la que se trabaja.
- También, la temática de pareja, ya que esta vivencia una serie de transformaciones, de las cuales es importante indagar y profundizar.
- Además, sería de suma relevancia, indagar en las implicaciones, físicas, emocionales y sociales que se presentan a través de la vivencia de procesos como la menopausia y la andropausia, ya que estos son fenómenos transcendentales en la experiencia de vida de muchas personas mayores.
- De igual manera, rescatar un aspecto tan relevante como las diferencias generacionales, comprender y analizar cuáles son los principales factores que propician dichos distanciamientos, y, por ende, buscar vías de comunicación y dialogo.

- Además, continuar investigando sobre el uso de la estrategia metodológica de la EP, como un medio para profundizar en temas de salud. Ya que permite una gama amplia de acercamientos y de análisis.

REFERENCIAS

- Adams, M., Rojascamero, C., & Clayton, K. (1990). A small-group sex-education intervention model for the well elderly: a challenge for educators. *Educational Gerontology*, 16(6), 601-608. Recuperado de http://aquila.usm.edu/fac_pubs/7499
- Alaminos, C., y Castejón, C. (2006). *Elaboración, análisis e interpretación de encuestas, cuestionarios y escalas de opinión*. Alicante: Editorial Marfil. Recuperado de <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/20331/1/Elaboraci%C3%B3n,%20an%C3%A1lisis%20e%20interpretaci%C3%B3n.pdf>
- Allen, R. S., Petro, K. N., & Phillips, L. L. (2009). Factors influencing young adults' attitudes and knowledge of late-life sexuality among older women. *Aging and mental health*, 13(2), 238-245. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19347690>
- Aranibar, P. (2001). *Acercamiento conceptual a la situación del adulto mayor en América Latina*. Chile: Publicación de las Naciones Unidas. Recuperado de <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/v/>.
- Árraga, M., y Montiel A. (2013). Salud, cine y educación sexual para adultos mayores. *Omnia*, 19(3), 86-97. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/737/73730059008.pdf>
- Asociación Gerontológica Costarricense (2013). Gacetillas Informativas. Recuperado de <http://www.ageco.org/node/205>
- Benavides, C., Cabezas, M., y Jiménez, D. (2008). *Percepción de la sexualidad en la relación de pareja heterosexual de las personas adultas mayores integrantes del grupo Coraje y Esperanza, San Juan de San Ramón*. (Tesis de Licenciatura en Trabajo Social, Universidad de Costa Rica).
- Boudet, R. (2010). Intervención educativa sobre salud sexual en ancianos y ancianas del Centro Urbano "Abel Santamaría Cuadrado". *Medisan*, 14(4). Recuperado de http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol_14_4_10/san05410.htm.

- Campos, G., Morales, D., y Chinchilla, K. (2005). *Programa Educativo de enfermería sobre sexualidad Integral dirigido a personas adultas mayores de la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO), durante el primer semestre del 2005*. (Tesis de Licenciatura en Enfermería, Universidad de Costa Rica).
- Cano, A. (2012). La metodología de taller en los procesos de educación popular. *Revista Latinoamericana de Metodología en las Ciencias Sociales*, 2(2), 22-52. Recuperado de <http://www.pim.edu.uy/files/2013/05/La-metodolog%C3%ADa-de-taller-en-los-procesos-de-educaci%C3%B3n-popular.pdf>
- Carrera, M., Fernández, M., y Rodríguez, Y. (2013). Hacia una educación sexual que todavía es posible. *Información psicológica*, (103), 4-14. Recuperado de <http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/view/52>
- Castillo, E., y Vásquez, M. L. (2003). El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Revista Colombia Médica*, 34(3), 164-167. Recuperado de <https://tspace.library.utoronto.ca/handle/1807/3460>
- Contreras, R. (2002). *La Investigación Acción Participativa (IAP): revisando sus metodologías y sus potencialidades*. En Durston, J., y Miranda, F. *Experiencias y metodología de la investigación participativa*, Santiago: Naciones Unidas. Recuperado de http://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6023/S023191_es.pdf?se
- Contreras, R. (2002). La Investigación Acción Participativa: revisando sus metodologías y sus potencialidades. En Durston, D; y Miranda, F. (2002). *Experiencias y Metodología de la Investigación Participativa* (pp. 9-14). Santiago: CEPAL. Recuperado de http://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6023/S023191_es.pdf?sequence=1
- Cruz, G. (1992). *El desafío de la educación popular: pautas para una educación alternativa*. Alajuela: Alfalit Latinoamericano.
- De Schutter, A., y Yopo, B. (1982). *Desarrollo y Perspectivas de la Investigación Participativa*. En Vejarana, G. (1983). *La Investigación Participativa en América Latina*. México: CREFAL.
- Dulcey, E., U, V. (2002). Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34(1-2), 17-27. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80534202.pdf>
- Fabiano, L. (2016). Educación Popular en salud para la educación en sexualidad en movimiento rural social rural brasileño. *Gaceta Sanitaria*. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911116301790>

- Flick, U. (2004). *Introducción a la investigación cualitativa*. Madrid: Ediciones Morata.
- Foucault, M. (1976). *La voluntad de saber. Historia de la sexualidad*. Madrid: Siglo XXI.
- Freire, P. (1967). *Educação como prática da liberdade*. Rio de Janeiro: Paz e Terra. Recuperado de <https://educarparaomundo.files.wordpress.com/2016/07/paulo-freire-educac3a7c3a3o-como-prc3a1tica-da-liberdade.pdf>
- Gárta, G. (2004) Envejecimiento y sexualidad. Alrededor de la historicidad de su vivencia y sus determinaciones psicosocioculturales. *Revista de Ciencias Sociales*, 3(105), 59-79. Recuperado de <http://revistacienciasociales.ucr.ac.cr/wp-content/revistas/105/04-Garita.indd.pdf>
- González, S. (1994). *La expresión autoerótica*. México: Consejo Nacional de Población. Recuperado de <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&ex>
- Guardián, A. (2007). *El Paradigma Cualitativo en la Investigación Socio-Educativa*. San José: IDER. Recuperado de <http://doctorado.jairomolina.com.ve/wp-content/uploads/2015/06/el-paradigma-cualitativo-en-la-investigacion-socio-educativa.pdf>
- Gutiérrez, J., y Ramírez, J. (2007). *Programa Educativo de Enfermería para la Promoción de una Sexualidad Integral en las Personas Adultas Mayores de la Asociación Centro Diurno Quintín Vargas Aguilar, en Tacares de Grecia*. Primer Semestre 2007. (Informe de Práctica Dirigida para el grado de Licenciatura en Enfermería, Universidad de Costa Rica).
- Hafford-Letchfield, T., Couchman, W., Webster, M., y Avery, P. (2010). A drama project about older people's intimacy and sexuality, *Educational Gerontology*, 36, 604–621. doi: 10.1080/03601270903324511.
- Hammond, D. B., y Bonney, W. C. (1985). Results of sex education for support persons working with the elderly. *Journal of Sex Education and Therapy*, 11(2), 42-45. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1987-16819-001>
- Hernández, R.; Fernández, C., y Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*, Cuarta Edición. México: Editorial Mc Graw Hill.
- Herrera, E. (2005). Propuesta Socioeducativa sobre sexualidad humana dirigida a hombres adultos mayores. *Revista Anales en Gerontología*, (5), 109-120. Recuperado de <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/gerontologia/article/view/8867>

- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) (2007). *Boletín anual panorama demográfico*. San José, Costa Rica.
- Izquierdo, A. (2005). *Psicología del desarrollo de la edad adulta*
- Jara, O. (2000). *Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias*. San José: Alforja. Recuperado de http://www.bibliotecavirtual.info/wp-content/uploads/2013/08/Orientaciones_teorico-practicas_para_sistematizar_experiencias.pdf
- Jara, O. (2010). Educación popular y cambio social en América Latina. *Community Development Journal*, 45(3), 1-11. Recuperado de http://www.iepala.es/IMG/pdf/CEAAL_Educacion_Popular_y_Cambio_Social_en_AL-Oscar_Jara.pdf
- Jara, O. (2013). *La sistematización de experiencias: Práctica y Teoría para otros mundos posibles*. Montevideo: EPPAL. Recuperado de https://issuu.com/jennypnfdluptaeb/docs/la_sistematizaci_n_de_las_experien
- Krausse, M. (2002). Investigación-Acción Participativa: una metodología para el desarrollo de autoayuda, participación y empoderamiento. En Durston, D; y Miranda, F. (2002). *Experiencias y Metodología de la Investigación Participativa* (pp. 41-55). Santiago: CEPAL. Recuperado de http://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6023/S023191_es.pdf?sequence=1
- Lewin, K., Tax, S., Stavenhagen, R., Fals, O., Zamosc, L., Kemmis, S., y Rahman, A. (2009). *La Investigación –Acción Participativa: Inicios y Desarrollos*. Madrid: Editorial Laboratorio Educativo.
- López, J., y Martí, G. (2011). Mini-Examen Cognoscitivo (MEC). *Revista Española de Medicina Legal*, 37(3), 122-127. Recuperado de http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pidet_articulo=90028303&pidet_usuario=0&contactid=&pidet_revista=285&ty=52&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=285v37n03a90028303pdf001.pdf
- López, P. (1989). *Un método para la Investigación-Acción Participativa*. Madrid: Editorial Popular.
- López, Y., Quiñones, R., Rodríguez, O., Tejera, A., y Delgado, E. (2013). Estrategia educativa para modificar variables psicológicas en el adulto mayor. *Mediciego*, 19(2). Recuperado de

https://www.google.com/search?q=Estrategia+educativa+para+modificar+variables+psicol%C3%B3gicas+en+el+adulto+mayor+institucionalizado&oq=Estrategia+educativa+para+modificar+variables+psicol%C3%B3gicas+en+el+adulto+mayor+institucionalizado&aqs=chrome..69i57.522j0j4&sourceid=chrome&es_sm=0&ie=UTF-8#

- Marcano, N. (2014). Modelo para la Educación Integral en Sexualidad desde el aporte de la prensa digital venezolana. *Revista de Investigación*, 82(38), 103-126. Recuperado de <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=9d3b4449-fe52-400e-aef1-449e3a337b03%40sessionmgr102&vid=1&hid=116>
- Martí, J., Martínez, F., Martí, M., y Marí, R. (2007). Responsabilidad Social Universitaria: Acción aplicada de valoración del bienestar psicológico en personas adultas mayores institucionalizadas. *Polis*, (18), 1-15. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30501815>
- Master W., y Johnson, V. (1981). Sex and the aging process. *J Am Geriatr Soc*, 29, 385-90.
- Mogollón, E. (2012). Una perspectiva integral del adulto mayor en el contexto de la educación. Educación. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 34 (1). 56-74. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4575/457545090005.pdf>.
- Monreal, P., y Vilá, A. (2008). Programa Integral de atención a las personas mayores en una zona rural. *Anuario de Psicología*, 39(3), 351-370. Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/anuariopsicologia/article/viewFile/123646/171592>
- Montoya, J. M. (2006). El envejecimiento de la población. En G. Pérez (Coord.), *Calidad de vida en personas mayores*, (pp. 77-102). Madrid: Dykinson.
- Muñoz, J. (2002). *Psicología del envejecimiento*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Murgiere, M. (2011). Erótica, sexualidad y vejez en institución geriátrica. *Revista Temática Kairós Gerontología*, 14(5), 151-161. Recuperado de <file:///C:/Users/monge32/Desktop/Sexualidad%20en%20adulthood%20mayor%20articulos/Concepto%20de%20sexualidad/erotica.pdf>
- Olivera, C., y Bujardón, A. (2010). Los conocimientos de los adultos mayores sobre la temática. *Revista Humanidades Médicas*, 10(2). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000200006
- Organización Mundial de la Salud (2002). *Envejecimiento positivo: un marco político*. Ginebra: OMS.

- Organización Mundial de la Salud (2006). Defining sexual health: report of a technical consultation on sexual health, 28–31 January 2002, Geneva. Recuperado de http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf
- Ortiz, M., y Borjas, B. (2008). La Investigación-Acción Participativa: Aporte de Fals Borda a la educación popular. *Espacio Abierto*, 17(4), 615-627. Recuperado de <file:///C:/Users/monge32/Downloads/1365-1367-1-PB.pdf>
- Pérez, V. (2008). Sexualidad humana, una mirada desde el adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 24(1), Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252008000100010&lng=es&nrm=iso.
- Porras, Z. (2013). *Mitos y Estereotipos acerca del envejecimiento y la vejez*. San José, Costa Rica: CONAPAM
- Rubio, E. (1994). Introducción al estudio de la sexualidad humana: Conceptos Básicos en Sexualidad Humana. En: Consejo Nacional de Población.
- Salamon, M., y Charyton, P. (1984). A sexuality workshop program for the elderly. *Clinical Gerontologist: The Journal of Aging and Mental Health*, 2(4), 25-35. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1985-12730-001>
- Salas, J., y Campos, A. (2002). *El placer de la vida*. San José: Instituto WEM.
- Sánchez, L., Pérez, D., Alfonso, L., Castro, M., Sánchez, L.M., Van der Stuyft, P., y Kourí, G. (2010). Estrategia de educación popular para promover la participación comunitaria en la prevención del dengue en Cuba. *Estudios sobre Culturas Contemporáneas*, 16(31), 149-169. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31613952006>
- Schetteni, P., y Cortazzo, I. (2015). *Análisis de datos cualitativos en la investigación social: Procedimientos y herramientas para la interpretación de información cualitativa*. Buenos Aires: Editorial de la Universidad de la Plata.
- Seda, L, Colón, L., y Arguelles, G. (2010). Intervención en la conducta sexual del adulto mayor. *Ciencias Holguín*, 16(4), 1-11. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=181520804006>

- Silva, J., y Ramírez, D. (2005). Comportamiento sexual en la población mayor de 70 años. *Publicación de la Sociedad Colombiana de Urología*, 15,71-76. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=149120462014>
- Torres, G. (2013). Identidades de género, sexualidad y ciudadanía: Un análisis crítico del currículum de educación sexual integral. *Revista Contextos Educativos*, 16, 41-54. Recuperado de <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=e1dd81ab-d21a-4c11-9abb-ebaf1f994ffb%40sessionmgr120&vid=0&hid=116>
- Velázquez, M. (1999). La formación de los formadores para los programas universitarios mayores. *Escuela Abierta*, 3, 133-162. Recuperado de <file:///C:/Users/jecac/Downloads/Dialnet-LaFormacionDeFormadoresParaLosProgramasUniversitar-195861.pdf>
- Verger, A. (2007). Sistematizando Experiencias: análisis y recreación de la acción colectiva desde la educación popular. *Revista de Educación*, (343), 623-645. Recuperado de http://www.revistaeducacion.mec.es/re343/re343_26.pdf
- Villar, F. (2005). *El enfoque del Ciclo Vital: hacia un abordaje evolutivo del envejecimiento*. Madrid: Prentice-Hall (Pearson Educación). Recuperado de <http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/0c03villar-pearson.pdf>
- Villar, F (2004). Educación y personas mayores: algunas claves para la definición de una psicología de la educación en la vejez. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 61-76. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/26542196_Educacion_y_personas_mayores_algunas_claves_para_la_definicion_de_una_psicologia_de_la_educacion_en_la_vejez
- Yuni, J., y Urbano, C (2008). Condiciones y capacidades de los educadores de adultos mayores: la visión de los participantes. *Revista Argentina de Sociología*, 6 (10), 184-198. Recuperado de https://www.academia.edu/26880896/Condiciones_y_capacidades_de_los_educadores_de_adultos_mayores_la_vision_de_los_participantes

ANEXOS

Anexo 1

**Consentimiento informado**

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN
COMITÉ ÉTICO CIENTIFICO**

Teléfonos:(506) 2511-4201 Telefax: (506) 2224-9367

Facultad de Ciencias Sociales
Escuela de Psicología

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

(Para ser sujeto de investigación)

Estrategia metodológica de Educación Popular acerca de la sexualidad integral en un grupo del “Programa Integral de la Persona Adulta Mayor”

Nombre del Investigador Principal: Marianela Villalobos Ulate

Nombre de la/el participante: _____

A. PROPÓSITO DEL PROYECTO: Este estudio se está realizando por parte de Marianela Villalobos Ulate, carné B27259, estudiante de Psicología de la Universidad de Costa Rica, Sede Occidente, con el propósito de optar al título de Licenciatura en Psicología. Para ello, se espera obtener información acerca de las características necesarias que podría tener una estrategia metodológica de educación popular para facilitar una vivencia de la sexualidad integral en la adultez mayor. Siendo los/las participantes protagonistas activos para la construcción y desarrollo de la metodología de la sexualidad en la tercera edad.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?: Su participación en el estudio consiste en ser parte de talleres sobre sexualidad integral en la tercera edad. Se realizarán alrededor de 8 talleres, que se llevaran a cabo cada 15 días, en las instalaciones de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente. Además, se solicita su autorización para poder grabar los talleres en audio y video para luego poder utilizarse como material para la construcción de los resultados, manteniendo su confidencialidad. No se utilizarán su nombre en la investigación, sino un nombre ficticio. El almacenamiento de los datos tendrá contacto únicamente con la investigadora del proceso y el equipo asesor de la investigación. Además, una vez concluida el estudio, se mantendrá la información brindada por los(as) participantes por un periodo de 5 años, posteriormente estos serán eliminados con el fin de proteger el uso de esta información, incluyendo los videos y grabaciones realizadas. De igual manera es

importante aclarar, que la información recopilada será utilizada únicamente en la presente investigación y no en estudios futuros.

También inicialmente se aplicará la prueba del Mini-Mental la cual tiene como fin evaluar algunas facultades mentales básicas y de esta forma tener una noción acerca de las condiciones de las personas que participarán. Es una prueba que tiene una duración máxima de 10 minutos, y se realiza de forma oral por la investigadora.

C. RIESGOS:

1. Se espera que su participación en este estudio no signifique ningún riesgo o molestia para usted.

2. Sin embargo, si sufriera algún daño como consecuencia de los procedimientos a que será sometido para la realización de este estudio, la investigadora participante realizará una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. BENEFICIOS: Como beneficios del estudio, se obtendrán nuevos aportes para trabajar el tema de la sexualidad integral en adultos(as) mayores, brindado a nivel social una perspectiva más amplia y con bases para desarrollar a futuro nuevas metodologías de trabajo. De igual manera se obtendrán beneficios directos para el “Programa Integral de la persona Adulta Mayor” fortaleciéndolo con nuevas temáticas y espacios educativos. Además, como beneficio de su participación en esta investigación, se desarrollarán herramientas y aprendizajes, tanto grupales e individuales en cuanto al tema de la sexualidad en la adultez mayor, partiendo de sus propios aportes y construcción con respecto al tema.

E. Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado con Marianela Villalobos Ulate y ella debe haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas. Si quisiera más información más adelante, puedo obtenerla llamando a Marianela Villalobos Ulate al teléfono 85245320 en el horario Lunes a Viernes, de 9:00am a 5:00pm. Además, puedo consultar sobre los derechos de los Sujetos Participantes en Proyectos de Investigación a la Dirección de Regulación de Salud del Ministerio de Salud, al teléfono 22-57-20-90, de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m. Cualquier consulta adicional puede comunicarse a la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica a los teléfonos 2511-4201 ó 2511-5839, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. También a la oficina de Coordinación de la carrera de psicología de la Sede de Occidente al número 25117135.

F. Recibirá una copia de esta fórmula firmada para mi uso personal.

G. Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho de negarse a participar o a discontinuar su participación en cualquier momento, sin que esta decisión afecte la calidad de la atención médica (o de otra índole) que requiere.

H. Su participación en este estudio es confidencial, los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión científica, pero de una manera anónima.

I. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Nombre, cédula y firma del participante

fecha

Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento

fecha

Anexo 2

Taller # ____ Objetivo: _____

Diario de campo**Descripción de actividades****Registro de observaciones**

1. Metodología

2. Sexualidad

Análisis e interpretaciones

1. Metodología

2. Sexualidad

Anexo 3

Ejemplo de técnica cualitativa de evaluación para cada taller

Evaluación	
1. Marcar con una X	
Hombre ()	Mujer ()
2. ¿Tres cosas que aprendí hoy?	
1)	
2)	
3)	
3. ¿Cuál actividad de hoy me gustó más y por qué? (marcar con una X)	
1) Ejercicios y masajes____	
2) Actividad que disfruto y papelitos ____	
3) La mesa de los sentidos____	
4) Análisis de canción____	
4. ¿Por qué te gustó más esa actividad?	

Anexo 4

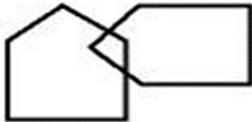
Nota: Debido a que los objetivos de esta investigación parten de trabajar en función de las necesidades educativas en el tema de la sexualidad de los y las adultas mayores, no se establece un planeamiento de los talleres definitivo, pero si posibles objetivos, temáticas y estrategias que se podrían utilizar, las cuales se encuentran sujetas a cambios según el desarrollo de la investigación.

Posibles objetivos	Posibles temáticas	Posibles técnicas participativas
-Identificar necesidades educativas en cuanto al tema.	-Encuadre -¿Qué es IAP y EP?	Camaleón Tesoro Escondido Caja de saberes Técnica del árbol
-Analizar cuál es la percepción de sexualidad.	- Significado de sexualidad. - Lenguaje acerca de la Sexualidad.	Elaboración de Colach. Lluvia de ideas Discusión grupal
-Analizar cómo es la vivencia de la sexualidad en la adultez mayor.	- Características de la sexualidad en la adultez mayor.	Sociodrama Papelógrafo Documental de sexualidad en la tercera edad
-Comprender el impacto de las construcciones sociales en la vivencia de la sexualidad. -Identificar cuáles son las diferencias de la sexualidad de un hombre o mujer adulta mayor.	- Sensibilizar la vivencia según el otro género. - Alternativas de la vivencia de la sexualidad según género.	Análisis de fotografía Juego de roles Análisis de un cuento
-Analizar cómo se vive la sexualidad en la adultez mayor a nivel físico.	- Cambios físicos en relación a la sexualidad en la tercera edad.	Pescando y discusión Masajes, ejercicios

<p>-Analizar la vivencia de la sexualidad a través del erotismo y el placer.</p>	<p>- Validación del cuerpo como parte de la sexualidad. - Concepto del placer.</p>	<p>Telaraña</p>
<p>-Comprender que influencia tiene las emociones en la sexualidad.</p>	<p>- Emociones implicadas en la sexualidad. -Significado diverso de las emociones en la sexualidad.</p>	<p>Emoción individual (dibujos) Cofre de emociones Expresión artística</p>
<p>-Analizar el papel de la familia en la vivencia de la sexualidad en la adultez mayor. -Comprender cuál es la influencia de la sexualidad en la identidad y auto-concepto.</p>	<p>- Rol de la familia en el tema de sexualidad. - Identidad y el auto-concepto en función de la sexualidad.</p>	<p>Estatuas Sociodrama Figura de mi yo</p>
<p>-Analizar los diferentes factores que influyen y componen la sexualidad en la adultez mayor. -Discutir acerca de los aspectos que se deben tomar en cuenta para una estrategia metodológica de EP para el tema de la sexualidad en la adultez mayor. -Realizar evaluación final del proceso</p>	<p>- Aspectos desarrollados que comprenden la sexualidad integral. - Ideas de acciones concretas para poder dar un reconocimiento de la sexualidad en la tercera edad.</p>	<p>-Realización de un manta -Plan de futuras acciones -Árbol -Nudos de aprendizaje</p>

Nota: Las temáticas planteadas fueron validadas por el experto el Lic. Rafael Moya Delgado.

Anexo 5

"MINI-EXAMEN COGNOSCITIVO"	
Paciente	Edad
Ocupación	Escolaridad
Examinado por	Fecha
ORIENTACION	PUNTOS
"Dígame el día Fecha Mes Estación Año" (5)
"Dígame el Hospital (o el lugar) Planta" (5)
Ciudad Prov. Nación" (5)
FIJACION	
"Repita estas 3 palabras: Presenta-Caballo-Manzana" (Repetirlas hasta que las aprenda)" (3)
CONCENTRACION Y CALCULO	
"Si tiene 30 ptas. Y me va dando de 3 en 3 ¿Cuántas le van quedando?" (5)
"Repita estos números: 5-9-2" (hasta que los aprenda) "Ahora hacia atrás"" (3)
MEMORIA	
"¿Recuerda las 3 palabras que le he dicho antes?" (3)
LENGUAJE Y CONSTRUCCION	
Mostrar un bolígrafo "¿Qué es esto?" Repetirlo con el reloj" (2)
"Repita esta frase": "En un trigal había cinco perros"" (1)
"Una manzana y una pera son frutas ¿verdad? ¿Qué son el rojo y el verde?" (2)
"¿Qué son un perro y un gato?"" (2)
"Coja este papel con la mano derecha, dóblelo y póngalo encima de la mesa"" (3)
"Lea esto y haga lo que dice", CIERRE LOS OJOS" (1)
"Escriba una frase"" (1)
"Copie este dibujo":  (1)
PUNTUACION TOTAL	(35)
Nivel de conciencia	
Ciego	Sordo
Otros	