

Viejos son los trapos – Parte III de sexo, de amor y de muerte

Autores:
Lic. Marta Verónica Zubowicz
MN.N* 42892

Del sexo

“Es claro que si me toca a mí llegar a esa edad y gozar de tan buen ánimo, por delicadeza no voy a rechazar a ninguna mujer. Todo lo que me pruebe que todavía estoy en la vida, en ese momento se volverá precioso.”ⁱ

Es frecuente pensar que a las personas mayores no les interesa el sexo, suele ser pensado como algo que le pertenece a la gente más joven y cuándo en alguna ocasión, un viejo o vieja, expresa su deseo sexual es visto como una especie de perversión e incluso llega a causar asco. Muchos autores remarcan que ese “asco” está relacionado con las fantasías del acto sexual de los padres, pero más allá de las asociaciones e interpretaciones que se puedan realizar lo cierto es que la sexualidad de las personas mayores existe y el deseo no se extingue aunque quizás se dificulte en algunos aspectos.

Desde el consultorio también es un tema difícil de abordar ya sea porque el paciente tiene vergüenza y siente que a su edad esta fuera de lugar hablar de temas sexuales o

bien porque todavía hay muchos psicólogos que piensan que con la gente mayor “*de eso no se habla*”. Culturalmente resulta incómodo pensar el cuerpo del anciano como fuente de placer, pensamiento que a las personas mayores los lleva a decir: “*Eso ya no es para mí*”.

¿Y por qué no?

Porque la sexualidad de las personas mayores suele ser negada y aunque hoy es más común hablar de la sexualidad en general, se sigue viendo como muchos profesionales de la salud no se interesan por ella, y mucho menos en la de los viejos, cercenando de esa manera la posibilidad de que sea aceptada naturalmente tanto en la sociedad como en los mismos viejos.

Hay que tener en cuenta que el deseo sexual de las personas mayores sigue estando activo y, si bien cambia en muchos aspectos, también cambian las formas de manejarse en otras áreas de la vida y sin embargo se busca la adaptación.

La práctica de la sexualidad no es una cuestión de edad, es un conjunto de elementos que se interrelacionan y que tiene que ver con las vivencias que hayan tenido a lo largo de la vida y a las oportunidades que se les presentaron de experimentar sensaciones gratificantes; sin dejar de tener en cuenta que el ejercicio de la sexualidad va

a estar determinado por el estado de salud y la posibilidad de contacto con otras personas.

Es cierto que con el paso de los años la actividad sexual suele ser más esporádica pero eso no implica que disminuya el placer, más allá de los cambios físicos y fisiológicos que se deben aceptar e incorporar en esta nueva etapa, es posible ejercer una sexualidad satisfactoria y feliz.

Del amor

“La miraba de cerca. Fijaba los ojos en los labios, en detalles de la piel, en el cuello, en las manos que le parecían expresivas y misteriosas.

De pronto creyó que no besarla era una privación intolerable.”ⁱⁱ

El amor en la vejez también es un tema tabú aunque mucho mejor aceptado que la sexualidad, sobre todo si se refiere a la compañera o compañero de toda la vida; pero ¿qué sucede cuando es un nuevo amor que se encuentra cuando los años se acumulan?

A veces provoca ternura, otras es denostado y mayor rechazo se produce si existe diferencia de edad entre ambos.

Sin embargo, al igual que lo expresa Vidal, el personaje del libro mencionado, muchos viejos al sentir que ya pasó la edad de enamorarse, pueden creer que se someten a una *“privación intolerable”*. No obstante, muchos de ellos renuncian al amor en pos de no recibir críticas familiares o sociales. Aunque esta actitud, para beneficio de una vida más saludable, va en disminución.

El amor en la vejez se transforma en un motivo más para vivir. La soledad, esa asidua

invitada que tienen las personas mayores, puede mermar su salud y provocar un aislamiento social en donde ya poco importa lo que sucede afuera, un buen motivo para caer en la depresión.

Poder construir un lugar compartido, expresando el deseo propio y recibéndolo del otro, en ese movimiento de dar y recibir, en ese satisfacer las necesidades de uno para

con el otro, se cede una cuota de narcisismo que evita el ensimismamiento y el aislamiento, porque al preocuparse por un otro, amar a un otro, se traduce en un intercambio de energía libidinal que evita la enfermedad, energía que cuando no es posible liberarla, cuando se estanca, enferma mucho más que el paso de los años.

De la muerte

“Vidal pensó que sin duda llega un momento en la vida en que, haga uno lo que haga, solamente aburre. Queda entonces una manera de recuperar el prestigio: morir. Ambiguamente agregó: por tan poco tiempo no vale la pena”ⁱⁱⁱ

Cuando los años pasan y la edad se acumula, a la muerte se la mira de otra manera, ya no son los otros los que se mueren, sino que la propia muerte golpea a la puerta. Aunque bien se dice que la muerte propia no existe, ya que mientras se la puede pensar aún se conserva la vida y luego ya no se hace posible pensar en ella, sea porque no existe nada más o porque, desde un sentido religioso, habrá otra vida.

Sin embargo la muerte se presenta como un tema preocupante, la muerte de los demás impacta de otra manera haciendo que se la perciba más cercana. Cuando los pares ya no están, cuando la ausencia del otro se

transforma en algo real y palpable, la idea de la propia muerte, la idea de no estar más en este mundo, comienza a hacerse más vívida y consciente, y esto provoca angustia; una angustia inevitable que se intenta reprimir, casi siempre sin éxito, porque provoca miedo, miedo a sufrir, miedo a enfermarse y miedo a como vivirán los demás la ausencia de su persona.

El temor que les provoca el inminente futuro muchas veces les impide vivir plenamente la vejez, le temen al paso del tiempo y en lugar de disfrutar de lo que se tiene, de poder proyectar y cumplir esos proyectos, se

lamentan por lo perdido y por lo que aún no ha sucedido.

La diferencia entre un envejecer saludable y un envejecer patológico va a estar dada por la forma en que puedan interpretar la propia muerte.

Si bien es una tarea sumamente difícil, concebir el fin de la vida como una parte más del camino recorrido, logrando realizar un balance vivencial que arroje resultados y experiencias positivas, hará que se pueda vivir este tramo de la vida aprovechando lo que ella ofrece, con lo que tienen, con lo que

pueden y con lo que quieren, intentando que disminuya el temor a no existir más.

Cómo psicólogos podemos ofrecerles un espacio en el que puedan elaborar los muchos duelos que dejó el paso del tiempo; ayudarlos a aceptar las distintas situaciones del pasado y del presente con un psiquismo más saludable que abogue por una mejor calidad de vida para que el presente, sea un presente más feliz y satisfactorio.

Conclusión

“Hay un nuevo hecho irrefutable: la identificación de los jóvenes con los viejos. A través de esta guerra entendieron de una manera íntima, dolorosa, que todo viejo es el futuro de algún joven”^{iv}

Vivimos en una sociedad vertiginosa en la que el tiempo no se detiene y en la que la ciencia permite que se avizore el futuro casi sin margen de error. La ciencia nos advierte que el crecimiento de la población longeva impactará, si bien de distintas maneras, en todas las familias, en las culturas y en las diferentes disciplinas.

Desde nuestra profesión es algo que se viene elaborando desde hace tiempo, si bien aún no hay políticas definidas en cuanto al

tratamiento psicoanalítico de los adultos mayores, la mayoría de nosotros, algunos más otros menos, al trabajar con pacientes añosos pudimos desmitificar muchos prejuicios, sobre todo los propios.^v

Los problemas que traen a consulta no difieren mucho de los que traen los pacientes con menor edad, el tema siempre deriva y se acompaña de lo afectivo y los viejos también lo padecen.

Sufren de soledad, de abandono, de la falta de autonomía y de la imposibilidad de logros económicos... nada muy diferente a la mayoría de las personas que concurren a consulta.

La intención de este escrito fue precisamente abarcar algunos temas que son privativos de la gente mayor y de los que no muchos se hacen eco, particularmente desde la salud mental, sin dejar de lado la visión social-cultural que se tiene al respecto.

Buscar la manera de que la población mayor tenga alcance a una atención digna, respetuosa y accesible; es un desafío que nos involucra como profesionales de la salud mental pero también como ciudadanos, entendiendo “que todo viejo es el futuro de algún joven”.

ⁱ Adolfo Bioy Casares. Diario de la guerra del Cerdo. Emecé Editores 1969. Pág. 151

ⁱⁱ Ibídem. Pág.70

ⁱⁱⁱ Ibídem. Pág. 78

^{iv} Ibídem. Pág. 168

^v Mis agradecimientos al Doctor Leopoldo Salvarezza, desde cuya cátedra “Psicología de la tercera edad y vejez” de la Facultad de Psicología de la UBA me brindó la posibilidad de trabajar con el “viejismo”