

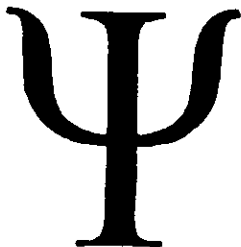


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE PSICOLOGIA

"EL CLIMATERIO Y EL PLACER SEXUAL EN HOMBRES Y MUJERES"

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A :
CLAUDIA PATRICIA CASAS BOBADILLA



DIRECTORA DE TESIS: MTRA. SELMA GONZALEZ SERRATOS

REVISORA: ISABEL MARTINEZ TORRES

277703

JUNIO DE 1999.

TESIS CON FALLA DE ORIGEN



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A la Mtra. Selma González Serratos. Por darme la oportunidad de darle vida a este trabajo con su experiencia y participación.

A la Mtra Josette Benavides Tourres. Por sus aportaciones y la fuerza que le dio a cada palabra del presente trabajo.

Lic. Asunción Valenzuela Cota. Por la dedicación y fina atención en la revisión de este trabajo.

Lic. Isabel Martínez Torres. Por compartir con generosidad, humanidad y humildad sus conocimientos.

Lic. Heddy Mayanin Villaseñor. Por el espíritu de optimismo en los conocimientos que aportaste.

Al Dr Juan Carlos Ortiz Honc Por sembrar en mí la semilla de la confianza y del compromiso para hacer realidad este trabajo.

A la Universidad Nacional Autónoma de México y a la Facultad de Psicología. Por la formación académica que recibí en su casa.

DEDICATORIAS

A mis abuelos, Antonio, Leonor, Celedonio y Eusebia. Por ser la fuente de inspiración e interés en la búsqueda de nuevos conocimientos.

A mis padres, Mauricia y Adelaido. Por su apoyo y mejor herencia: Mi Profesión.

A mis hermanos, Eduardo, Mauricio, Julieta, Hugo, Bernardo, Fabiola y Diana. Por formar un vínculo de unión y de amistad en esta gran familia.

A Charly Brown. Por tú amor, ternura, confianza y por ser el mejor socio, amigo y compañero.

A mis tíos y primos. Por ser como son, por alentarme y enseñarme con su forma de vida.

Al Dr. José Cruz. Por ser como un padre: al orientarme, motivarme, apoyarme y ser incondicional.

A Eloisa y Roosevelt, a Brenda y Gabriel, a Paty e Isidro, a Lizbeth y Brian, a Daniela y Lupita, Alfonso, Fabián, Coné, Inés, Concepción, Manuel, José Carlos, Sra. Felicitas,. Por su amistad, por todos los momentos compartidos, por estar en las buenas y en las malas.

A Amelia, Alex y a Don Mario. Por la comprensión, por el apoyo en el desarrollo del presente trabajo y por incentivar mi esfuerzo en cada día de trabajo

A la Dra Paciencia, Dra Ruth, Dra Santa, Dra. Ma Isabel y Dra Claudia. Por reafirmar la creatividad, la confianza y mi proceso de crecimiento como persona.

A Dios

FALTA PAGINA

No.

7

INDICE

RESUMEN	4
INTRODUCCION.....	5
CAPITULO I	
SEXUALIDAD	
1.1.-Definición de Sexualidad Humana.....	8
1.2.-Ciclo Vital en el Ser Humano.....	11
1.3.-Respuesta Sexual en el Ser Humano.....	15
1.3.1.-Respuesta Sexual en las Mujeres.....	16
1.3.2.-Respuesta Sexual en los Hombres.....	18
CAPITULO II	
CLIMATERIO	
2.1.-Aspectos Generales.....	21
2.2.-Concepciones y Experiencias en Diferentes Culturas.....	23
2.2.1.-Definición del Climaterio en el Occidente.....	26
2.3.- Cambios Físicos en el Climaterio	30
2.3.1.- Cambios Fisiológicos en la Mujer.....	30
2.3.2.- Cambios Fisiológicos en el Hombre.....	32
2.4.- Cambios Psicológicos.....	34
2.5.-Cambios Sociales.....	39

**CAPITULO III
GÉNERO Y LA SEXUALIDAD**

3.1.-Definición de Género.....41

3.2.-El Modelo Sistémico Aplicado a la Sexualidad.....46

3.3.-El climaterio desde la Perspectiva de Género.....50

**CAPITULO IV
PLACER SEXUAL EN EL CLIMATERIO**

4.1.-Definición de Placer Sexual.....54

4.2.-Importancia del Placer Sexual en las Diferentes Culturas.....58

4.3.-Influencia del Climaterio en la Sexualidad.....65

**CAPITULO V
EL CLIMATERIO EN LA PAREJA**

5.1.-Antecedentes Históricos en la Pareja.....71

5.2.-Cambios en la pareja Climática.....79

5.3.-Calidad de Vida Sexual en el Climaterio.....83

DISCUSION Y CONCLUSIONES.....88

BIBLIOGRAFIA94

RESUMEN

A lo largo de la historia un sin fin de autores han tratado de entender y estudiar la sexualidad humana creando modelos y teorías para su comprensión. La sexualidad en el ser humano está presente desde que inicia su vida hasta su muerte. La presente investigación documental se centra en la etapa del climaterio que dura aproximadamente 20 años, provocando en la persona cambios importantes en la esfera física, psicosocial y sexual. (Carreño, 1987). El objetivo es la revisión de la influencia del género en el placer sexual de hombres y mujeres climatéricos. Se utilizó el método de fichas bibliográficas, en donde se captó información de libros, revistas científicas, correo electrónico (INTERNET), base de datos (Psyly de Psicología) y dos películas (Sexualidad...¿ Y en la tercera edad qué ? y Tomates Verdes Fritos). Se encontró que han existido algunas culturas permisivas con el placer, mientras que en otras como en la Occidental, gracias a la herencia romana, judeo-cristiana y al sistema capitalista de consumismo actual, el placer puede ser vivido en las personas como una enfermedad que lleva a la persona a sentirse en el final de su vida sexual, anteponiendo la genitalidad o la ausencia total de ésta. Para otros se puede vivir como una etapa para resignificar, reorganizar y hacer ajustes para alcanzar una calidad en el disfrute sexual. Culturalmente existen diferencias entre hombres y mujeres para vivenciar y disfrutar el placer. El género ha influido para delinear quién y cómo se puede disfrutar sexualmente, encontrando a la persona en la etapa del climaterio envuelta en guiones y papeles sociales a seguir. Una calidad en el disfrute sexual en ésta etapa se encontró que se relaciona con procesos de intimidad, de comunicación, de sensualidad, de unión y no con el número de orgasmos alcanzados.

INTRODUCCION.

Desde las épocas más antiguas la sexualidad en el ser humano ha jugado un papel en todas las áreas de su vida y de su desarrollo.

En la cultura griega, el sexo era visto como algo bello y natural. Giraldo Neira (1989), relata como Platón y Sócrates abogaron por la igualdad de los sexos; existiendo en esta época una admiración por el cuerpo estético. Para muchos griegos la mujer jugaba varios papeles: como el de reproductora, concubina o prostituta para el placer y finalmente el de ágata para el amor y el intercambio social. Los romanos por su parte también gozaban del sexo con naturalidad pero si no disfrutaban sexualmente dentro de su matrimonio lo buscaban por fuera. Estos eran algunos ejemplos de como era vivida la sexualidad en otras culturas desde la antigüedad.

Por otro lado, la cultura del occidente tuvo gran influencia de las culturas mencionadas anteriormente, y también de la judeo-cristiana, que inculcó el sentimiento de culpa, la proclividad al dolor y el sufrimiento, sobrevalorando la virginidad y el celibato, hasta llegó a considerar a la mujer como perversa. Por lo que el estado empezó a controlar la vida de las personas con la idea de que el sexo era sucio y corrompía a la sociedad, así poco a poco se empezó a heredar una religión antisexual, antiplacer, antihumanística, con rasgos machistas y puritanos, que llevaron a una doble moral persistiendo en gran parte del mundo hispanoamericano. (Neira, 1989)

Reinwater (1972), comparó varios estudios sobre la concepción de la sexualidad en países como E.U., Puerto Rico y México, encontrando que compartían rasgos comunes como "el sexo es para el placer del hombre y deber de la mujer".

A diferencia de King y Cols (1977), que realizaron una comparación en la población universitaria de 1965, 1970 y 1975 encontrando que la revolución sexual continuaba, donde las mujeres mostraban una mayor práctica premarital y la

desaparición de actitudes negativas a la práctica sexual. Al ser permisivos con su sexualidad las personas ocasionaban cambios en sus roles y papeles tradicionales, dando paso a la autorealización sexual que les permitió escoger gustos y estilos de vida.

Hasta ahora se sabe que el ser humano está influido por factores sexuales, culturales, físicos y psicosociales; estas influencias son determinantes para el disfrute sexual de la persona dentro del proceso de desarrollo del ciclo vital que está compuesto por cuatro etapas principales: infancia, adolescencia, madurez y vejez.

La presente investigación documental se enfoca en la etapa de madurez y principios de la etapa de vejez, que involucra el proceso de climaterio, como resultado natural en la disminución de hormonas sexuales y de un proceso de cambios psicológicos, sociales y sexuales de esta etapa. También es natural la aparición de la menopausia en las mujeres marcando el cese de la menstruación y con ésta el fin de su fertilidad, a diferencia del hombre que puede seguir procreando hijos hasta aproximadamente los 90 años, sin embargo, él presenta dificultad para el mantenimiento de la erección y el periodo refractario entre un orgasmo y otro es cada vez mayor. Existe una mayor preocupación por mantener un estatus afectivo, un ajuste marital y un mantenimiento del placer sexual; Tomando en cuenta que a lo largo de la edad la respuesta sexual sufre algunos cambios; por ejemplo la mujer alcanza su mayor respuesta orgásmica después de los 30 años, declinando un poco y lentamente con los años, a diferencia del hombre que da su mayor alcance al final de la adolescencia, con una disminución continua a partir de los 20 años. Así conforme se envejece la frecuencia del orgasmo suele disminuir aumentando el periodo refractario en la capacidad sexual (Krassoivich, 1995).

De acuerdo a Pérez L., (1993), afirma que en las personas que tienen una sexualidad activa se observa mayor confianza en sí mismas, son capaces de lograr orgasmos y erecciones hasta edades avanzadas.

Sin embargo, una sexualidad activa esta compuesta de muchos factores y para poder darle una explicación se retomará el modelo sistémico aplicado a la sexualidad que revisa Eusebio Rubio (1993), que se conforma en 4 subsistemas: Primero reproductividad, segundo género, tercero erotismo y cuarto vinculación afectiva. Explicando que el ser humano es capaz de construir a partir de experiencias como la procrear, pertenecer a una especie, experimentar placer físico durante la respuesta sexual y desarrollar vínculos afectivos con diferentes personas.

En esta perspectiva se toma en cuenta la teoría del Sistema General, que parte del concepto de interacción entre los sistemas y su aplicabilidad a diferentes metodologías de estudio de interés como son las psicológicas, sociológicas, antropológicas y biológicas. Desde esta base partiremos para estructurar y analizar la sexualidad como resultado de las construcciones que la persona realiza a partir de su experiencia, que le da significación mental y que es capaz de conformar la sexualidad cuando comparte con otras personas, creándose un proceso social. (Rubio, Eusebio 1983)

En la presente investigación documental se recabó información actualizada y publicada en los principales medios de difusión científica, abordándose el tema sobre el climaterio y el placer sexual de hombres y mujeres, así como las diferencias de género que influyen en el placer sexual de las personas climatéricas representa una propuesta interesante y novedosa que nos guió en el esclarecimiento de varios aspectos biológicos, psicológicos, sociales y sexuales de la investigación; en una etapa donde los ajustes son constates y donde el placer cobra un sentido, además de una necesidad en la persona que lo vive.

CAPITULO I

"No cesaremos de explorar y al final de todo explorar es llegar al punto de partida y conocerlo por primera vez"

T.S. ELIOT

SEXUALIDAD

1.1.- Definición de Sexualidad.

La sexualidad le ha servido al ser humano como un marco donde puede encontrar sentido y gratificación a sus deseos más profundos, reconociendo tres dimensiones fundamentales como son la psicológica, la biológica y la social; desde antes de su nacimiento hasta su muerte (Funke, 1982).

En la dimensión biológica el ser humano se complementa con una serie de características anatómicas y fisiológicas, dándole la posibilidad de gozar y de reproducirse.

La dimensión social ofrece a los seres humanos asociarse entre sí para formar grupos donde se busca la convivencia a través de normas, creencias e instituciones que moldean el comportamiento sexual de los miembros de la sociedad. Este moldeamiento lleva al hombre y a la mujer a una división de sus funciones que encaminan a diferentes guiones sexuales. Tomando en cuenta que el guión da la pauta de como organizar la vida sexual dentro de la sociedad a la que pertenecen, éste es introyectado de una manera individual y paulatina desde el momento de su nacimiento. (Funke, 1982).

Sin embargo, una sociedad como la nuestra no le permite al individuo la manifestación plena de sus potencialidades, originando una superación entre sus funciones y sus actividades que van limitando la posibilidad de enfrentarse adecuadamente a la vida, por lo que se crean estereotipos en el hombre, y en la mujer tan opuestos que los hace muy diferentes ante la sociedad.

Finalmente en la dimensión psicológica, la sexualidad se desarrolla con la formación de una identidad sexual que comprende tres aspectos básicos que incluyen la identidad de género, el rol de género y la orientación sexual:

1.- La identidad de género introyecta la conciencia de pertenecer a un sexo determinado, de sentir, de ser, de pensar como hombre y como mujer; haciendo a la persona única y original dentro de su grupo a partir de los mensajes verbales y no verbales recibidos del medio ambiente.

2.- El rol de género comprende el comportamiento sexual del individuo que se hace evidente en su uso y costumbres sociales, que dependen del lugar y época.

3.- La orientación sexual se refiere a la atracción, al gusto, a la preferencia del sujeto de elegir compañero en un relación coital, afectiva y en la fantasía; aquí el erotismo juega un papel muy importante porque dirige su acción. Sin embargo, en la sociedad se le presiona al individuo para que su orientación sea heterosexual, dándole una valoración más fuerte a la reproducción que al placer; esto ha ocasionado una discriminación y una marginación de los que se separan de la norma establecida. (Funke, 1982).

A lo largo de la historia, la sexualidad ha sido estudiada bajo diferentes modelos y se le ha dado muchos significados. Por ejemplo, el **Modelo Sistémico** aplicado a la sexualidad concibe a la misma como resultado de una estructuración mental donde la persona realiza construcciones a partir de su experiencia y origina la posibilidad de procrear, de pertenecer a la especie en común, a experimentar placer físico y a desarrollar vínculos afectivos con otras personas considerando la cultura; estos cuatro subsistemas por lo tanto incluyen la reproductividad, el género, el erotismo y la vinculación afectiva. El Modelo Sistémico propone estudiar la sexualidad desde métodos de la biología, de la sociología, la antropología y otras disciplinas humanísticas, para exponer un conocimiento integral. La integración se hace presente en la sexualidad por medio de los significados de la experiencia, estos significados permiten la construcción e integración de la sexualidad. (Rubio, 1994).

Otro modelo que trató de explicar la sexualidad fue el **Psicoanalítico** que exponía los fenómenos sexuales como resultado de manifestaciones de energía

llamada libido, donde el conflicto en el ser humano es su manifestación de la libido que por un lado le provoca placer y por el otro lo confronta con la realidad; porque los impulsos placenteros y sexuales son reprimidos, oponiéndose a la sociedad por medio de los padres, y posteriormente también por los valores, los principios y las normas sociales adquiridas por la persona.

Se han dado varias maneras de satisfacer la pulsión libidinal entre ellas está cuando el objeto de gratificación permanece predominando desde la infancia hasta la edad adulta, haciendo que la sexualidad se pervierta, es decir, se cambia la meta y el fin. Otra forma es cuando el objeto es sustituido en forma tan completa que no tiene que ver con la forma de gratificación original y es aceptada socialmente se le llama sublimación. Y finalmente se puede dar que los dos procesos anteriormente mencionados se estructuren y que la gratificación no aparezca porque se busquen mecanismos defensivos que la reprimen, se espera que la persona resuelva estos conflictos satisfactoriamente ante la búsqueda de gratificación libidinal. (Rubio, 1994).

El **Modelo Positivista** estudia la sexualidad y la define bajo conceptos operacionales, por ejemplo, es definida como << las actividades de excitación y estimulación de los órganos genitales >>. (Rubio, 1994).

En el **Modelo de Secuencia de la Conducta**, representada por las teorías del aprendizaje, la sexualidad es vista en términos de conducta, sexual como una búsqueda y una consecución de orgasmos, la sexualidad es resultado de la exposición de estímulos en un condicionamiento constante, llevados por un proceso interno, estímulos externos y conducta manifiesta.

La sexualidad también fue definida desde el **Modelo Sociológico** de Reiss como "un conjunto de guiones culturales, donde se comparten conductas de excitación erótica, revestidas por un impacto cultural que provoca vínculos entre las personas".(Rubio, 1994)

Estos modelos han permitido entender y comprender la sexualidad humana, pero también han apoyado el estudio del desarrollo, de sus crisis y de los cambios psicosociales del ser humano en las diferentes etapas del ciclo vital.

1.2.- Ciclo Vital en el Ser Humano

"La libertad de todas las inhibiciones si deseas conocer todas las posibilidades de tu cuerpo, conocete a ti mismo"

David Coffey

La sexualidad posee características universales, culturales, grupales e individuales, sujetas a influencias de tipo biológicas, sociales, y psicológicas que son inseparables unas de las otras, acompañando al ser humano a lo largo de toda su vida. (Méndez, 1994)

Por eso desde su nacimiento para el ser humano el intercambio afectivo es igual de importante que las actividades nutricias, ya que de éste aprende a tener seguridad, calor y bienestar. Algunos autores como J Bowlby, (1982) R. Spitz, A, (1979) S. Freud (1938) han establecido la importancia de las primeras experiencias del recién nacido para su desarrollo posterior, donde el proceso de alimentación y cuidados de la madre son significativos para sus relaciones posteriores; aquí el placer es indispensable para el desarrollo del niño y sobretodo en la calidad de la relación con la madre que le pide más que una disponibilidad constante, una participación afectiva en su vida imaginaria. Cuando existe una ausencia del placer, el niño recurre al lenguaje de su cuerpo que es lo único que conoce para gritar su sufrimiento como por ejemplo, los cólicos, los vómitos, las enfermedades cutáneas etc. (Citado en Méndez, 1994).

La función erótica es la espina dorsal alrededor de la cual se organiza el desarrollo que formará la personalidad del individuo (Tordijman, 1985).

Existe una relación entre la manipulación genital y lo gratificante de las experiencias del maternaje, aparece la sonrisa del bebé como respuesta a ese disfrute y seguridad que determina la comunicación con la madre. Posteriormente el niño y la niña aprenden a identificar y a relacionar sensaciones que los llevarán a una autoexploración por medio de los objetos que se lleva a la boca. Con el tiempo aprenden que son seres independientes de su madre y tienen la oportunidad de integrarse socialmente; aproximadamente entre los 2 y 3 años

empezarán a poner mayor atención a su cuerpo con respecto al de los demás, encontrando y reconociéndose como niño ó niña. (Méndez, 1994)

Al iniciarse su entrenamiento en el control de esfínteres, la limpieza de los genitales y sus actitudes antes sus excretas hace que se vean envueltos en un nuevo mundo con nuevas posibilidades de sensaciones agradables y desagradables con respecto a su placer. Se empiezan a enfatizar aspectos en el uso de la ropa marcadamente masculina o femenina, así como la elección de juguetes y juegos; por medio del juego el niño y la niña recrearan patrones de comportamiento y de disfrute que posteriormente incorporarán en su vida adulta.

Entre los 3 y 4 años ya son capaces de identificar las emociones de las demás personas, pueden expresar afecto e interés de mirar su cuerpo desnudo y el de los demás. La actividad erótica cambia de la región oral a la anal, donde la experiencia de excreción se hace placentera. Aparece un mayor apego el padre del sexo opuesto y los juegos comunes son representar a la mamá o al papá, que pueden incluir juegos sexuales. Entre los 5 y 6 años pueden presentar una conducta de imitación, reproduciendo el patrón de lo observado, estableciendo una identificación con el padre del mismo sexo y desplazan su apego con el padre del sexo contrario, renunciando a su interés sexual hacia su placer por temor a la castración. (Méndez, 1994)

Hasta los 7 años se empiezan a interiorizar conceptos de tiempo y a experimentar sentimientos incómodos que tengan que ver con la sexualidad y empiezan a interesarse en saber sobre el embarazo y el parto. Posteriormente comienzan con juegos románticos, donde las platicas con los compañeros y las compañeras del mismo sexo, la televisión y los medios masivos de comunicación influyen para que acentúen estos juegos. (Méndez, 1994)

El proceso de crecimiento implica crisis y cambios dolorosos, pero también sueños e ilusiones que llevan a elegir, a distinguir, a decidir y a resolver mediante lo que podrá alcanzarse la identidad personal, así después de la infancia los adolescentes buscan una identidad de sí mismos, comienzan a tener cambios no sólo corporales, sociales y psicológicos, sino con su sexualidad; apareciendo una

nueva relación con los amigos, comienza a intelectualizar y fantasear sobre él y el mundo, puede tener crisis religiosas, descubrir posibilidades autoeróticas, sensuales y algunas veces ejercicios sexuales con la pareja, con fluctuaciones entre el estado de humor y del estado de ánimo. (Monroy, 1994)

Aparece una tendencia a la búsqueda de la independencia y autonomía manifestada a veces como rebelión a la autoridad, modificando la manera de hablar, la vestimenta y el grupo de amigos. La satisfacción y el placer sexual se encuentran con gran intensidad en ésta etapa, a través de juegos sexuales o enamoramientos idealizados, existe un interés por las revistas, películas y videos eróticos. En la etapa de la adolescencia pueden presentarse embarazos no deseados en los jóvenes, que llevan a la muchacha a la decisión de abortar o a terminar de posponer otras metas y proyectos y que la llevarán a sentirse frustrada. (Monroy, 1994)

Al salir de la etapa de la adolescencia el ser humano entra a la siguiente que es la adultez que se ubica entre los 25 y los 50 años, que se caracteriza por un estilo de vida, donde la persona ya ha alcanzado un sentido de identidad de sí mismo y ahora establece metas para su propio proyecto de vida que lo lleva a involucrarse en un matrimonio, en vivir bajo unión libre, en un trabajo que puede ser significativo, que puede traer disfrute o frustración y en nuevas responsabilidades sobre todo si existen hijos. (González, 1994)

El reto es mantener una sexualidad renovada y desarrollarse bajo una red afectiva que sostenga la comunicación de la pareja y su mutua consideración. Aparecen las relaciones extramatrimoniales por salir del aburrimiento, por nuevas sensaciones y disfrutes con personas nuevas, por castigar al conyuge, inseguridad del propio atractivo etc.; donde las enfermedades están a la orden del día si no se toman las precauciones debidas. (González, 1994)

Después de los 45 años comienza un período de declinación física y maduración de la persona, donde vuelven a surgir nuevos cambios en todas las áreas de la vida del individuo, siendo éste el tema central que trataremos más adelante para completar este ciclo del ser humano. Dentro de algunos cambios

importantes se encuentra el envejecimiento fisiológico de la persona, por eso el interés y las actividades sexuales comienzan a disminuir y se vuelven más lentas en general, aparece una mayor preocupación por la salud y nuevos miedos al fracaso, a quedarse solos, a la jubilación, a ser dependientes, a no ser productivos y a dejar de ser atractivos para la pareja; aquí la sociedad puede influir para la aceptación y adaptación de las personas a estos nuevos cambios que se presentan en su vida. (Krassoievitch, 1994)

Este camino prepara a los hombres y mujeres para llegar a la vejez, donde la persona buscan sentirse parte de la sociedad donde la expresión de sus sentimientos y necesidades estén apoyados, ya que comienzan problemas de salud que si no se atienden se vuelven crónicos o llevan a la persona a la muerte; también se enfrentan con la pérdida de familiares, de amigos de la generación o de actividades que normalmente les daban sentido al papel que socialmente se les asignaba para ser parte activa de la sociedad; es en ésta etapa donde el ser humano se reconcilia con el mundo, con su forma de haber vivido, disfrutando cada momento con más detenimiento o se estanca en sentir que pudo ser y tener más en su vida. (Krassoievich, 1994)

1.3.- Respuesta Sexual en el Ser Humano

"El deseo sexual es una comezón y la satisfacción sexual, el alivio de esa comezón"

Fromm

Una de las funciones importantes de la respuesta sexual en el ser humano es responder a estímulos específicos para desencadenar un orgasmo como consecuencia de procesos fisiológicos, de aspiraciones psíquicas, de valores culturales y de la experiencia de la persona; que no se limita a un contacto físico sino que tiene la posibilidad de alcanzar su plenitud en las sensaciones, en la afectividad y la espiritualidad. (Tordjman, 1985).

Eusebio Rubio (1994) realiza una revisión sobre modelos que estudian la respuesta sexual humana, abarcando a Dickinson en 1933, que estudió partes anatómicas de los órganos sexuales. Después Dikson y Bucy en 1939 realizaron estudios sobre los mecanismos célebres involucrados en la conducta sexual. Hasta 1965 se retomaron los estudios anteriores de Mac Len, quién describió la importancia del sistema límbico en la integración de las emociones psicosexuales.

También Masters y Johnson (1966) fueron los pioneros en el estudio de la respuesta sexual humana en un laboratorio de reproducción biológica en la Universidad de Medicina de los E.U.. Ellos utilizaron registros cinematográficos en colores para estudiar las fases del ciclo de respuesta sexual; fase de excitación, fase de meseta, fase de orgasmo y fase de resolución.

Kaplan (1979) propuso un modelo Trifásico de respuesta sexual humana caracterizado por tres componentes:

- A) Primero compuesto por el deseo sexual del ser humano.
- B) Segundo por la vasocongestión genital en el hombre, la congestión vaginal y lubricación en la mujer.
- C) Tercero por las contracciones musculares reflejas.

1.3.1.- Respuesta Sexual en las Mujeres.

Tanto en el hombre como en la mujer aparece una fase de apetito o deseo sexual que se desarrolla gracias a la exposición de estímulos como pueden ser visuales, olfatorios, táctiles y fantasiosos entre otros; generando a su vez la iniciativa de propiciar la actividad sexual, ligada a factores como el vínculo con la pareja, o las fantasías sexuales que se tengan; al estado emocional, al medio ambiente físico, a la variedad de sentimientos relacionados con el bienestar físico y mental, la autoimagen y el amor propio que tenga la persona. (Goldman, 1995). Así la respuesta fisiológica de la mujer a la estimulación se da como resultado de la vasocongestión superficial y la contracción muscular específica en las siguientes fases:

1.- Fase de Excitación: En la glándula mamaria se presenta erección del pezón como respuesta del aumento de tensión sexual, con un crecimiento de las mamas. En los genitales externos como son los labios mayores que se adelgazan y se aplastan contra el perineo; los labios menores comienzan a expandirse; las glándulas de Bartolín localizadas en cada uno de los labios menores, segregan un material mucoso en el túnel vaginal con una elevación del PH vaginal. Los ligamentos del clítoris se movilizan con facilidad en las paredes vaginales como gotas aisladas de un material mucoso parecido al sudor de la frente formando una capa brillante; la vagina se comienza a dilatar, expandiéndose involuntariamente, alcanzando un color púrpura por la vasodilatación.

2.- Fase de Meseta: Aquí las mamas presentan la areola hinchada, con un color moteado rosado sobre la parte interior, lateral e inferior de las mamas; existe un enrojecimiento que se extiende al abdomen, a los hombros y antebrazos. En la parte final de la meseta, la mujer presenta 40 respiraciones por minuto y la frecuencia cardíaca aumenta; el clítoris se retrae en su totalidad y la vagina presenta vasocongestión como respuesta involuntaria, a esta zona vasodilatada se le conoce como plataforma orgásmica. Después el útero se eleva en la pelvis, entonces es cuando el cervix se pone en contacto directo con la pared de la vagina.

3.- Fase de Orgasmo.- Un enrojecimiento de la piel se extiende por la cara, los músculos, la región glútea y el dorso entero llegan a su mayor intensidad al final del orgasmo. Aparece una necesidad de orinar porque la vejiga es irritada de manera refleja por la acumulación de orina. Surgen contracciones involuntarias donde el esfínter rectal extremo se contrae de 2 a 5 veces. Aproximadamente. la duración e intensidad orgásmica dependerá de la experiencia de la mujer, ya que el orgasmo clitorideo y vaginal no son entidades biológicas separadas.

Existe una zona erógena localizada en la pared anterior de la vagina llamada << punto G >> descrito por Grafenber en 1950. estudiado por Whipple, Ladas y Perry. (Citado en Pérez, 1993)

En nuestra cultura el orgasmo tiene una carga y un contenido psicosocial, influyendo factores históricos, ambientales, culturales; donde la respuesta orgásmica es involuntaria y lleva a la mujer a una sensación de satisfacción. Por eso, no puede exigirse tenerla; es un proceso espontáneo de placer, cuando la mujer trata de presionarse para poder alcanzar el orgasmo, ella puede bloquearse sin llegar a éste y con un sentimiento de frustración o desilusión por no alcanzarlo. La palabra orgasmo deriva de la palabra orgao, que significa hervir de ardor, siendo una de las experiencias más intensas y subjetivas de placer, pero cargadas de elementos psicoafectivos como son las fantasías eróticas y un compromiso total de cuerpo en el ser humano. (Goldman, 1995)

Algunas mujeres han experimentado ésta fase como un empuje de actividad sensual manifestado como una necesidad de expulsar o de abrirse para recibir algo. Después se pasa a una contracción involuntaria como si fuera un latido, donde su duración dependerá de la intensidad del orgasmo. (Goldman, 1995).

En el ciclo de respuesta sexual femenina no se incluye un período de descanso, algunas mujeres tienen la posibilidad de experimentar un orgasmo tras otro sin perder la excitación, es decir, es múltiorgásmica. (Rubio y Revuelta, 1994).

4.- Fase de Resolución: Caracterizada por una rápida desaparición del enrojecimiento sexual; los labios mayores vuelven a su grosor y los labios menores regresan a su color rosado pálido; al igual que el clítoris que también

regresa a su posición. En general la mujer entra en una fase de relajación y retorna poco a poco a su posición de no estimulado. La persona tiene una sensación de bienestar físico, este puede ser momento donde la pareja puede compartir sus sentimientos con esta agradable relajación muscular. (Tordjman, 1985).

1.3.2.- Respuesta Sexual en los Hombres.

Existe una fase de deseo donde participan aspectos cognitivos, afectivos, fantasiosos, sentimientos y motivaciones. (Goldman, 1995).

1.- Fase de excitación: aparece un aumento de frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria y presión arterial. El pene que está formado por dos cuerpos cavernosos y el cuerpo esponjoso, que sirven como tejido eréctil para recibir la sangre arterial dándose la erección peneana que puede durar desde unos instantes hasta minutos, dependiendo de las variaciones del estímulo sexual efectivo. Sin embargo, culturalmente algunas personas le dan más valor al tamaño del pene pensando que está relacionado con la eficiencia sexual del hombre y por lo tanto al placer; siendo falso, ya que las modificaciones del tamaño y elasticidad vaginales permiten acomodar en ellas cualquier tamaño del pene, y el disfrute sexual como eficiencia del hombre no depende del tamaño de su miembro. Existe un aumento de sensibilidad en el pene, así como del escroto y del recto, mientras que la próstata, las vesículas seminales y los conductos deferentes se muestran menos sensibles. La erección del pene es causada por la vasodilatación, que sirve como mecanismo concientizador del hombre sobre el estímulo sexual.

2.- Fase de Meseta: El rubor sexual y la contracción muscular se mantienen en relación a la fase anterior, aumenta la hiperventilación o jalar aire y la frecuencia cardiaca. El pene alcanza su erección completa, con un cambio de color del glande como rojo púrpura. A medida que la tensión aumenta la elevación testicular se observa en el perineo masculino, si los testículos no se elevan en forma parcial el hombre no experimentara una secuencia eyaculatoria completa. Mientras más

larga sea la fase de meseta, más intensa será la vasodilatación de los testículos y el incremento testicular. Pueden aparecer dos a tres gotas de líquido secretadas por las glándulas bulbo-uretrales, conocido como emisión preeyaculatoria, que sirven para contrarrestar la acidez uretral para el paso del semen.

3.- Fase de Orgasmo: se puede observar una emisión preorgásmica que escapa en forma involuntaria y presenta espermatozoides activos. Existe una expresión sensorial asociada a la eyaculación en forma de contracciones regulares que se dan en el esfínter de la uretra a los músculos isquiocavernosos, donde el semen es expulsado con gran presión.

El escroto y los testículos sufren engrosamiento y tensión en el saco escrotal. Por otro lado la eyaculación refleja una actividad de los centros corticales superiores; el proceso de eyaculación está dividido en dos etapas:

La primera sin contracciones de los órganos accesorios desde el epidídimo y conducto deferente, el cual se contrae junto con las vesículas seminales; aquí la acumulación seminal proviene de la expulsión del líquido prostático en la uretra que se incorpora al líquido seminal mediante contracciones regulares; en esta etapa el hombre siente una sensación de inevitabilidad de la eyaculación con un intervalo de 2 a 3 segundos donde el semen se encuentra acumulado en la uretra prostática con una distensión en el bulbo uretral.

La contracción interna tiene como objeto retener el contenido urinario dentro de la vejiga para impedir la mezcla de orina o plasma seminal.

La segunda etapa del proceso eyaculatorio se da con relajación del esfínter externo que permite el paso del semen al bulbo y la uretra peneal.

Para el hombre las contracciones van variando en apreciación subjetiva de acuerdo a la tensión sexual e intensidad desde el comienzo hasta el final del proceso expulsivo; las primeras contracciones se viven como un tipo de anestesia.

Cuando un hombre ha tenido abstinencia durante varios días, el volumen seminal aumentará; también mientras mayor sea el volumen eyaculado, mayor será la sensación subjetiva de placer. La eyaculación del hombre le ha servido como un medio para aliviar las presiones psicosociales, por eso sus temores están dirigidos hacia el mantenimiento y obtención de erección peneal. (Rubio, 1994).

4.- Fase de Resolución: el rubor sexual desaparece con gran rapidez, se disipa de los hombros y de las extremidades, después de la parte anterior del cuerpo, de la cara, cuello y frente. Se da una relajación de la musculatura.

El pene se reduce hasta el cincuenta por ciento de su tamaño obtenido desde la erección. Si el pene se retira inmediatamente después de completada la eyaculación la involución se presenta con mayor rapidez. Además si el hombre mantiene proximidad física con su compañera el pene no pierde su estado de semierección y al cabo de varios minutos vuelve a su estado normal . (Masters y Johnson, 1985).

Si el hombre intenta orinar después de la eyaculación, esto acorta las etapas de involución.

También existe una disminución del aumento testicular y de los tejidos del saco escrotal que tienden a relajarse.

Es importante que considerar que la respuesta sexual está presente en todos los seres humanos, pero existen influencias y componentes aprendidos; socioculturalmente se le ha dado mayor importancia al orgasmo masculino por una necesidad reproductiva a diferencia del orgasmo femenino que no es necesario para la reproducción, a este se le ha concedido poca importancia. (Rubio y Revuelta, 1994).

CAPITULO II

"Quién cree que todas las frutas maduran al mismo tiempo que las frutillas, nada sabe acerca de las uvas"

Paracelso

CLIMATERIO

2.1. Aspectos Generales

Durante las tres o cuatro décadas de la vida sexual de la mujer sólo se utilizan en su vida reproductiva aproximadamente 500 óvulos de cerca de medio millón que existen dentro de los ovarios; para asegurar la concepción de un nuevo ser es necesario que cada mes durante el ciclo menstrual un óvulo madure y sea liberado por el ovario para ser fertilizado por un espermatozoide; si la fertilización no se presenta, se eliminan las células uterinas a través de la menstruación, esta secuencia es repetida mes con mes, año con año hasta finales de los 40as y principios de los 50 años que ocasionalmente puede dejar de ovular haciendo difícil que la mujer se embarace. Aproximadamente hasta los 50 años las mujeres pueden presentar irregularidades en su menstruación hasta llegar a la menopausia que es cuando puede dejar de presentarse la menstruación y con esto el acto de la fertilidad llega a su fin. La palabra menopausia se derivó de las palabras griegas mens que significa mensual, y pause que significa detener. (Ojeda, 1995).

Para que se pueda diagnosticar la **menopausia** es importante dejar pasar todo un año sin menstruaciones, es decir, que ya se determine la falta de ovulación y de fertilidad. Sin embargo, muchas mujeres tienen un cese abrupto de su menstruación, aunque no es común porque la mayoría pasa por un periodo de transición gradual que incluye la disminución paulatina del ciclo. Este periodo se llama **premenopausia**, al cese total se le denomina menopausia y al ajuste final se le conoce **posmenopausia**. (Poma, 1999)

Estos tres periodos están dentro de la etapa llamada **climaterio**, porque la fase de transición dura entre 15 y 20 años aproximadamente; la palabra climaterio proviene del griego klimakter que significa peldaño de la escalera.

El climaterio es resultado de un grupo de fenómenos desde lo orgánico, lo psíquico hasta lo sociocultural que genera una crisis vital que lleva a la persona a una reorganización de su identidad. Le puede implicar un desarrollo psicoevolutivo donde la persona organiza nuevos vínculos entre sus amistades, su pareja, sus hijos, sus nietos, sus vecinos etc. (Carreño, 1987)

Implica una etapa normal en la vida del hombre y de la mujer que implica cambios, físicos, psicológicos y funcionales causados por el envejecimiento que provoca un reajuste en la producción de hormonas. (Pérez, 1993)

Podemos encontrar un contraste entre una definición y otra, porque mientras para algunos es más importante el impacto que ocasionan los cambios físicos en esta etapa para la adaptación de la persona e inclusive para asumirla como enfermedad y no como una etapa de la vida. Para otros la influencia psicosocial tiene gran peso y marca la actitud que puede desarrollar una persona consigo misma. Estas dos influencias son importantes ya que tanto los aspectos físicos existen, no se pueden negar los cambios que se producen, pero también los aspectos socioculturales y psicológicos marcan la diferencia en la calidad de vida y mitificación que puede tener una persona al llegar a esta etapa.

Por otra parte las hormonas juegan un papel importante en la mujer, especialmente los estrógenos que se encargan de producir los cambios sexuales secundarios de niña a mujer, que en su momento dieron paso al crecimiento de los senos, al cambio de genitales externos, el ensanchamiento de la pelvis, el desarrollo de la vagina y el aumento de secreciones, así como la textura del cabello, de la grasa subcutánea; alcanzando su mayor producción de estrógenos entre los 20 y 30 años, disminuyendo después de la menopausia. Sin embargo, cuando una mujer presenta obesidad, crea mayor cantidad de estrógenos por la grasa corporal que se produce en los tejidos grasos a partir de la hormona androstenefiona. (Del Campo & Herrera, 1996).

Otra hormona femenina que influye en el proceso de menstruación, del embarazo y de la concepción es la progesterona. Por lo tanto, al cesar la ovulación se detiene la producción de hormonas sexuales en los ovarios y los tejidos requieren cierto tiempo para ajustarse a un nuevo equilibrio hormonal

produciéndose bochornos, sudores y trastornos en general. Por eso cuando a una mujer se le extirpan los ovarios o tienen daño en ellos se enfrentará inmediatamente con la menopausia; ésta es diferente de la histerectomía donde extirpan el útero únicamente. (Del Campo & Herrera, 1996).

En el hombre existe una disminución en la producción de semen, apareciendo como un nuevo evento para él; a pesar de esto su capacidad reproductiva no se ve afectada, sin embargo sí aparece una preocupación por su desempeño sexual. Todos los cambios en la mujer y en el hombre hacen que el placer se experimente con diferentes significados a lo largo de su vida <<llevándolos a una búsqueda constante para encontrar y encontrarse en nuevas sensaciones, sentimientos y dimensiones>>. (Corres, Bedolla y Martínez, 1996).

En cambio el hombre, no experimenta una rápida declinación de la función reproductiva, el proceso es diferente, aunque no menos importante, en él se observa una involución fisiológica general; preocupándose más por la declinación de la actividad sexual; puede ser ésta una oportunidad para una manifestación de mayor erotismo con su compañera que en una relación coital, por lo que algunos médicos no consideran una etapa climaterica en el hombre. (Markevicius, 1996).

2.2.- Conceptos y Experiencias sobre el Climaterio en Diferentes Culturas

"La virtud y la costumbre en el corazón pelean y el corazón agoniza en tanto lidian ellas"

Sor Juana Inés De la Cruz

La etapa del climaterio suele recibirse con diferentes reacciones o sentimientos. Algunas mujeres les parece algo positivo ya que desaparece la amenaza de quedar embarazada, pero otras pueden sentirse disminuidas o desvaloradas por haber perdido su juventud, dando anuncio a la tercera edad: Aquí el medio ambiente en el que vive la mujer y la cultura a la que pertenecen condicionan la conducta y la vivencia de esta etapa. Algunas de las influencias importantes es la experiencia de la menopausia de la madre y de otros

familiares, las actitudes de la sociedad contemporánea o grupo donde está situada la mujer, así como las opiniones del cónyuge o pareja sexual.

El cese de la menstruación se ha considerado en algunas culturas como la pérdida de energías positivas o de principios vitales de la mujer, siendo ella disminuida porque pasa a una situación socialmente carente de valor, ya que su misión de perpetuar la especie ha terminado. (Krassoievich, 1993).

En la Casta de los Reputos en América del Sur el climaterio en las mujeres da ciertos privilegios como participar en el gobierno o asistir a ciertas fiestas religiosas hasta entonces prohibidas. Para las mujeres de la cultura árabe y zúlu entre las consideraciones obtenidas en esta etapa es la elección de la esposa para el marido. Las mujeres de Micronesia se convierten en curanderas. En la tribu Etíope Quemart pueden caminar sobre la tierra santa y tocar alimentos rituales. Las mujeres Bantues de Sudáfrica participan en la purificación de armas y comen carne de carnero; en estos lugares los síntomas del climaterio se reportan poco intensos. (Ojeda, 1995).

En Nueva Guinea donde las mujeres desnutridas empezaban con su menopausia alrededor de los 43 años, se compararon con las que estaban mejor alimentadas que iniciaban su menopausia a los 47 años. (Krassoievich, 1993).

En una investigación realizada con mujeres Australianas de 38 a 61 años, se observaron que los síntomas climatéricos eran resultado de interpretaciones hechas por la influencia del estrés psicosocial afectando la autoimagen. (Kirchengast, 1993).

En E.U. se realizó una estadística en donde las mujeres entre 37 y 59 años reportaron la etapa del climaterio como desagradable porque presentaron problemas para dormir, desórdenes psicológicos, fatiga y síntomas somáticos. Se observa el desarrollo de características viriles perdiéndose femineidad en ciertas mujeres que generalmente tienden a ser altas, flacas y huesudas que durante la etapa de climaterio adelgazan aún más en lugar de acumular grasa. (Shaver y Paulsen, 1993).

Al existir otras culturas con diferentes tradiciones, aparece una valoración distinta con respecto a la entrada de esta etapa, asumiéndose nuevos roles y

resignificándose positivamente en otras áreas. En cambio en las mujeres donde el climaterio ha significado la entrada a una vida con problemas de salud, de adaptación y sobretodo de aceptación social, presentan un sentimiento de culminación y de pérdida de su rol maternal que se conservaba hasta ese momento, llevando a la persona a una devaluación de su persona y de su vida.

En una comparación realizada entre las actitudes hacia el climaterio en hombres y mujeres utilizando subescalas positivas y negativas; tomaron en cuenta el contexto, edad y la experiencia de la persona. Se encontró en general una actitud más positiva en las mujeres, que en los hombres; estas actitudes fueron incrementando positivamente a mayor experiencia con una influencia de los aspectos afectivos para enfrentar el climaterio. (Gannon y Ekstrom, 1994).

El hombre en la mayoría de las culturas vive la etapa del climaterio con miedo a la monotonía y hastío de sus relaciones sexuales, al cansancio físico y mental y al temer al fracaso que lo induce a renunciar a una nueva experiencia; ya que se pone énfasis a su participación en el ejercicio de su sexualidad como resultado de un aprendizaje cultural; tratando de verificar su calidad o nivel de desempeño sexual con personas más jóvenes ó con nuevas hazañas; otros se niegan su derecho sexual cayendo en depresiones o en enfermedades. (Tordjman, 1985).

En algunas culturas la mujer renuncia a su sexualidad por la muerte de su pareja, le da importancia a la idea de fidelidad que debe mantenerle a su esposo o por la creencia de que las relaciones sexuales solamente son para la procreación y la menopausia les marca este fin. En las culturas donde ha dominado la idea de hombre fuerte e invencible; al ver disminuida su capacidad física en la etapa del climaterio, les ocasiona frecuentemente temor de que su potencia sexual también decline, sobre todo cuando ha centrado su virilidad en la potencia de sus genitales, entrando en una preocupación constante, cansancio físico y mental, además de temer al fracaso. (Tordjman, 1985).

El alemán Erick Erikson desarrolló criterios para la comprensión del desarrollo psicosocial desde la infancia hasta la vejez; encontrando que en la

etapa del climaterio hombres y mujeres viven una necesidad de generatividad en actividades creadoras, una preocupación por su estilo de vida en la búsqueda de una nueva intimidad que les permita llenar de significado su vida o resignificar de placer a su pareja, cuando a la persona le falta dominio en alguna tarea de sus años anteriores, ésta puede presentar un sentido de estancamiento, de empobrecimiento personal e inclusive sentimientos de envidia, ya que esta etapa puede también significar la pérdida de ilusiones y de fortalezas. La persona entra en una revisión de su vida, encontrando que ya no tiene las mismas opciones y posibilidades que tenía antes o siente que tiene una limitación del tiempo. Por eso, las partes de la personalidad que fueron ignoradas por el individuo buscan ser reconocidas y expresadas por medio de la orientación hacia las nuevas generaciones como una manera de aliviar las preocupaciones que no fueron satisfechas. (Goldman, 1995)

2.2.1.- Definición del Climaterio en Occidente.

En México la esperanza de vida en la mujer en 1950 - 1955 era de 52.37 años, apenas rebasaba la edad promedio de la menopausia, posteriormente de 1990 - 1995 se ha incrementado a 73.81 años aproximadamente y se espera que para el año 2020 - 2025 aumente a 78.58 años.

Por otro lado la edad promedio de la menopausia en las culturas occidentales es de 50 - 52 años. (Cravioto, 1994).

Así el climaterio ha sido poco abordado en nuestra cultura, sin embargo, el crecimiento y el envejecimiento de la población ha hecho que las instituciones observen este período, sobre todo por las implicaciones que tiene en la esfera laboral, familiar, psicosocial, sexual y de salud; ya que la persona que pasa este proceso se enfrenta a nuevas situaciones con desconocimiento y miedo, refiriéndose a ella como una enfermedad. Además en Occidente donde se vive un sistema político, económico y social basado en la competencia y producción en serie, se le ha dado más importancia a la juventud y a la belleza física porque una

forma de observarlo ha sido en el mercado se venden al público una serie de objetos y productos para conservarla; por esto la imagen de una abuela canosa, con arrugas, regordeta, ve amenazado el ideal que se tiene de envejecer e inclusive es rechazado, sintiendo que pone en duda la femineidad o masculinidad de las personas, sobre todo con la pareja. Existiendo también una negación del placer en la persona que inicia esta etapa, relegándole y quitándole la posibilidad de conmovirse, entusiasmarse y de ejercer el placer en el redescubrimiento de nuevas sensaciones. Esta cultura lleva al hombre y a la mujer a obsesionarse con ejercicios, con cirugías como la liposucción para conservar una apariencia delgada, con implantes en el cuerpo y sobre todo con desórdenes de comida que llevan a las personas a hacer dietas, todos los mensajes llevan a la persona a tener problemas para aceptarse, con una preocupación por el cuerpo. Por eso el climaterio se vuelve una humillación porque se hace evidente el temor a la obesidad, a las arrugas, a las enfermedades, a la mirada de los demás que le recuerden que es vieja, de porvenir caduco, donde se enfrenta a la competencia con los jóvenes incluyendo la relación con los propios hijos, a la pérdida del rol femenino y masculino que le daba un estatus social. (Instituto de San Carlos, 1997).

En una investigación se observaron a mujeres que estaban en la etapa de climaterio, encontrándose semejanzas con sus madres; así cuando una mujer se consideraba débil y enferma con pérdida de control sobre su cuerpo, la hija asimilaba este mensaje y lo introyectaba en su vivencia. A diferencia de las madres que tenían cambios positivos en su vida, ellas no se dañaban y buscaban roles femeninos exitosos y de aceptación, disfrutaban en esta etapa; las actitudes que mantuvieron sus hijas fueron positivas. (Wilk y Kirk, 1995).

Sabemos que es mucha la labor que necesita realizarse, para cambiar actitudes e ideas que han perdurado a lo largo de los años entre los mensajes que se reciben en la cultura y el conocimiento de lo que es el climaterio. Por eso, anteriormente desde el punto de vista médico, el climaterio en Occidente era visto únicamente como un cese de producción de óvulos y la disminución de la

producción hormonal en la mujer, desde un modelo de enfermedad con deficiencia.

Actualmente médicos y psicólogos han tratado de redefinir este concepto en la cultura occidental como un período que involucra un proceso normal donde específicamente la mujer deja de ser reproductiva, pero con una oportunidad de reconstrucción de su vida que si bien reconoce los cambios fisiológicos en la persona, también le permite pasar a una etapa con otras libertades para adaptarse a los nuevos cambios y con un nuevo sentido del disfrute de la etapa.

(Wilk & Kirk, 1995)

Se le llamó climaterio masculino o andropausia cuando se observó una gran cantidad de hombres que se encontraban en perfecto estado de salud sin ninguna tendencia a padecer de los nervios, comenzaron a quejarse de sentirse enfermos, con períodos constantes de ansiedad y ataque de nervios; posteriormente se observó que en ellos no terminaba su capacidad reproductiva. (Arroyo, 1995).

Michael B. Keegan (1995) describe en la película llamada Tomates Verdes Fritos, una historia que se desarrolla en la cultura occidental, en América del Norte, presenta a una mujer que llega a la etapa del climaterio junto con su esposo, dedicada a su hogar y pendiente de todas las necesidades de su marido. Lo que la lleva a inscribirse a un curso sobre como reavivar la pasión en el matrimonio, el cual abandona al darse cuenta que lo que busca no es sólo sexo en su relación, sino una chispa de interés que ella siente se ha apagado. Al conocer a una señora de la tercera edad que vive en un asilo, comienza una amistad entre las dos por las platicas y las visitas frecuentes al lugar. Descubre en esta amistad que los sudores, el aumento de peso, los cambios de estado de ánimo se deben a la menopausia. Ella los había vivido con pesares sintiendo que ya no valía como mujer porque su belleza se ha terminado. Por eso va a consulta médica para combatir los síntomas con hormonas y vitaminas que le recetan, comienza a realizar ejercicio con regularidad, cambia su dieta y sigue con las visitas a su amiga que le influye una gran confianza en sí misma, en la vida y con su esposo. Poniéndose nuevas metas y significados en su vida diaria, aprendiendo a sentir placer con ella misma y con la vida. Su marido que también pasa por la misma

etapa acostumbrado a jugar béisbol y ver televisión en sus ratos libres, se mantiene muy ajeno de lo que sucede en su casa, en su relación y deja de sentirse a gusto con él mismo; encontrándose atrapado en la rutina. Así que cuando su esposa empieza a tener una actitud más positiva hacia ella misma, a cuidarse y a trabajar, él se desconcierta, pero finalmente le gustan y renace nuevamente el amor y el deseo por su esposa. Lo que también le implica cambiar con ella, adaptarse y aceptar sus propios cambios como hombre a la vejez e interesarse en su relación, en lugar de ser indiferente o de negarse una situación que existe, para sentirse seguro de las amenazas que la cultura le inculca como una forma de vida para su vejez. Observamos como la influencia de la cultura determina la elección de vida de las personas; al principio estos personajes buscaron modelos y estereotipos que se alejaban de lo que realmente vivían en su persona, apareciendo como inalcanzables, dejando una huella de frustración e insatisfacción, además de una disminución de su autoestima.

La importancia que tiene la cultura occidental en las actitudes de hombres y mujeres en la etapa del climaterio, como se observó en la película lleva a una persona a una aprobación o rechazo de la vejez; puede vivir llena de enfermedades, de miedos, buscando constantemente reafirmarse con la aceptación de los demás, acostumbrados a vivir en el pesimismo y sintiéndose derrotados ante la vida. También puede tomar otro camino como la oportunidad de retomar o reiniciar proyectos que le den confianza a la persona alcanzando un autoconcepto de seguridad para volver a buscarle un significado y placer a todo lo que se realiza, así como el deseo de la convivencia con la pareja. Por eso es importante que la persona tenga conocimiento de los cambios que se presentan en las diferentes áreas que la rodean como son la física, psicosocial y sexual; para poder entender y enfrentarse a estos nuevos cambios.

2.3.- Cambios Físicos en el Climaterio.

"Nada puedes enseñarle a un hombre, solo puedes ayudarlo a que lo descubra dentro de sí mismo"

Galileo

Son importantes la comprensión y el conocimiento acerca de los cambios físicos que trae consigo el climaterio porque así la persona tendría una mayor oportunidad de prevenir algunos problemas de salud, así como la oportunidad de tener un disfrute sexual más completo, haciendo frente a este proceso con una conciencia de su situación (Cravioto, 1994).

Si bien, la mayoría de los estudios realizados sugieren un deterioro y una disminución del deseo sexual, también existe un desconocimiento en la población en general sobre los mecanismos y los cambios en este período, donde la información de las características epidemiológicas del climaterio es aún limitada en nuestro país, desconociéndose la prevalencia de la sintomatología y su magnitud total a largo plazo. (Cravioto, 1994).

Para algunos investigadores los cambios físicos, la conducta y las emociones que se presentan en el climaterio se le atribuye a problemas endocrinos, mientras que otros la atribuyen a factores socioculturales y finalmente hay quien la atribuye a factores físicos constitucionales en una aparición temprana o tardía del climaterio.

2.3.1.- Cambios Fisiológicos en la Mujer.

Considerando que el climaterio es una etapa de cambios que lleva consigo un proceso que para su comprensión puede dividirse en etapas; al principio aparece una etapa llamada **premenopausia** donde aparecen irregularidades menstruales que pueden presentarse con sangrados espaciados o frecuentes, abundantes o escasos, manchados continuos o mezcla de todo; este cambio tiende a relacionarse con la masa corporal de la mujer, que tiende a presentarse más tardíamente en mujeres obesas que en delgadas. (Cravioto, 1994),

Más significativo es en cambio el cese gradual o súbito de la menstruación como resultado de una respuesta nula o baja de producción de estradiol dando lugar a la **menopausia** (último sangrado) donde el endometrio deja de ser estimulado y comienzan a circular grandes concentraciones de hormona FSH y LH debido a la disminución de estrógenos, que provoca la alteración del control neurovascular ocasionando períodos constantes de transpiración, bochornos, escalofríos, mareos, irritación, tensión y mal humor; estos cambios imponen un esfuerzo a otros sistemas del cuerpo ocasionando debilidad, fatiga, mareos, trastornos de sueño y cefaleas, asociados a angustia, a una sensación de asfixia, a depresión, aprehensión, nerviosismo y agitación. (Cravioto, 1994)

Estos trastornos metabólicos son la atrofia genito-urinaria que ocasiona atrofia de la vulva, prurito, enfermedades cardiovasculares, disfunciones de la vejiga; frecuencia en la micción, dolores óseos y musculares, aplastamiento de las vértebras.

En el período que sigue a la menopausia conocido como **posmenopausia** se exacerban todos los síntomas anteriormente mencionados apareciendo síntomas vasculares como hipertensión, arteriosclerosis, palpitaciones y arritmias; síndrome osteo-músculo-articular dando paso a la pérdida de estatura , jorobamiento, fracturas frecuentes, alteraciones de la fuerza, falta de resistencia y elasticidad de los músculos; disminución de actividad con aumento de apetito, aumento de peso con alteración de los depósitos de grasa, siendo un factor desencadenante de diabetes; comienza aparecer vello en el labio superior, mentón y mejillas, cambios en la voz, volviéndose más grave y a veces caída del cabello. Todos estos cambios pueden alterar la respuesta sexual en la mujer si no existe una atención y prevención oportuna de la persona, llevándola a vivir una etapa de enfermedades más que a una oportunidad de disfrute en esta etapa. (Poma, 1998)

2.3.2.- Cambios Fisiológicos en el Hombre.

Se han reportado síntomas generales como la sensación de sentirse enfermos, accesos periódicos de ansiedad y debilidad, agravado por cambios de humor con excesiva sensibilidad, al grado de estallar con la más mínima provocación. E incluso se ha llegado a comparar con la sensibilidad que tiene una mujer y presentando escapes agresivos sin motivo aparente. Esta intensificación de sensibilidad provocaba bochornos, vértigos, palpitaciones, dolores de cabeza, insomnio, fatiga en general. Así como pérdida de memoria en eventos recientes, disminución en el interés del mundo haciéndose menos sociable. En la mayoría de los casos un decremento del apetito sexual, extinguiéndose por períodos o recurriendo a la genitalidad. (Markevicius, 1996),

Hollander en 1950 observó en sus pacientes la falta de fuerza, irritabilidad, pérdida de confianza en si mismos, impaciencia, pérdida de energía, insomnio, dolores de cabeza, disminución de poder de la imaginación y de facultades intelectuales. Estos síntomas están relacionados con una declinación de la actividad glandular, de la deficiencia funcional de los testículos y en algunos la declinación de la próstata. En algunos hombres es notorio un cambio brusco de carácter y de personalidad; por ejemplo, un hombre en posesión de todas sus facultades, activo, agresivo y optimista puede cambiar de repente a ser un hombre pesimista, evitando toda clase de esfuerzos. Otros cambian su dirección sexual, desarrollando tendencias homosexuales. (Citado en Englander, 1993)

En muchos hombres se han observado tendencias de sadismo, fetichismo y exhibicionismo. Según Nolen (1987) algunos hombres mayores molesten a niñas de escuela en la calle es frecuente, como la necesidad de mostrar actos de exhibicionismo, otros autores han observado un aumento de crímenes sexuales en este período del climaterio y una alta estadística de incesto. (Citado en Englander, 1993)

Los síntomas que presenta el hombre se resumen en los siguientes: erecciones plácidas, pérdida de deseo sexual, impotencia, nerviosismo, lagunas

mentales, bochornos, excitabilidad, fatiga y pérdida de fuerza, depresión y sollozos, constipación, irritabilidad, taquicardia y palpitaciones, vértigo, dificultad para concentrarse, insomnio, cefalea, dolor occipito-cervical, escotomas, adormecimientos y calambres, enfriamiento de manos y pies, hormigueos y dolores vagos. Otro cambio es el cese o disminución de producción de semen que parece un evento nuevo para el hombre. (Markevicius, 1996)

Se encuentran sujetos al síndrome hipogonadal donde existe una reducción o pérdida de la función sexual; ocasionado por una disminución gonadal de la hormona gonadotrópica del lóbulo inferior de la hipófisis. En una investigación de 252 pacientes estudiados; el 80% presentó una disminución de la potencia sexual o ausencia de la misma; en otro grupo de 23 personas, la potencia estuvo reducida o ausente el 90% de los casos. Se encontró una relación entre la edad, la producción de testosterona y las manifestaciones de déficit androgénico representadas por síntomas psico-vegetativos semejantes a las molestias que experimenta la mujer aunque menos pronunciados. (Markevicius, 1996).

A partir de los 50 años la próstata experimenta una degeneración fibrosa o hipertrofia que dificulta la micción y retención de orina. El volumen del líquido seminal disminuye cerca del 80 % de los hombres presentan eyaculación retrógrada en la vejiga. Esta eyaculación no representaría ningún inconveniente, si no disminuyera o alterara el placer orgásmico ligado al volumen de lo eyaculado. (Tordjman, 1985).

2.4.- Cambios Psicológicos.

"Tocadme las arrugas no son contagiosas"

Mishara

En la etapa del climaterio algunas mujeres les cuesta más trabajo adaptarse a los cambios hormonales presentando una historia de continuos problemas emocionales, algunas dificultades en sus relaciones sexuales y tendencias narcisistas sobre todo cuando han depositado su valor en el atractivo físico como elemento de autovaloración personal; las mujeres que no tuvieron hijos se enfrentan a la pérdida de su fertilidad y las mujeres casadas consideran que sus mejores años han pasado. Las mujeres que han definido su femineidad sobre bases corporales como son la menstruación, el embarazo y la maternidad son vulnerables porque para ellas significa el fin de su identidad femenina y el climaterio las priva de un sentido existencial. (Pérez, 1993),

Faustino Pérez (1993) señala tres fases por las cuales la persona atraviesa la adaptación emocional en la etapa del Climaterio:

- 1.-**Primera Fase** aparece con el impacto que puede durar de días a semanas.
- 2.-**Segunda Fase** es un período de adaptación que dura de semanas a meses.
- 3.-**Tercera Fase** se presenta como una reorganización interna en la persona y tiene una duración de meses a años.

Estas tres fases se presentan en un proceso constante en la mujer y en el hombre que pasan por la etapa del climaterio; estando relacionada intimamente con la historia personal, el contexto, el apoyo familiar y la atención médica y psicológica que obtenga la persona.

Existen personas que reprimen sus deseos, habilidades y desarrollo personal por vivir a través de las actividades y experiencias de sus hijos; cuando los hijos se van de casa los padres sufren mucho, como si se experimentara la muerte de un ser querido, a este fenómeno se le llamó <<síndrome de nido vacío>>, que muchas veces conduce a la depresión, por eso es necesario que los padres busquen una nueva identificación con sus hijos adultos. (Evans, 1979)

Para las mujeres que únicamente han cimentado su vida en el aspecto reproductor, esta etapa significa el fin de su carrera, manifestando una baja autoestima, reacciones hipocondríacas, depresión y es la oportunidad para hacer frente a otras ocupaciones o actividades.

Entre los síntomas que aparecen en el climaterio mencionados anteriormente entre ellos la inestabilidad emocional, irritabilidad, cansancio, agotamiento, nerviosismo, problemas de concentración, depresión, insomnio y tensión entre otros, se agravan cuando se vanaliza su importancia siendo remitido al psiquiatra sin una explicación adecuada, en esta cadena, la mujer no desea hablar de sus problemas porque piensa que son síntomas transitorios y que ella debe sufrirlas en la intimidad. (Pérez, 1993),

Una de las causas de los cambios conductuales, de humor y de aprendizaje es la alteración de diferentes neurotransmisores cerebrales que influyen en el sistema nervioso central produciendo catecolestrógenos que actúan sobre las neuronas. En la época climatérica disminuye la serotonina y la dopamina, sus metabolitos como el trifofano que aumenta la concentración de monoaminoacidasa que modifican el humor, la irritabilidad, la euforia y la agresión.

Sin embargo, no sólo los factores hormonales son los únicos que influyen en estos cambios, también lo son las tensiones familiares, de pareja y estrés social que parecen ejercer influencia sobre los trastornos psicológicos. (Krassoievitch, 1993).

Por ejemplo gran parte de la conducta de la mujer está condicionada por los valores de la sociedad y la expectativa de los varones, en este caso se ha considerado a la mujer como pasiva, masoquista y narcisista, donde sus logros están dados a través de los de su esposo e hijos, este cambio representaría pérdida de su integridad femenina.

En la actualidad las mujeres llegan a la época climatérica en diferentes situaciones psicoafectivas y sociales, aflorando en algunas conflictos psicopatológicos y emotivos, determinadas por la calidad de vida, las expectativas y creencias de la persona. Son importantes la calidad de vida, las expectativas y creencias de la persona. El tipo de relaciones personales con su familia y entorno

social porque esto cambia la manera de enfrentar el climaterio. En esta época se nota mayor depresión en las amas de casa, que han estado más involucradas con el cuidado de los hijos y que se vuelven más independientes, donde aparecen problemas de salud con los padres o suegros; además se presentan disfunciones sexuales y dificultades afectivas que generan trastornos psiquiátricos, este síndrome es conocido como nido vacío; así la desestructuración de la personalidad, el temor de los cambios físicos pueden coincidir con la fase de reajuste neuroendocrino. En contraparte con la mujer soltera que centra su vida en el trabajo, en sus amigos y su realización profesional, pero también durante esta etapa se reactiva la señal de la que no pudo o no quiso procrear hijos y su deseo de maternidad se ve perdido. (Instituto de Salud Carlos, 1997).

Por lo anterior, es fácil que la mujer caiga en un estado depresivo, éste puede presentarse como síntoma leve y pasajero o formar cuadros depresivos graves, unipolares o bipolares, de trastornos distímicos o adoptar la forma de depresión reactiva.

El humor depresivo es patológico cuando altera el funcionamiento en hombres y mujeres en su capacidad para amar, trabajar y divertirse; la gravedad difiere en la intensidad, duración, frecuencia, en la capacidad para reaccionar a los cambios presentados. Podemos ver que la depresión reactiva surge como resultado de una situación dramática como la pérdida de un ser querido, la persona presenta ansiedad, debilidad, falta de aliento, dolores abdominales, y a veces un nudo en la garganta la duración es de 2 a 3 meses.

Los estados distímicos es un grupo de síntomas persistentes durante al menos dos años, la persona es pesimista, se siente culpable de pequeños problemas, carece de autoestima y es incapaz de sentir placer o satisfacción.

Los trastornos afectivos mayores se caracterizan por falta de apetito y adelgazamiento, cansancio, llanto injustificado, incapacidad para concentrarse, agitación, insomnio, alteraciones psicomotoras, disminución de la libido, desinterés de actividades, sentimientos de culpa, ideas suicidas, estos síntomas se agravan cuando se consume alcohol o drogas.

La depresión está determinada por factores genéticos, bioquímicos, hormonales, sociales y psicológicos; en esta etapa las mujeres son más propensas que los hombres a estos padecimientos por la educación discriminatoria, la sensación de impotencia, falta de preparación para hacerle frente a los problemas y el sentimiento de inferioridad por los cambios. (Instituto de Salud Carlos, 1997).

Por otro lado, es importante reconocer que una persona tiene mayores facilidades de aprendizaje en un área que en otra, ya que la inteligencia es una facultad viva y compleja; en el climaterio la persona ha alcanzado mayor experiencia, conoce sobre varios temas y se hace más hábil en algunos talentos a lo largo de los años; este aprendizaje forma lo que se conoce como el imperio cristalizado, ya que a esta edad se manifiesta por ejemplo una mayor comprensión verbal; sin embargo, este conocimiento no es suficiente para dominar la situación que se presenta; la persona necesita imaginarse las situaciones para resolver el problema en particular en lugar de extraer la respuesta correcta de sus conocimientos.

La mayoría de las personas presentan una pérdida de su inteligencia fluida al pasar a la madurez. Aún con esto, permanece la capacidad de aprender, aunque algunas personas prefieren no correr riesgos e interfieren su demostración con lo que han aprendido, ya que una persona que se sienta despreciada, aislada o indeseable puede estar preocupada con una angustia interna, como para prestar atención a lo que sucede a su alrededor. (Krassoievitch, 1993).

La memoria necesita de un sistema de almacenamiento para la experiencia donde es codificada y convertida en un banco de datos, también necesita de un sistema de recuperación para buscar lo archivado y recobrar la información cuando la persona lo necesite; cualquier problema en estos sistemas tendrá repercusiones en la vida de cualquier persona en el climaterio, que se vuelve más lenta para recordar. La lentitud no sólo se refleja en lo mental, sino también en las actividades psicomotoras para la realización de una acción o tarea, es una oportunidad para llevar una forma de vida más relajante que le permita a la

persona apreciar el escenario de la vida, deleitándose y apreciando lo que el climaterio ofrece.

También aparece un miedo a perder el control de la propia vida, por eso las personas tratan de reafirmarse recordando el pasado o utilizando determinado tipo de ropa como un recurso natural para renovar la fe en su propia capacidad. La repetición del pasado tiene un significado integrador para la persona alrededor del cual puede organizar su vida, siempre y cuando no sea una evasión para salirse del marco del tiempo en que vive porque también puede significar que esté sufriendo una limitación orgánica como por ejemplo una demencia que está relacionada con problemas cognoscitivos, afectando las ideas, la velocidad del pensamiento y la dificultad para recordar acontecimientos recientes, así como falta de atención reflejada en la pobreza de concentración para registrar nuevas experiencias haciéndose difícil realizar tareas rutinarias produciendo mucha ansiedad en la persona. (Krassoievitch, 1993).

Si una persona es muy exigente consigo misma ve su vida como una sucesión de fallas y oportunidades pérdidas; recordando sus deficiencias como niño, como esposo, como padre y puede sentirse culpable por alguna transgresión moral; esta actitud puede aumentar su preocupación al sentirse incapaz de enmendar sus fallas y encarar una perspectiva de muerte. Al revés de una persona que haya preparado el camino para una actitud serena que ha aceptado su vida puede relajarse y disfrutar del climaterio. Cuando la persona descubre cosas satisfactorias en la vida puede llevar sus actividades sin preocuparse demasiado. Por ejemplo una bebida sencilla cuando tiene sed o un refugio cuando cae la lluvia puede ser motivo de disfrute. (Tiger, 1993).

2.5.- Cambios Sociales.

"La calidad de energía humana depende del valor que da la sociedad a los individuos y del valor que éstos se otorgan a sí mismos"

Virginia Satir

En la etapa del climaterio la persona no sólo se enfrenta a cambios físicos que alteran su forma de vida sino que también la cultura ejerce una gran influencia.

Mishara en 1986 propone seis modelos teóricos donde explica estos cambios:

1.-La teoría del retraimiento donde la persona decide llevar un aislamiento poco a poco y deja de mezclarse con la sociedad, ya que esta ya no ofrece posibilidades de crecimiento y de seguridad.

2.- La teoría de la actividad que trata de explicar los problemas sociales y las causas que contribuyen a la inadaptación de las personas; por ejemplo la persona que adquiere nuevos roles sociales sin dejar los antiguos será valorada en la medida que sean remunerados económicamente, la persona tendrá una mayor adaptación en su medio.

3.- La teoría de la continuidad donde la adaptación y el estilo de vida se encuentran determinados por los gustos, los hábitos y los estilos de vida adquiridos a lo largo de la vida persistiendo hasta el climaterio, tendrán una respuesta similar cuando llegue la jubilación y el envejecimiento.

4.- La teoría de la subcultura; admite la existencia de una subcultura de la edad que posee características de su grupo como pueden ser las normas que gobiernan su conducta.

5.- La teoría del grupo minoritario expone que las personas en la etapa climaterica se sienten forzadas a formar minoría; resultado de la falta de movilidad, de pobreza, disgregación, de impotencia y pueden variar desde la pasividad hasta el activismo político; estas situaciones dejan expuestas a las personas al alcoholismo, a los calmantes, a la drogadicción y a la baja autoestima.

6.-La estatificación social es otra teoría que indica que la persona pertenece a un grupo de acuerdo a su edad y a la pertenencia de una capa social

que puede variar según la época; esta capa ha ido creciendo, reconociendo que dura más tiempo y posee mayor poder que en la antigüedad haciendo uso de su poder económico y político.

Además de los cambios anteriores la sociedad moderna contribuye a la desvalorización de la persona que envejece y aumenta el valor de los jóvenes por el perfeccionamiento de la tecnología médica, el desarrollo de la tecnología económica, la urbanización y los progresos en la instrucción. Por eso, la persona se ve en la necesidad de renovar su conocimiento para realizar ciertas funciones que lo ponen en desventaja en el mercado de trabajo y que debilita su posición económica. Además la persona que desea seguir trabajando se encuentra con características estereotipadas que llevan a despreciar su trabajo por considerarle una persona enferma, más lenta que los jóvenes y menos capaz de adaptarse a una nueva situación. (Krassoievitch, 1993).

Es necesario considerar que gran parte de la vida de la persona la pasa en el trabajo, por esto es muy significativo que el dejar de trabajar lo acompañe de la pérdida de ingresos, de prestigio; por eso la persona puede sentirse desorientada, angustiada y deprimida más que liberada. La jubilación hoy en día tiene lugar tan rápido que el proceso adquiere carácter de suceso, volviéndose un momento crítico de la vida llenando de inquietud y desequilibrio a la persona como a sus familias.

Para muy pocos, la jubilación es una opción que le da la oportunidad de mantenerse gracias a la productividad de los que continúan trabajando en algunos países ; el dejar de trabajar constituye una manera de realizar otras actividades que antes no podían realizarse por las responsabilidades como tener que levantarse a cierta hora, la relación conyugal, la preparación de la comida y de la ropa que utilizaba , así como la hora de volver a la casa. (Krassoievitch, 1993).

Por eso con los grandes progresos de la industrialización, el ocio se tomó como algo negativo, predominando el consumismo, donde las actividades adquirieron un valor utilitario dejando a un lado las actividades que aportan placer, crecimiento, diversión creatividad y trascendencia sensual a la persona. (Tiger, 1993).

CAPITULO III

"Todo el mundo es un escenario y todas las mujeres y los hombres son sólo actores; ellos tienen sus salidas y sus entradas, cada ser humano en su tiempo representa muchos papeles"

Shakespeare

GENERO Y SEXUALIDAD

3.1 Definición de Género.

La formación de género se da a partir de una construcción social que define lo masculino y lo femenino, marcando estereotipos rígidos, condicionando roles, limitándolo las potencialidades de las personas y su disfrute sexual. Ya que la socialización le hace adquirir a la persona conductas y roles que culturalmente se le asignan. Por lo tanto, el género se consideró como una red de creencias y rasgos de personalidad, actitudes, sentimientos, valores, conductas y actividades que diferencian a las mujeres y a los hombres, como resultado de un proceso histórico de construcción social por la transmisión y aprendizaje de normas que informan a la persona acerca de lo obligado, lo prohibido y lo permitido. (Citado en Bustos, 1994)

Dio Bleichmar en 1985, define el género como la categoría donde se agrupan todos los aspectos psicológicos, sociales y culturales de la femineidad y masculinidad, reservando el sexo para los componentes biológicos, anatómicos y para designar el intercambio sexual en sí mismo.

Beneria y Roldán en 1987 dicen que el género es una red de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, sentimientos, valores y actividades diferenciales entre hombres y mujeres, a través de un proceso de construcción social que tiene una serie de elementos distintivos. Siendo la construcción del género un fenómeno histórico que ocurre dentro de las esferas macro y microsociales como puede ser el Estado, el mercado de trabajo, la escuela, los medios masivos de comunicación, las leyes, la casa, la familia y las relaciones interpersonales.

A diferencia del rol de género que abarca el rol de género, donde existe un conjunto de prescripciones y poscripciones para la conducta dada, así como expectativas acerca de las cuales se dictan los comportamientos apropiados para una persona que sostiene una posición particular dentro de un contexto determinado, esperando ciertos comportamientos apropiados socialmente para las personas que poseen un sexo específico. El género ha tenido la función de conciliar a los hombres y mujeres con las instituciones, políticas, económicas, sociales y religiosas, donde éstas tratan de moldear la conducta de las personas; sin embargo, no siempre tienen éxito en la tarea de inculcar conductas aceptables. Por eso con la socialización, la persona integra e incorpora ideas, valores, las creencias y las actitudes que contribuyen en el modo de pensar y de actuar de las personas dentro de su familia, en la escuela, en los medios masivos de comunicación y con los amigos. (Citado en Lamas, 1995)

Por otra lado, en los años 70as se cuestionaron las desigualdades sociales y se declinaba la marginación femenina y la dominación política patriarcal. Entonces es cuando se definió al género como una categoría fundamental en la que el significado y el valor se asignaban para organizar las relaciones sociales humanas, así se cuestionó la división sexual del trabajo donde las mujeres al tener hijos debían quedarse a su cuidado en casa ocupándose de una función maternal y doméstica que se contrapone con lo masculino y público. (Lamas, 1995).

También se realizaron estudios durante los últimos 15 años mostrando que la categoría de género varía a lo largo del tiempo y con ella el dominio de territorios sociales y culturales. (Lamas, 1996)

El género se relaciona con los sistemas que moldean las relaciones entre hombres y mujeres por medio de la tecnología y de los trabajos asignados; con lo que no es raro encontrar en el mundo de la ciencia una representación de lo científico como masculino, mientras que el mundo natural que se pone bajo control e investigación es parte de la ciencia femenina. Así los sistemas de género al naturalizar las diferencias entre los hombres y las mujeres permite observar procesos sociales y culturales. (Lamas, 1995)

Scott en 1990 hace una revisión del género, definido como una forma de darle significado a la cultura que observa una diferencia entre los sexos para comprender las complejas conexiones entre las diversas formas de interacción humana, funcionando como elemento de las relaciones sociales basadas en las diferencias entre los sexos y como una forma significativa de poder, compuesto de símbolos y de mitos que culturalmente provocan múltiples representaciones; de conceptos normativos que se presentan en los significados simbólicos donde puede expresarse la religión, la educación, la ciencia, las leyes, la política y que definen el significado de lo masculino y lo femenino; de instituciones y organizaciones sociales como son la familia, el sistema de parentesco, el mercado de trabajo, las instituciones educativas y políticas; el género implica una concepción y construcción de poder, ya que a lo largo de los últimos 20 años la palabra género sirvió para hablar de las mujeres y segundo para una construcción cultural de la diferencia sexual, aludiendo a las relaciones sexuales de ambos sexos. Es importante mostrar que no hay un mundo de las mujeres aparte de los hombres, sino que se encuentran relacionados entre ambos sexos; ya que el crecimiento de uno lleva al crecimiento del otro.

Delgado (1993), pone mayor atención a los aspectos simbólicos de las diferencias sexuales como producciones imaginarias; analizando como los hombres perciben la religión como una maquinaria de integración. Así el género constituye para él una simbolización de las diferencias sexuales, que culturalmente se han diferenciado por prácticas, ideas y discursos, entre los que se encuentran la religión, produciendo efectos imaginarios en las personas por un proceso de socialización e individualización; con una estructura psíquica universal y mediante el leguaje de los seres humanos con la cual simbolizan y hacemos cultura.

Lo que define el género es la acción simbólica colectiva, mediante el proceso de simbolización en una sociedad donde se fabrican las ideas de lo que deben ser los hombres y las mujeres, en femenino y masculino, desde el trabajo y el espacio, al interior y exterior, el predominio del hombre presupone esa división de trabajo, donde todos los gestos, creencias, ritos y prácticas simbólicas

muestran y demuestran la primacía de los hombres en este proceso social; así ambos sexos comparten creencias y en eso radica su eficiencia, porque la participación silenciosa e invisible constituye la fuerza principal de dominación del hombre. (Delgado, 1993)

La preocupación por la diferencia sexual y el interés de la reproducción marcan la forma en que la sociedad contempla a los sexos, los ordena en supuestos papeles naturales, contra los datos de la realidad, prevalece la fuerza de la simbolización. (Delgado, 1993)

También Glodelier en 1990 revisa la diferencia sexual mediante la simbolización, siendo asumida desde lo imaginario, donde las concepciones sociales y culturales son representaciones simbólicas, que son reflejo de una realidad histórica y cultural. Bourdieu en 1991 afirma que culturalmente la masculinidad esta fundamentada sobre la lógica de la economía de los intercambios simbólicos. Donde la dominación masculina se puede perpetuar a pesar de las transformaciones en el modo de producción; así mediante el género se ha naturalizado lo que se considera normal desde la heterosexualidad, excluyendo la homosexualidad como una alternativa de ejercicio sexual quedando fuera de la lógica de género y situándola con un estatus fuera de la ley, por eso existen muchas personas cuyas vidas están en conflicto abierto con su sociedad, ya que solo existe una estructuración psíquica heterosexual que se dicta tradicionalmente por la cultura, donde están simbolizados hombre y mujer, ya que los niños y las niñas integran su identidad de género antes de reconocer sus diferencias sexuales; esta identidad de género varía de cultura a cultura en cada momento histórico, cambia en como se interpreta y simboliza la diferencia sexual como estructura psíquica; por ejemplo la identidad de género se manifiesta en el rechazo del niño a lo femenino como es un vestido, el color rosado de los objetos. En cambio, la identidad sexual no cambia, siempre han existido personas homosexuales y heterosexuales. La identidad de género está condicionada tanto históricamente como por la ubicación que la familia y el entorno le dan a una persona a partir de la simbolización cultural de la diferencia sexual: el género. (Citados en Lamas, 1996).

Las prácticas sociales con las que el sujeto expresará su deseo están marcadas por el género, pero también por el inconsciente; tomando en cuenta que la estructura psíquica se realiza fuera de la conciencia y de la racionalidad de los sujetos. Desde el psicoanálisis el sujeto es una persona escondida, con deseos y procesos inconscientes; como una forma de no llegar nunca a estar completos, como si faltara algo y que condiciona la estructuración de la identidad psíquica, donde el sujeto resiste la imposición de la cultura.

Los trabajos de Foucault hablan de la sexualidad como una construcción social, retomando a la sexualidad como muy sensible a los cambios culturales, a las modas, a las transformaciones sociales; mostrando un análisis histórico del sexo como una actividad o dimensión de la vida humana mientras que en la actualidad se vislumbra como una identidad; llevando a la sexualidad a una construcción por una simbolización cultural que le da un valor o la denigra tanto al cuerpo como al acto sexual. Las identidades de género se ven entonces como inventos culturales, ficciones necesarias, que han servido para construir un sentimiento de pertenencia y de identificación para las feministas el sexo y el género se encuentran entrelazados por pautas culturales de dominación, subordinación, control y resistencia que moldean lo sexual, discursos sociales que organizan los significados, procesos psíquicos que estructuran las identidades sexuales. (Citado en Scott, 1990).

Más tarde Martha Lamas en 1996, habla sobre el feminismo anglosajón que impulsó el uso del término género en los años 60as, que tenían como objetivo definir las características humanas consideradas femeninas como un proceso individual y social, en vez de derivarse de su sexo; esto consideraba una categorización de las formas de interpretación, simbolización y organización de las diferencias sexuales en las relaciones sexuales.

Simone de Beauvoir retoma al género como un proyecto para renovar la historia cultural, como la posibilidad de construir nuestras propias versiones de género. Al utilizar la perspectiva de género para describir como opera la simbolización de la diferencia sexual en la práctica, en los discursos y en las

representaciones culturales sexuales, se discrimina y estigmatiza a quienes no se ajustan al modelo. (Beauvoir, 1998).

Desde la perspectiva de Eusebio Rubio (1994) el género es revisado como una construcción mental a las categorías femenina y masculina, así como las características del individuo que lo ubica en algún rango de las diferencias. El género como elemento central de interacción entre los individuos e inclusive la identidad como marco mental interno, que abarca el plano psicológico que permite saber quienes somos, que hacemos, que pensamos y a dónde vamos. Con los guiones sexuales, la persona se conduce con papeles sexuales, estereotipos y guiones, que tienen como función la regulación del poder entre los seres humanos.

Para Bern en 1972 y posteriormente Aguiñaga 1988, consideran que la masculinidad y feminidad deberían integrarse a una sola personalidad más equilibrada, más completa, más andrógina que ayudaría a traspasar las fronteras del género; esto daría un funcionamiento más efectivo y saludable, y las relaciones serían más completas y afectivas con su medio. Al exhibir comportamientos masculinos como femeninos, tanto instrumentales como expresivos dependiendo de la situación. (Scott, 1990).

3.2.- El Modelo Sistémico Aplicado a la Sexualidad.

El bienestar en la sexualidad es resultado de una integración armónica de la vida de las personas y que requiere de libertad, de desarrollo de sus potencialidades, de congruencia en los diferentes niveles, en las formas de expresión y de responsabilidad por la propia conducta y por la de los demás; así la sexualidad es parte de un proceso donde el ser humano realiza construcciones mentales a partir de sus experiencias, tomando en cuenta varias áreas, subsistemas u holones como los llama Rubio (1994), que interactúan entre sí vitalmente, entre ellas encontramos la reproductividad, el género, el erotismo y la

vinculación afectiva interpersonal; donde los significados de las experiencias permiten integrar la sexualidad.

En el holón de la reproductividad , surge como una posibilidad de reproducción del ser humano, que conlleva a manifestaciones psicológicas y sociales de mayor importancia, que no se limita al hecho de la concepción, embarazo y parto. Existen manifestaciones en la reproductividad como el acto educativo. Además de los avances en la tecnología y en la ciencia biológica permiten conocer estructuras, sus funciones y su control, así como también la función reproductiva no termina con el nacimiento del nuevo ser, la función de maternidad y paternidad se prolongan por muchos años hasta que el ejercicio de muchas actividades lleve a la plenitud del ser humano. También la reproductividad puede verse como los significados sociales, que incluyen las políticas de reproducción y los procesos sociales.

Un ejemplo de no poder resolver problemas en este holón reproductivo es cuando aparecen embarazos no deseados, por lo temprano que pueden aparecer en la pareja o en la mujer como una carga de trabajo; pero también por las consecuencias negativas de un embarazo no deseado, incluyendo el aborto que determina las deficiencias de la calidad de la maternidad y de la paternidad.

El holón de género desde las construcciones mentales es entendido como la pertenencia del individuo a las características masculinas y femeninas por medio de éste las personas realizan múltiples interacciones e inclusive nuestro marco mental interno está construido en el género, en el área biológica se dan los diferentes procesos prenatales y posnatales de diferenciación sexual, las manifestaciones anatómicas, las manifestaciones del sistema nervioso. En el plano psicológico el género tiene su importancia en la conformación de la identidad individual, ésta nos permite saber quiénes somos, que hacemos, que queremos y a dónde vamos; el saber si somos hombres o mujeres se integra en un nivel de autoconciencia y dirige la conducta; ya que la expresión de nuestra identidad de género llamada también papel sexual o roles sexuales, permitirán una identificación esperada por el grupo social al que se pertenece y a su vez la aplicación de normas que puedan ser utilizadas como regulación del poder entre

los seres humanos. En este holón se pueden ver problemas en los niveles de expresión; sino, también en la diferenciación sexual o estados intersexuados, por ejemplo, en el transexualismo un hombre puede sentirse con un cuerpo equivocado o identidad traspuesta; aquí el género se presenta como un problema sin resolver de una falta de equidad e igualdad entre los sexos.

El holón del erotismo en algunas construcciones mentales pueden identificarse como experiencias sexuales y dentro de estas se pueden encontrar experiencias que comienzan con la experimentación de cambios corporales, la experiencia de excitación y orgasmo; otra forma de construcción mental identificada el erotismo con el amor y experiencias amorosas; sin embargo, para Eusebio Rubio el erotismo es un proceso humano que gira en torno al apetito sexual ocasionado por la excitación sexual y el orgasmo, el resultado de esta experiencia será una vivencia placentera, y a partir de ésta se realizarán las construcciones mentales, se le dará un significado sexual y su regulación. Por ejemplo Kaplan en 1979 distingue tres procesos fisiológicos en el erotismo humano como es el deseo o apetito sexual, la excitación y el orgasmo. Además de la simbolización de lo erótico como mecanismo del erotismo e identifica guiones de conducta erótica y tendrá códigos de conducta diferente de acuerdo a la cultura a la que se pertenezca. (Citado en Rubio, 1994)

Existen problemas cuando la persona o la pareja no pueden vivir plenamente su erotismo. Esto puede llevar al hombre y a la mujer a presentar disfunciones sexuales que pueden tener un trasfondo biológico, psicológico y / o cultural, algunas de estas disfunciones son el vaginismo, la dispareunia, la eyaculación precoz y el deseo sexual inhibido incidiendo en la calidad de vida de la pareja. En el caso de las parafilias donde la persona necesita una forma de estimulación sexual donde la calidad del vínculo afectivo es casi nula como por ejemplo, el exhibicionismo ó inexistente en el fetichismo y como en la paidofilia desviada. Algunas parafilias constituyen una agresión a la vivencia sexual, por ejemplo, en el abuso y la violencia sexual.

El holón de la vinculación afectiva interpersonal, entendida como la capacidad humana de poder desarrollar afectos intensos ante la disponibilidad o

indisponibilidad, ausencia o presencia de otro ser humano, además de las construcciones mentales, individuales y sociales que se derivan de ellos. Una forma de vinculación afectiva es el amor, que es una necesidad de contar con la presencia de alguien y sentir gozo por el ser querido, caracterizado por una forma ideal de vinculación.

Existe una relación entre el holon de vinculación afectiva y la descripción que hace Erick Fromm en 1991 cuando se refiere al amor desde el carácter activo, que da cuidados, responsabilidad, respeto y conocimiento por la otra persona que experimentamos afectos intensos. En el estudio de las vinculaciones afectivas entre los seres humanos pueden interrelacionarse con los otros holones en el proceso de enamoramiento, de amor romántico y de vínculo materno-infantil o de apego. Así como del establecimiento de la pareja en formación, su ciclo y su disolución, así como la institucionalización de los vínculos afectivos a través del matrimonio, su disolución a través del divorcio, la regulación institucional.

Para Rubio (1994) el problema surge cuando las relaciones son negativas, en estas situaciones la persona deja de desarrollar su capacidad de expresión amorosa, como por ejemplo la explotación afectiva hasta la violencia intrafamiliar. Por otro lado, también expresión de estos son las enfermedades infecciosas que se transmiten por contacto sexual como la gonorrea, el SIDA, la sífilis, el herpes genital entre otros; así mismo los efectos de algunos fármacos, de drogas como el alcohol, el tabaco y la marihuana pueden afectar a la sexualidad del individuo en su expresión erótica y la forma de vincularse afectivamente con otros. .

3.3.- El Climaterio desde la Perspectiva de Género.

"El mito es una de las trampas de la falsa objetividad a las cuales el espíritu de lo serio se entrega ciegamente"

· Simón De Beauvoir

Las sociedades al conducirse bajo diferencias sexuales, lleva a las personas a procesos diferentes de simbolización, llevando a conductas, deberes y lineamientos de poder entre los seres humanos.

El género ha influido a lo largo de la historia para delinear quien puede disfrutar sexualmente y quién no, inclusive no importa la edad, la etnia y la generación. Cuando la persona llega a la etapa del climaterio se ve envuelta en nuevos guiones y papeles a seguir, por un lado se enfrenta a dejar de ser productiva y fértil en el caso de las mujeres, por lo que puede verse amenazada su vida llevándola a una nueva búsqueda de identidad para saber quien es, qué hacer, qué quiere y hacia dónde va. (Murrilo, 1998)

Históricamente el hombre y la mujer han sido sometidos, manipulados y sofocados bajo la violencia de una sociocultura que silencia los placeres y amordaza el cuerpo por medio de mitos, códigos, prohibiciones y regulaciones. El género ha sido el instrumento para una mayor represión en la capacidad del disfrute sexual en la etapa del climaterio, en un modelo coital impuesto bajo la genitalidad obsesiva, que lleva a la preocupación por el orgasmo, por conservar la juventud y que lleva a la falta de disfrute sexual y a reducir a objeto utilitario a la pareja. (Gutierrez y Jasso, 1998)

Para Murillo (1998) algunos mitos y creencias tradicionales alrededor del climaterio en hombre y mujeres son los siguientes:

En la mujer:

- 1.- La sexualidad termina con la menopausia.
- 2.- La masturbación es una práctica que debe evitarse en todas las edades y más en la adulta.
- 3.- La mujer que ya no menstrúa no debe tener relaciones sexuales.
- 4.- Existen afrodisiacos para las mujeres.

- 5.- A la mujer mayor decente no le interesan las relaciones sexuales.
- 6.- La relación sexual si no tiene fines reproductivos no tiene razón de ser.
- 7.- La relación sexual en el climaterio ya no es satisfactoria sino molesta.
- 8.- Las necesidades y deseos sexuales son inferiores a los del hombre.
- 9.- La función de la mujer es solo la de procrear.
- 10.- La mujer debe atraer físicamente al hombre y su amor será romántico.
- 11.- La mujer debe esperar a que el hombre tenga la iniciativa y el deseo sexual.
- 12.- La mujer que solo llega al orgasmo mediante el estímulo del clítoris posee una personalidad inmadura.

En el hombre:

- 1.- La función del hombre es la de proteger y mantener, siempre tiene que ser fuerte.
- 2.- El hombre debe ser rudo, tosco y agresivo.
- 3.- El hombre siempre debe estar dispuesto sexualmente.
- 4.- Mientras mayor número de mujeres se tengan sexualmente se es más hombre.
- 5.- La iniciativa sexual siempre debe ser del hombre.
- 6.- El hombre siempre tiene deseos sexuales.
- 7.- En el climaterio el hombre deja de tener ilusiones y sueños.
- 8.- El hombre en la etapa del climaterio es un rabo verde.
- 9.- El hombre no tiene cambios en climaterio y si los tiene no deben afectarle.
- 10.- No puede mostrarse con miedo, temor o apremio ante la vejez y mucho menos comunicárselo a alguien.

El ser hombres o mujeres no es el problema, sino el no tener acceso a las mismas posibilidades de crecimiento, de atención médica, de apoyo social, de respeto a ejercer una sexualidad libre y sin censura porque se pertenece a una etapa de la vida, ya que en la práctica se mantienen muchas conductas discriminatorias (Rubio, 1994)

La mujer por el rol social, manifiesta una mayor dependencia hacia el otro (marido, hijos, nietos etc.), busca la relación con los demás, mayor intimidad, se preocupa más por los demás, ya que la construcción psicosocial de lo femenino

está asociada a la intuición, a la sensibilidad, al sentimentalismo, a la delicadeza, a la paciencia y la pasividad. Esta imagen se contraponen con la fuerza, la agresividad, la violencia y la competencia que se espera del hombre, por eso llega y vive situaciones de sumisión, altruismo maternal y dependencia; a veces envueltas en experiencias de rebeldía contra ésta imagen de pasividad y abnegación. El resultado es una falta de capacidad para utilizar los propios recursos e inclusive de autonomía, de tomar decisiones con un criterio propio para sobrellevar y disfrutar ésta etapa con la pareja.(Parada, 1993)

Mabel Burin en 1987, reconoce que ésta dependencia esta ligada al concepto que tiene la mujer de sí misma, alrededor del cual se reorganiza su identidad; por un lado puede conformarse como una crisis negativa con sufrimientos, sentimientos de pena y dolor que tradicionalmente se esperan de ella. Otra alternativa es hacer frente a su vida cuestionando sus propias contradicciones, reflexionando con juicio crítico acerca de sus habilidades, facilidades y sobre los obstáculos que se le presentan; pueden aparecer sentimientos de rebeldía o de oposición como se mencionaba antes, pero que le sirven a la persona para que se produzca un proceso de pensamiento crítico. Al tener una mayor libertad por tener un mayor tiempo disponible y la oportunidad de explorarse a sí misma, su relación con un mundo cambiante cuando deja de preocuparse por los otros y empieza a poner la atención en ella, puede darle la autoconfianza, la autonomía, sentimientos de libertad y de creatividad que la llevan a valorarse fuera de su rol tradicional.

Moviéndose en espacios distintos el hombre y la mujer, presentan diferentes expectativas y valores; mientras la mujer lleva un poder en el manejo de los hijos, por su rol reproductor perteneciendo al ámbito de lo doméstico; el hombre asocia su potencia económica con su potencia sexual, asociada con la fuerza y la agresividad, rebelándose contra la insensibilidad y la omnipotencia en un ámbito público. Lo que lleva a relaciones bajo roles pasivo-agresivos, a no planear, a no discutir y no platicar los cambios presentes y la administración de actividades; la relación se basa en la cotidianidad y experiencia de familiares o amigos. Aparece una falta de disponibilidad y de expresión que muchas veces es

la causa de los conflictos. Las expectativas de amor, de maternidad, de matrimonio, de paternidad y de envejecimiento son irreales, que llevan a enfrentarse sin equidad en la convivencia diaria. Cuando se llega al climaterio el hombre y la mujer pueden llegar con un sentimiento de inevitabilidad sobre su vida; aquí es importante la revisión de las pérdidas y compensaciones en la realidad. (Parada, 1993)

CAPITULO IV

"Pues si el mana tuvo sabores distintos, éste un sabor tiene pero es infinito"

Sor Juana Inés De la Cruz

PLACER SEXUAL EN EL CLIMATERIO.

4.1. -Definición de Placer Sexual

En el siglo V aparecen los Sofistas que daban una enseñanza práctica a sus jóvenes, ubicando el placer en el presente resultado de una fuente sensorial, por eso no debía interferir el pensamiento con sus huellas del pasado o anticipaciones del futuro que bloqueaban la delicia del momento, ubicando los placeres como parte del mundo sensible y regidos por pasiones que requerían de su dominio interior. Posteriormente, el placer también pudo verse como un valor para armonizar el desarrollo que daba una posibilidad de ser, que se buscaba constantemente y se evitaba el displacer; este proceso natural ayudó a construir el pensamiento. Se le criticó al Cristianismo que generaba enfermedades en las personas por su negación al placer; ya que no se podía desligar de él porque se encontraba en las sensaciones y en las ilusiones de las personas, no podía desligarse de la vida; sin embargo, no se negaba el sufrimiento porque éste también podía ser considerada una cara del placer. Así Nietzsche " el ser humano se encuentra a sí mismo en el placer y en el gusto que puede proporcionarle a su prójimo, con toda la alegría y el sufrimiento que esto implique ". (Citado por P. Corres, P. Bedolla e I. Martínez, 1997)

Así el placer puede llegar a ser una expresión íntima y personal que se encuentra controlada por el poder que vigila el alimento, el descanso, la vida social, el ejercicio, el contacto verbal y representacional, el encuentro con otro ser humano, su confianza y su aceptación (Corres, Bedolla y Martínez, 1997)

Freud (1973) que el principio del placer es una actividad psíquica que tenía como función procurar el placer y evitar el displacer, estos dos ligados a un principio de economía porque llevaba a la disminución de cantidades de excitación en el placer y al aumento de la excitación en el displacer; reconociendo que la función del placer sexual era llegar a una satisfacción de la necesidad, resultado de pulsiones de

autoconservación, que se apoya de elementos como el sueño para reflejar los deseos pulsionales y del juego que cumple el principio del placer al repetir la escena vivida la persona mantenía un papel activo llevandola a una ganancia del placer.

Posteriormente el placer también fue definido como una guía para la vida que se subordina a funciones adaptativas y a comportamientos que llevan a la dotación de una predisposición (Laplanche & Pontalis, 1983).

El placer sexual lleva a una búsqueda con la finalidad de encontrar y encontrarse en nuevos sentimientos, sensaciones y dimensiones de lo humano; reconociendo que existen límites porque cuando se rebasan se puede convertir en una fuente de dolor, de crueldad y de dominio; " el placer puede manifestarse tanto en lo que se contempla como en lo que se padece ". Por ejemplo, la herencia dualista mente- cuerpo ha llevado a la cultura Occidental a negar al cuerpo su papel en el goce y en el apego a la vida. Por eso el cuerpo se ha estigmatizado con gran desconocimiento del mismo, sin embargo, a partir del cuerpo y de los sentidos es como el ser humano se pone en comunicación con los demás y con el mundo. (Citado en Corres, Bedolla y Martínez, 1997)

Al examinar el ciclo de la vida humana, se puede observar que la sexualidad y la muerte a lo largo de la historia han dado mucho que decir por la ignorancia con la que se han abordado, ya que existe una relación entre estos dos conceptos, porque de ellos nace el erotismo, el deseo erótico da paso a la expresión ligada a la actividad erótica. También al placer sexual se le ha relacionado con la agresividad vinculada con el dominio que tiene la actitud de imponerse y controlar. Por ejemplo en la Grecia antigua se le daba una función al sexo activa para dominar, penetrar y ejercer la superioridad. Entonces, los límites siguen siendo importantes para el disfrute sexual, ya que la falta de estos podría convertirlo en una fuente de dolor. Aquí es donde la educación sexual se ha preocupado por poner atención en sensibilizar a las personas sobre la responsabilidad de las enfermedades de transmisión sexual y el embarazo no deseado, porque al existir una falta de conciencia en la dimensión placentera de la sexualidad, del mayor aprovechamiento para su cuidado y su salud, la persona puede rebasar los límites. Un hecho importante es que cada vez un mayor número de mujeres y hombres se guían por el

gusto y el deseo de escoger al hombre con el que desean entablar relaciones, posiblemente resultado de la resolución de las condiciones de vida y de la satisfacción de maternidad o paternidad que han alcanzado, llevando a cada uno a la búsqueda de su placer. (Citado en Corres, Bedolla y Martínez, 1997)

La sensualidad y la sensibilidad se han descubierto en la intimidad con el otro, como si fuera una revelación única y no lo que la sociedad vende como culto al cuerpo, que forma una realidad donde los hombres y las mujeres padecen el maltrato cotidiano, considerando un ritmo de vida, un régimen de alimentación, horarios de jornada, sistemas de competencia y sobretodo negando la posibilidad de cuidados elementales como una dosis diaria de cariño. Formando cuerpos que se desploman de fatiga, de hastio, que se drogan para poder dormir y continuar actividades forzadas, sumergidos en relaciones efímeras, superficiales, ajenas, lejanas, heladas que se experimentan como desencuentros. (Instituto de San Carlos, 1997)

La salvación lleva a una búsqueda del sí mismo en el propio cuerpo, que implica la proximidad, reconociendo la fragilidad y la vulnerabilidad en la intimidad porque es ahí donde se descubre lo que ya sabía la persona de sí misma antes de sentir con el otro. El placer puede alcanzar varios significados en una persona, llevándola a una búsqueda constante donde puede experimentar diferentes sensaciones, sentimientos y dimensiones. (Corres, Bedolla y Martínez, 1997)

El placer ofrece mayor vivacidad, diversión, broma, y alegría; le da más energía a la persona; sin embargo, la cultura lo ha asociado a castigos en la vida futura, ofreciendo abstinencia que promete una fría existencia en el cielo.

En esta postura Tiger (1993) define el placer como "un punto continuo que se encuentra simbólicamente entre el cielo y el infierno de la experiencia humana ", que involucra los centros cerebrales especialmente el sistema límbico donde el placer se manifiesta con un placer físico; el placer moldea el cuerpo y crea a partir de sensaciones parciales parecidas a una orquesta donde en una misma sintonía se integra el piano, los violines y los instrumentos de metal; así los centros cerebrales funden las sensaciones, las caricias, los besos y las sensaciones de todo el cuerpo, entonces la pareja puede desprenderse de las contingencias de la realidad y llegar a

la intensidad del placer, Ya que las reacciones sexuales también dependen de los aprendizajes a lo largo de la vida; un aprendizaje es la masturbación que prepara a la persona para conocer su propio cuerpo.

También reconoce que el placer es mucho más extenso alcanzando un legado evolutivo que sugiere que comportamientos, emociones, modelos sociales y patrones de gusto han servido durante la historia evolutiva.

Finalmente Tiger (1993) hace una categorización de 4 tipos de placeres que pueden incluirse en todo placer sexual:

1.- El **fisioplacer** cubierto por experiencias sensibles que incluyen los órganos sexuales y las sensaciones que va elaborando el la persona a partir de alimentos, bebidas, fragancias, masajes, ejercicios y cambios de temperatura.

2.- El **socioplacer** que va asociado a la diversión que se da el ser humano cuando esta con otros como puede ser una fiesta, un equipo deportivo o una conversación.

3.- El **psicoplacer** que involucra actividades iniciadas por la persona individualmente en su soledad.

4. - El **ideoplacer** que son las ideas registradas mentalmente y estéticamente por la experiencia. Finalmente cabe decir que el placer es un derecho al igual que lo puede ser el agua, la convivencia, la comida etc, los placeres en torno a la sexualidad son formas de expresión del deseo humano por medio de la expresión sensual. (Tiger, 1993)

Considero que estos cuatro puntos pueden aplicarse al placer sexual, ya que éste no se reduce únicamente a la respuesta sexual o a la coitalidad; si no que también es parte de la relación con los otros, con lo afectivo, lo erótico, con la diversión y con los significados que le representan a una persona. Finalmente, cabe decir, que el placer es un concepto tan amplio que abarca el disfrute de la vida misma, de todo lo que nos ofrece; así el placer sexual se puede considerar una parte de ese placer total que se puede gestar en una persona, que incluye componentes psicoafectivos, eróticos, sociales y culturales.

4. 2. -Importancia del Placer Sexual en las diferentes Culturas.

*"Tan precisa es la apetencia que al ser amados
tenemos, aun sabiendo que no sirve, nunca dejarla
sabemos"*

Sor Juana inés De La Cruz

Existen diferentes formas de satisfacción humana, los placeres sexuales se encuentran relacionados con las historias como especie y con los productos de invención del ser humano, donde los dispositivos sociales impiden el modo en que las personas podían disfrutar de la vida, de la libertad de elección, ya que las industrias van marcando las modas, los cambios como la ropa que se usara, el aderezo de la comida, lo que es deseable y placentero, marcando las actividades que califican a una conducta como placentera. Así, la cultura está influida por la culpa de castigos terribles en la vida futura. Los gobiernos deciden acerca de que placeres son criminales y cuales se cuestionan, volviéndose vigilantes formales que supervisan el placer de las personas, de los pueblos y controlan sus metas, esto se ve reflejado en los diversos límites de las leyes. Por ejemplo, en la cultura Griega se determinaban relaciones de placer-austeridad que traían serias consecuencias como una fuerte competencia atlética, una disciplina militar y un énfasis en la postergación del placer, la lucha era resistir la batalla y después vendría el placer, sin la opción de disfrutar el placer en el presente como modo de realzar la prosperidad de la comunidad. (Tiger, 1993)

En las sociedades industrializadas las personas se han centrado en el trabajo y han dejado de lado el juego, caracterizadas por la eficiencia y no por el disfrute. Sin embargo, existe una incongruencia porque existen instalaciones deportivas, grupos políticos, clubes donde ser miembro es un privilegio. (Tiger, 1993)

En México en la época de los aztecas se regían por fuerzas sobrenaturales, en este contacto se establecían por el principio de la fecundidad femenina, ya que la mujer tenía una relación con la tierra y simbólicamente constituía el lado fértil de la pareja, representaba la madre universal dadora de los frutos y de la producción que aseguraba la vida humana. También la adopción de las costumbres, de la lengua de los dioses y de las costumbres se realizó a través de ellas por ser

descendientes directas de las civilizaciones antiguas; por lo que los aztecas las tomaban como esposas y educadoras de sus hijos.

En ésta época los nobles poseían el derecho a practicar la poligamia, un hombre podía poseer un número ilimitado de esposas, esto significaba un acrecentamiento de su riqueza porque se les recomendaba la fabricación de productos que pudieran venderse o cambiarse. Los aztecas tenían la idea de cumplir la misión de ser un pueblo elegido para cumplir el destino del mundo, de estos dependía la continuidad del universo. Este consistía en un esfuerzo permanente por mantener el orden cósmico, ésta lucha estaba impregnada por un fuerte contenido ético, donde lo sexual cobraba presencia y se rebelaba, existiendo fuerzas del lado de la luz, del valor, de la sobriedad y del dominio sexual, en contra de las fuerzas de la noche como eran la cobardía, la embriaguez y la incontinencia sexual. (Dávalos, 1994)

Las deidades más importantes eran Tlazolteotl, Xochiquetzal y Xochipilli, con un estrecho lazo ligaban las relaciones sexuales con la reproducción de todo el mundo en la naturaleza, en las cuales se observaban muchas ceremonias ofrecidas a distintos dioses con diversos contenidos sexuales. Tlalcuani era la diosa del amor carnal, al igual que Tlazolteotl que era considerada la diosa del maíz, la patrona que recibía las confesiones de los pecadores sexuales, las relaciones excesivas, al adulterio, la homosexualidad etc.; la penitencia ofrecida a estos pecadores era la perforación de las orejas o de la lengua tantas veces como se hubiese cometido un pecado, este acto tenía lugar solo una vez en la vida. Por otro lado, Xochiquetzal se le consideraba la diosa del amor y de las flores, patrona de las tejedoras y prostitutas; las sacerdotisas se aseguraban del servir a la diosa con baños de rituales de purificación en ríos y arroyos, las que desobedecían este ritual eran castigadas con enfermedades venéreas, tumores, enfermedades de la piel y de los genitales. En algunas fiestas los jóvenes eran vestidos de pájaros y de mariposas y las mujeres de flores. Esta fiesta de fertilidad representaba el acto sexual como símbolo de los colibríes y mariposas penetrando las flores. La otra gran deidad era Xochipilli, señor de

las flores y del amor, representante del verano que se asociaba con el placer y con las relaciones sexuales ilícitas; los aztecas realizaban una fiesta caracterizada por la ausencia de sacrificios humanos, por el ayuno sexual y el castigo a su incumplimiento. (Dávalos, 1994):

Existían prácticas mágico-religiosas entre los aztecas, con conjuros de palabras y frases que eran pronunciadas en un lenguaje esotérico llamado nahuatlatolli, estos conjuros eran calificados por los sacerdotes como palabras del diablo para embrujar o inducir a las mujeres a la lujuria; otra de las practicas era la adivinación, un intento de conocer, de predecir los pensamientos, las actitudes, los sentimientos y los comportamientos de la persona objeto del interés amoroso; también existían las bebidas y las comidas utilizadas para la obtención de transes adivinatorios, aumento o pérdida del vigor sexual, modificación de los pensamientos etc., finalmente el colibrí o pájaro del amor habitaba en el cielo oriental junto a los guerreros como Hutzilopochtli en su recorrido ascendente. También imperaba un conjuro para producir sueño profundo en aquella persona que estando despierta impediría el acto deseado, generalmente se utilizaba para llevar a cabo relaciones adulteras o algún robo. A pesar de estos cultos, existía la represión sexual que era impuesta por la sociedad azteca, con la amenaza de males físicos hasta conducir hasta la muerte, cuyas causas eran atribuidas a excesos de las relaciones sexuales, al incumplimiento de los ritos religiosos sobretodo los dedicados a las deidades del amor y de la fecundidad. De los hombres se decía que se morían porque se vaciaba la sustancia de su cuerpo, se secaba, muriendo en desechos y chupados; entre las enfermedades registradas en esos tiempos se encontraron las hemorroides, los malestares de la región púbica, las llagas, las tumefacciones, postemas o abscesos, la obstrucción del conducto urinario, expulsión de orina gruesa, el debilitamiento o cansancio en general, la falta de erección, la falta de líquido seminal y la esterilidad. (Dávalos, 1994)

Las relaciones sexuales dentro de la sociedad azteca se fundamentaban en la reproducción biológica, estas relaciones eran conocidas y aceptadas como una necesidad vital del hombre. Se notaban rasgos patriarcales en ésta sociedad, indicando que la mujer no podía ocupar puestos públicos, ni sacerdotales, dentro de la familia no podía ejercer prácticas poligámicas; solo los hijos varones podían tener acceso a la herencia y a la mujer se le exigía castidad prematrimonial y fidelidad conyugal, cuando el hermano moría dejando hijos menores, él se hacía cargo de los hijos y tomaba a la esposa como mujer adicional. En cuanto al divorcio se le permitía al hombre si la mujer era estéril o descuidaba las tareas del hogar, a la mujer se le otorgaba si probaba que era golpeada con frecuencia o que ella y sus hijos se hallaban abandonados.

La sexualidad al ser parte de la vida activa de los aztecas les daba la posibilidad de ejercerla sin culpa, sin temor y sin vergüenza. Al dar culto a la naturaleza por medio de sus rituales presenciaban la sexualidad como parte de ésta naturaleza que era respetada, aceptada e integrada como parte divina. Esta ventaja a diferencia de la cultura de Occidente que se desarrollo posteriormente que censura, reprime, coarta la libertad del ejercicio sexual e inclusive influye en las estructuras mentales de las personas sobre lo que debe y no debe sentir por medio de los canales de comunicación como son la televisión, las instituciones etc., son un ejemplo.

Para la cultura Hindú, dentro del apego que existe a su religión, se encuentran mandamientos distribuidos en varios capítulos donde les enseñan aforismos sobre el amor que fueron escritos por Nadim en 1000 capítulos. Los hindúes consideran que el ser humano debe armonizar su vida estudiando el Artha, Kama y el Dharma. El Kama es enseñado por el Kama Sutra el libro hindú que orientaba en la práctica de los ciudadanos y significa el placer de los objetos aprendido por medio de los cinco sentidos: el oído, el gusto, la vista, el tacto y el olfato, ayudados por el espíritu del alma. Le han dado mayor

énfasis al contacto especial entre los sentidos, su objeto de amor y la conciencia del placer que resulta de ello. Dentro de las actividades y artes que deben de instruirse los hindúes para disfrutar el placer durante la relación sexual se encuentra el canto, la música instrumental, la danza, la escritura, el dibujo, el tatuaje, la indumentaria o adorno, el color de los dientes, el cuidado del vestido, la decoloración, los ejercicios teatrales, la preparación de los perfumes, la magia, el arte culinario, la habilidad de combinar las joyas, los vestidos, los adornos, la solución de enigmas, las medias palabras, el juego de palabras, las preguntas enigmáticas, el arte de la mímica e imitación, la lectura, el arte de sacar inferencias, de razonar, de la lectura, la carpintería, la arquitectura, el conocimiento de las monedas, la química, el colorido de las joyas, la jardinería, el dominio de algún dialecto, la composición de poemas, el arte de conquistar la propiedad del otro, el conocimiento de las costumbres sociales. Además el hindú cada día debe cuidar los siguientes aspectos: se lavará los dientes, se perfumará y untará un ungüento en su cuerpo, coloreando sus labios, aseará sus axilas y se contemplará en el espejo, puede masticar hojas de buyo y seguir con sus asuntos habituales, cada dos días puede untarse aceite en el cuerpo, en caso de ser hombre deberá raparse y afeitarse cada 5 o 10 días.

Las clases de unión en una relación son las siguientes: en el hombre de acuerdo al tamaño de su ligamen (pene) puede ser liebre, toro, y caballo: en la mujer según la profundidad de su yoni (vulva) puede ser cierva, yegua o elefante; desprendiéndose varias uniones desiguales como pueden ser liebre-yegua, liebre-elefante, toro-cierva, Toro-elefante, caballo-cierva y caballo yegua.

Las uniones se combinan con las 9 clases de uniones según la fuerza de la pasión o deseo carnal: Pequeña, Mediana e Intensa.

Se dice que el hombre de pequeña pasión o placer no puede soportar los cálidos abrazos de una mujer porque su deseo es pequeño, por lo que

los hindúes recomiendan escoger la pareja adecuada para el disfrute de ambos. También se dice que las mujeres no emiten como los hombres, ellas tienen conciencia del prurito experimentando placer; cuando el hombre eyacula detiene su emisión y queda satisfecho, pero no ocurre así con las mujeres que desean que se prolongue, ya que si el hombre prolonga más el acto ella le ama más y si lo hace demasiado deprisa ella queda descontenta. La primera vez que se produce la unión sexual la pasión del hombre es intensa y corto el tiempo que emplea, pero en las uniones de la mujer al principio su pasión es débil y larga la duración para el tiempo empleado, con las repeticiones su pasión se vuelve intensa y corto el tiempo de su deseo para que quede satisfecha. Así, la emisión del esperma en el hombre se recomienda al final del acto sexual, mientras que en la mujer se puede presentar continuamente y cuando el esperma de ambos ha sido eyaculado totalmente, entonces, ambos sienten el deseo de poner fin al acto. El sentido del hombre en la unión es pensar que la mujer está unida a él, mientras que el de la mujer es estar unida al hombre. Se hace referencia a la participación activa del hombre y a la participación pasiva de la mujer en la acción hacia la conciencia del placer. (Gironella, 1979)

También existe una clasificación de acuerdo al tiempo empleado en el placer sexual: hombres y mujeres pueden emplear poco tiempo, tiempo moderado y largo tiempo. Finalmente para que se den las uniones, los hindúes identifican varios tipos de amor:

- 1.- Amor que resulta de la ejecución constante y continuada adquirida por la práctica y el hábito.
- 2.- Amor que resulta de la imaginación, de las ideas y que se experimenta por las cosas que no están habituados.
- 3.- Amor que resulta de la fe donde es recíproco por ambas partes y cuya sinceridad no resulta dudosa, cuando cada uno ve en el otro una mitad de sí mismo.
- 4.- Amor que resulta de la percepción de objetos externos.

Tomando en cuenta las uniones y las características de la relación mencionadas anteriormente el placer sexual en los hindúes que se manifiesta a través de los sentidos pueden observarse las siguientes técnicas para alcanzar su finalidad: El abrazo que puede ser de contacto, penetrante, de frotamiento y de

opresión; el beso que puede ser nominal, palpitante, de toque, directo, inclinado, girado y presionado; presión en el cuerpo, marcas, arañazos; mordiscos que pueden ser ocultos, hinchados, de punto, de línea de puntos, de coral, de joya, de nube quebrada y de jabalí; de las diversas formas de unión sexual como es la posición abierta, la posición de la mujer indra etc.; de las diferentes manera de azotar y de los sonidos apropiados que pueden ser en los hombros, en la cabeza, en el espacio entre los senos, la espalda, los lados; los sonidos más comunes son el Phutt, el Sutt y el Platt; de la unión bucal como puede ser la unión nominal, mordisqueo de los lados, la presión exterior, la presión interior, el pulido, la succión del mango y la absorción. (Gironella, 1979)

Estas clasificaciones de los hindúes, les permitía tener un parámetro de conocimiento de las formas de placer existentes, marcando también la elección de la pareja como esposo (a) para vivir con él o ella. Además las personas mayores se daban a la tarea de perdurar las enseñanzas por medio de pláticas y de aceptación a las mismas; al llegar a la vejez la persona tenía una mayor posibilidad de disfrute en sus relaciones si cuidaba los aspectos anteriormente descritos, dándole confianza y seguridad a la convivencia con su pareja. (Gironella, 1979).

La cultura Hindú ha perpetuado a lo largo de los siglos y se mantiene a diferencia de la cultura azteca que posteriormente de la conquista española tuvo varias influencias culturales como la romana, la judeo-cristiana y el capitalismo actual que han modificado actitudes y concepciones en las personas sobre el placer sexual, llegando a la vejez con una concepción devaluada o nula sobre su propio placer sexual y el de la generación, rodeada de mitos y prejuicios que obstaculizan sus relaciones.

4.3.- Influencia del Climaterio en la Sexualidad.

"Nadie envejece por vivir un número de años, cuando el entusiasmo se pierde el alma envejece. Es la duda, el miedo y la desesperación que indignan el espíritu, hacen inclinar la cabeza y nos llevan al polvo"

Cicerón

El climaterio influye en todas las dimensiones de la vida de la persona y el ejercicio de la sexualidad no es la excepción; esta etapa ofrece a la persona una mayor oportunidad en la expresión de sentimientos de ternura dentro de la relación interpersonal, dando énfasis a la intimidad, a la comunicación verbal y corporal.

Se considera que mientras la persona se conserve en buen estado de salud físico, mental y emocional, no existe motivo para que el interés y las prácticas sexuales desaparezcan, se reconoce que el envejecimiento produce cambios fisiológicos en la respuesta sexual que se presentan con una mayor lentitud e intensidad de la respuesta sexual; El ejercicio de la sexualidad en ésta etapa representa una posibilidad y actitud ante la vida que ofrece mayor énfasis en los aspectos eróticos y placenteros de la sexualidad; la meta no se reduce al orgasmo, sino a cierto grado de tensión sexual que favorece a una mayor intimidad corporal, ya que el calor de la pareja puede hacer sentir a la persona más viva.(Krassoievitch, 1994).

La sexualidad sufre grandes cambios que generalmente pueden manifestarse en una pérdida transitoria del interés sexual; sin embargo, el ejercicio de la sexualidad y su disfrute son mucho más reacciones físicas por lo que se debe considerar dentro de un manejo integral en la etapa del climaterio (Cravioto, 1994)

Para la sexualidad en la etapa del climaterio se recomienda que se observe dentro de su contexto biológico, cultural y psicosocial tanto en el hombre como en la mujer, reconociendo que la respuesta sexual de este periodo es diferente a la que se tenía en la juventud o en años anteriores.

Para poder entender las conductas y las manifestaciones sexuales la persona puede disfrutar más de sus relaciones sexuales, conociendo que estímulos le son eficaces, aceptando sus zonas erógenas y buscando una comunicación afectiva con su pareja sexual. (Murrillo, 1998)

Los cambios fisiológicos que se presentan en la respuesta sexual de la mujer climatérica son:

Existe un preámbulo que involucra el apetito, deseo sexual o impulso que se ve un poco disminuido en algunas mujeres por los cambios físicos de la etapa del climaterio, estrés, fatiga, enfermedad, efectos de drogas, alcohol etc.; mientras que en otras mujeres surge el deseo con mayor fuerza apareciendo el romanticismo y los estímulos táctiles como provocadores del deseo.

1.- Fase de Excitación: Se disminuye un poco la reacción del aumento de tamaño de los senos, perdiendo la elasticidad y las fibras musculares del tejido elástico van decayendo; el enrojecimiento es limitado y la tensión muscular al estímulo sexual disminuye a medida que la edad aumenta; existe una distensión involuntaria del meato urinario que le da a la persona una sensación de quemazón al orinar horas después del coito que se debe a una irritación de la uretra y de la vejiga por el movimiento normal de la penetración del pene; a medida que aumenta la edad de la mujer la pared vaginal se muestra un adelgazamiento de las paredes, de forma fina y con comienzos de atrofia. En los labios mayores existe una pérdida de tejido adiposo y elevación de los labios menores con un color rosado pálido, también existe poca secreción de lubricación por parte de las glándulas de Bartolín. Aún con todo esto la vagina puede responder a la estimulación directa del coito.

González, (1998) En la película ¿Y después de la Tercera Edad Qué?, se recomienda a las mujeres la utilización de lubricantes para compensar la falta natural de éste.

2.- Fase de Meseta: El clítoris se eleva dejando su posición pendiente de reposo y en la vagina se observa una expansión más lenta; la plataforma orgásmica reacciona en todas las edades y ante cualquier tipo de estimulación efectiva.

3.- Fase de Orgasmo: Aparecen contracciones del esfínter rectal que constituyen un signo de la intensidad de la respuesta sexual, puede observarse después de los 50 años una reducción en la intensidad del orgasmo. Hay que considerar que la tensión sexual reside en las contracciones de la plataforma orgásmica, en algunas mujeres estas contracciones se viven como calambres dolorosos similares a los del parto pero con menor rapidez. Cuando una mujer presenta una actividad sexual regular su organismo tiene una respuesta con mayor placer sexual y menores molestias aunque le falten estrogénos. Sin embargo, existe el orgasmo del clítoris que no conoce límite de edad para las mujeres y también es una opción para su disfrute.

4.- Fase de resolución: La pérdida de enrojecimiento sexual es más rápida; la pérdida de orina o incontinencia son frecuentes si van acompañadas de algún problema orgánico, también la retracción del clítoris desaparece con rapidez y lo lleva a su posición inicial. La vasodilatación de la plataforma orgásmica desaparece con mayor rapidez debido a la menor tensión como respuesta de la tensión sexual.

Los cambios fisiológicos que se presentan en la respuesta sexual del hombre son:

Una etapa caracterizada por el apetito o deseo que el hombre siente y que sirve de preámbulo para la relación sexual; en él aparece una disminución del deseo sexual e interés; lo que le ocasiona mucha angustia, preocupación porque lo asocia con su virilidad y su capacidad.

1.- Excitación: El enrojecimiento de la piel y la contracción muscular van desapareciendo con la edad. El hombre que pasa de los 50 años duplica su

tiempo de reacción en relación al alcance de su erección por estimulación sexual, después de los 60 y los 70 años llega a triplicar ésta reacción, es más lento para llegar a una erección peneal completa independientemente de las técnicas de estimulación. Una vez alcanzada la erección peneal el hombre tiende a mantenerla por largos periodos antes de la eyaculación; la experiencia del hombre el hombre alcanza una erección completa y luego perdiéndola sin eyacular presenta dificultades para volverla alcanzar, entrando en un periodo refractario y pueden experimentar dificultad para retornar a los niveles de respuesta fisiológica de excitación, esto es independiente de las técnicas de estimulación sexual; también se observa mayor relajación y arrugamiento del tejido escrotal, con un grado significativo de pérdida en la elasticidad de la piel. En el hombre mayor de 60 años se reduce la respuesta vasodilatadora a la tensión sexual donde los pliegues del tegumento persisten sin aislarse o achatarse y el engrosamiento de la piel puede no ocurrir.

2.-Fase de Meseta: A menudo la erección del pene no se obtiene en los hombres de edad hasta los momentos previos de la experiencia de la eyaculación produciendo un agrandamiento involuntario del glande en longitud y diámetro del pene en el momento previo de la eyaculación. Si los testículos no se elevan el hombre no podrá experimentar una secuencia eyaculatoria completa; los hombres de más de 50 años eyaculan con una elevación sólo parcial y no total de los testículos; el hombre pierde tono de la muscular con mucho mayor rapidez que un joven.

3.- Fase de orgasmo: Las contracciones del esfínter rectal desaparecen con la edad por la reducción de tensión involuntaria del esfínter rectal como resultado de la reacción generalizada de la intensidad fisiológica de la experiencia orgásmica; se presenta una reducción en la presión eyaculatoria, sin embargo, si se mantuvo la erección por mucho tiempo no se produce la eyaculación enérgica, sino un escape del semen a través del meato uretral, cuanto menor sea el número de contracciones que se expulsan el semen

saldrá con menor fuerza. La eficiencia de la función eyaculatoria es afectada por contracciones espásticas y no las contracciones regulares expulsivas bajo la estimulación, estas se encuentran reducidas en intensidad y duración. La elevación testicular es solo parcial, el testículo derecho puede elevarse hasta la posición perineal, mientras que el izquierdo no lo hace.

4.- Fase de resolución. La involución se realiza en forma lenta, el desenso testicular se realiza de una manera muy rápida que pasa inadvertido que a veces tiene lugar durante el orgasmo; los testículos alcanzan las profundidades del escroto antes de finalizar la eyaculación. El decremento del hombre no es solo la tensión sexual, sino la habilidad para terminar el coito con una eyaculación. Cabe mencionar que la capacidad sexual y el desempeño de un hombre de edad varían de uno a otro y en un mismo individuo en relación al tiempo empleado en la misma (Krassoievitch, 1994)

Algunas de las enfermedades que afectan la respuesta y el placer sexual en la relación son las enfermedades como la diabetes que provoca una alta tasa de pérdida del deseo, las afecciones cardiacas donde la persona tiende a sentirse fatigada y temerosa de una actividad que lo lleve a una complicación de su enfermedad, los problemas de próstata, el abuso del alcohol y la comida que llevan a la inhibición de las funciones sexuales.

Otros factores son la monotonía en las relaciones sexuales, el aburrimiento de la pareja, a veces resultado de una relación que sobrepasó una etapa de obediencia respetuosa y la necesidad física para la liberación sexual, o también en una pareja donde el proceso sexual no maduro, los deseos, el interés y las expresiones no se permitieron, la excesiva atención en los hijos, las actividades de trabajo, las actividades sociales y profesionales afectan el placer sexual. (Murillo, 1998)

Ya que ésta etapa se ofrece a la persona una mayor de oportunidad en la expresión de los sentimientos de ternura dentro de la relación de pareja, dando énfasis en la intimidad, en el disfrute, placer de la comunicación verbal

y no verbal de la persona. Sin embargo, no existe un motivo por el cuál la sexualidad desaparezca si se conserva un buen estado de salud; el envejecimiento produce cambios en la respuesta sexual del ser humano, volviéndola un poco más lenta y con menor intensidad orgásmica. Se encontró que la mayoría de los autores se refieren a la sexualidad en el climaterio únicamente como la declinación de las fases de la respuesta sexual y es importante anotar que la respuesta sexual solo es una parte de la sexualidad de la persona. También significa y representa la posibilidad, la actitud y la oportunidad ante la vida de hacer énfasis en los aspectos eróticos y placenteros de la sexualidad. La meta no se reduce al orgasmo, sino a cierto grado de tensión sexual que favorezca a una mayor intimidad corporal, donde el calor del compañero puede hacer sentir más viva a la persona. (Krassoievich, 1994)

González (1998) En la película Sexualidad...¿ Y en la tercera edad qué?; Describe los cambios sexuales, físicos y psicosociales que se dan en la vejez; las creencias culturales que provocan impedimentos y rechazos para ejercer la sexualidad; las ideas de que la persona ya no es atractiva, de que no necesita de relaciones sexuales porque ya no siente, son falsas. Aunque el tiempo de respuesta sexual es más lento, no es impedimento para llevar una vida sexual gozosa. Sin embargo, existen miedos en las personas por verse expuestas al rechazo social. La película hace énfasis en rescatar el potencial de la persona, reconociendo sus experiencias que son sabiduría para ejercer su sexualidad, ya que sus capacidades no han desaparecido, solo el ritmo es más lento. Se propone una preparación desde la infancia para que la persona busque una vida plena, llena de satisfacciones y gozosa; son importantes que se promuevan actividades con la participación de la pareja, de la familia y en sociedad, reconociendo los aspectos sensuales de la intimidad para dar y recibir afecto, acercamiento emocional y reafirmación de la autoestima en la persona.

CAPITULO V

EL CLIMATERIO EN LA PAREJA

“Te amo con mis risas y mis llantos, te amo con el aliento de mi vida. Yo sabré quererte mejor y más aún tras de la muerte”

Julieta Gómez Paz

5.1 .- Antecedentes Históricos en la Pareja.

El valor en la Pareja ha variado a lo largo de la historia en diferentes épocas y contextos culturales. Por ejemplo, en la horda primitiva la mujer tenía una función doméstica y reproductiva, donde era explotada hasta el agotamiento de sus fuerzas y de su capacidad individual, por una amo exigente. Mientras se daba este tipo de relación, la religión aparecía neutra porque se adoraba un tótem asexuado. Cuando los nómadas se fijan al suelo, se convierten en agricultores, apareciendo una diferenciación sexual que se refleja en la colectividad porque generó una preocupación por la propiedad privada, cuidando que la maternidad se convirtiera en una función sagrada. (Beauvoir, 1998).

En cuanto a la selección de pareja sexual, se observaba una competencia entre machos por medio de la fuerza bruta, de su habilidad para cazar, de los conocimientos chamanicos que adquirían y el vencedor era quien tenía acceso a todo e inclusive a las hembras. Posteriormente, la elección de las parejas disponibles dependía de la elección que hicieran los machos de mayor edad, estas reglas controlaban el acceso a las hembras jóvenes. (Aries, Bejin, Foucanlt. y otros, 1982).

Otra forma de elección de pareja en el hombre primitivo fue la compra-venta de la mujer en el clan extranjero por medio de ganado, frutas o trabajo. Para llegar a esta forma de elección al hombre se le enseñaba a tener conciencia de su poder e imponer su voluntad. El hombre acaparaba las funciones de la sociedad sobre la naturaleza por medio de la guerra, la caza, la pesca, la conquista de presas extranjeras, que anexaba a su tribu, a la dominación y explotación de la mujer que le otorgaban un papel nutricional por medio de los hijos. (Beauvoir, 1998).

Así, el matrimonio se fundó sobre el rapto real y simbólico de la mujer, donde la violencia les enseñaba a los otros una afirmación de su autoridad. Por esto era importante la desvalorización de la mujer porque esta llenaba de prestigio la debilidad del hombre. Además, el hombre se da cuenta de que necesita herederos para legarles sus bienes y prologar su vida terrestre; así los descendientes tenían que rendirle culto a su alma. Por esto, la madre quedaba relegada al papel de nodriza, de sirvienta e inclusive debería de resaltar la soberanía del padre, así ella quedaba ligada a la propiedad privada, su sobrevivencia dependía de su padre o esposo, así como sus derechos sobre la tenencia y la transmisión de sus bienes. Cuando un hombre tenía una hija se consideraba un acto de generosidad aceptarla, él tenía todos los derechos sobre ella e inclusive al casarse la cedía totalmente al esposo donde era parte de su propiedad. (Beauvoir, 1998)

El placer sexual por lo tanto, era inexistente ante las exigencias y demandas del hombre que en su búsqueda de prestigio y de poder, sometía a su pareja a una posición pasiva. (Beauvoir, 1998).

En México, surgió la sociedad Azteca la cual aceptaba que a la mujer se le dieran discursos para que ella no decidiera sobre su pareja sexual, pero se le invitaba a no rechazar, ni despreciar al que la pretendiese como esposa, debería mantenerse fiel y permanecer junto a su esposo hasta que la muerte los separara. Aquí el papel de la madre, era fundamental para influir sobre la chica, sobre todo lo referente a la conservación de la virginidad y la fidelidad del marido. Ya que si el marido se daba cuenta que la muchacha no era virgen al llegar al matrimonio, él no estaba obligado a tenerle amor verdadero, recordándole constantemente que no fue virgen, causándole aflicción y trabajo. Esta represión impuesta por la sociedad Azteca, censuraba el placer a las relaciones sexuales e imponía ritos religiosos dedicados al amor y a la fecundidad. Las relaciones sexuales en la sociedad Azteca eran reconocidas y aceptadas como una necesidad vital del hombre cuya función era la reproducción biológica. Si el hermano llegaba a morir dejando hijos menores, el hermano se hacía cargo de la mujer y tomaba a los hijos como cargo adicional. En cuanto al divorcio se le permitía al hombre si la mujer era estéril o descuidaba las

tareas del hogar y a la mujer si probaba que era golpeada con frecuencia o que ella y sus hijos se hallaban abandonados. (Dávalos, 1994).

Al contrario de lo expuesto en la cultura griega, en Esparta se predicaba una igualdad en la relación hombre y mujer, se les educaba por igual, la mujer no era confinada al hogar. En Grecia existía la prostitución hospitalaria, donde la mujer daba concesiones al huésped de paso, que tenía razones místicas y el dinero recibido era destinado al culto, a los sacerdotes e indirectamente a su mantenimiento. En Atenas las cortesanas como no tenían una pareja estable no tenían derecho social y sus hijos no tenían obligación de alimentarlas. En cambio las mujeres de Corinto disponían de sí mismas, eran inteligentes, artistas y cultas, se les consideraba como a los hombres en derechos para tener una pareja sexual y sólo en algunas excepciones a la mujer se le reducía a semi-esclava, y no tenía derecho a indignarse de ello. En esta sociedad las parejas homosexuales eran consideradas como una parte normal de la vida; Plotino hablaba sobre el amor que se tenían un muchacho con otro u otro sexo dándose ocasionalmente y de forma abierta. (Aries, Bejin, Foucault y otros, 1982).

Dentro de este marco los Griegos, ellos crearon el mito platónico para explicar el inicio del mundo donde solo existían hombres, mujeres y andróginos, mostrándose con doble faz, cuatro piernas, cuatro brazos y dos cuerpos unidos por el cuello; el mito cuenta que un día fueron divididos en dos mitades distintas, las que crearon nuevos seres humanos, así era como se creaba el amor y la división de los sexos para formar parejas. Así la sexualidad y el placer sexual eran parte de la vida cotidiana de la cultura Griega encontrando un nuevo sentido a su forma de vida. (Beauvoir, 1998)

Posteriormente, en la Edad Media la mujer se encontraba en una situación de dependencia absoluta respecto al padre y al marido, siendo protegida por las leyes como parte de su propiedad privada y madre de sus hijos. (Beauvoir, 1998).

Esta filosofía llegó hasta la sociedad occidental como actitudes en restricciones a la práctica de la homosexualidad que se le consideró una práctica perversa y degenerada, el matrimonio con sus normas patriarcales dictaba una jerarquía desigual llevando a desilusiones, a expectativas falsas y desilusiones para

la pareja y la masturbación que llenaba de culpa y vergüenza a quien la practicaba por estar prohibida. Por eso al convivir en una relación de pareja se observaban claras desigualdades en derechos y disfrute con respecto a su sexualidad sobretodo al de la mujer que no se le permitía sentir placer para no caer en el pecado

Hasta el siglo XV en la sociedad Francesa se aceptaba la prostitución como parte de la vida pública, siendo parte del municipio y de la autoridad señorial hasta la aparición de epidemias y pestes que hicieron que cerraran los prostibulos, los saunas, prohibiéndose también bailes colectivos o comerciales. El lugar donde se practicaba la prostitución eran los prostibulos, las calles, las tabernas, las plazas, las puertas de las iglesias y los lugares cerrados, donde podían encontrarse parejas sexuales de todo nivel social. Con las epidemias hubo mayor mortalidad, siendo frecuente la viudez en las parejas, así las segundas y terceras nupcias eran comunes. Esto contribuyo a aumentar las diferencias de edad entre los contrayentes; la edad de la mujer constituyó un elemento para escoger esposa. El modelo familiar mostraba tradiciones de poder familiar que orillaban a la sumisión de la joven hacia la autoridad del marido, se daba en el hombre una preocupación por la procreación y por asegurarse atenciones de una esposa en la vejez. (Beuvouir, 1989).

El precio de la mujer se rebajaba en el mercado del matrimonio cuando las mujeres trabajaban fuera de su casa, las criadas, las hijas de trabajadores, las artesanas pobres, las viudas y las que vivían solas; siendo presa de bandas que provocaban problemas, peleas y ejercían violaciones en grupo con aproximadamente 10 ó 15 personas, éstas eran justificadas con la idea de que las jóvenes por su condición social tenían una situación irregular. (Rossiaud, 1982).

En este periodo el burdel municipal se quedaba abierto toda la noche, ahí la fornicación era barata y accesible a todas las personas, dando paso al placer sexual de la comunidad; ya que este fue un recurso para contener las turbulencias y las brutalidades de los jóvenes, volviéndose un instrumento de represión policial suave conocido como la casa del relax; eran las autoridades las que incitaban a las cofradías de jóvenes a perseguir el placer carnal, la cacería alegre exaltando estas conductas. También las cofradías y los alcaldes de barrio eran quienes orientaban el

comportamiento de la sociedad, exaltaban el trabajo, reconocían el derecho conyugal de una pareja y dictaban lo que se permitía.

Al llegar la moral cristiana se desarrolló una gran desconfianza hacia los placeres carnales, argumentando que eran malos para el espíritu y el cuerpo, porque éstos impedían la elevación a Dios. Es cuando la iglesia y el estado inculcan el matrimonio como necesario para tener hijos, pero evitando el apego de los placeres sexuales, ya que la función de la sexualidad se reducía a la reproducción y se consideraba un abuso de ésta se utilizará para otros fines, e inclusive la actividad sexual fuera del matrimonio era vista como pecado. Aquí es donde el derecho romano sufre la influencia del cristianismo transformando su situación económica, política y social, considerando a la mujer honrada si se sometía al yugo de la iglesia, se le dio una imagen de ser incompleta y frustrada, destinada a vivir bajo la autoridad del hombre, como esposa y como madre. Así se apoyaba la desigualdad entre el placer de las parejas provocando mayor ignorancia y desigualdades entre ellos. (Beauvoir, 1998).

Apareció el contrato matrimonial bajo el nombre de <<debitum>> que significa promesa o deuda, el esposo exigía a su pareja cumplir con el débito sexual y el otro debería acceder a ello; sin embargo, nunca se consideraba la posibilidad de que los contrayentes pudieran atraerse mutuamente con espontaneidad, dejando claro que se condenaba el placer sexual, donde el hombre era amo de la mujer, ella debía soportar los arrebatos de su esposo, ya que el hombre debería intuir cuando la esposa lo deseara, independientemente de que ella no se atreviera a pedirselo y no se lo exigiera, con esto se mantenía la timidez y se confortaba la pasividad de la esposa. El debitum pedía que las relaciones sexuales se realizaran conforme la posición natural con la mujer, esta era tendida de espaldas y el hombre encima de ella, las demás posturas eran juzgadas como escandalosas y antinaturales, ya que la mujer era considerada de naturaleza pasiva y al hombre de naturaleza activa, por esto la sexualidad parecía ser un hecho automático ligado a la eyaculación. Al hombre se le permitía tener relaciones fuera del matrimonio, porque se le pedía que amara con prudencia a su mujer, no con la pasión, sin placer sexual erótico, ya que la esposa podía inclinarse a abandonarlo e ir al encuentro de otros varones, esta

idea nacia de la idea de rivalidad entre el amor de Dios y el amor conyugal. Estas concepciones también eran resultado de la incapacidad de los clérigos para orientar a la sociedad sobre las relaciones conyugales. (Beauvoir, 1998)

En el siglo XVI se reafirma el derecho romano, incluyendo en la sexualidad una imagen de la mujer frágil socialmente y con características de poca inteligencia para justificar la conducta sexual del hombre, con esta base se redactaron códigos europeos sometidos a la propiedad privada y a la familia. Hasta el siglo XVIII se comenzó a manejar un poco de independencia y libertad sexual en la mujer con respecto a su pareja, aunque limitada porque la instrucción era desde la casa o el convento sin consultarlas. Además, los éxitos de las mujeres ocasionaban ataques hacia sus parejas porque ponía en tela de juicio la inteligencia y la fuerza que se esperaba del hombre. (Beauvoir, 1998).

Mientras las sociedades crecían, la sexualidad se vio envuelta de chismes obscenos para ocultar cualquier urgencia sexual. Después de la revolución sexual el doble código moral no tardó en hacerse evidente como resultado de una herencia religiosa, de la intolerancia social y de la ignorancia provocando comportamientos neuróticos en hombres y mujeres. Así para la mujer el coito era una carga, dándole valor únicamente a las sensaciones sexuales masculinas, el hombre buscaba el galardón de la virginidad como trofeo; ya que el himen intacto era una prueba de la inocencia sexual de la esposa; las mujeres que lo habían perdido deberían ocultarlo en la noche de bodas porque a partir de este momento ellas tenían permiso de actuar sexualmente en función del marido. Fue hasta 1826 cuando se abolió el divorcio, en donde en 1848 se niega a restablecerlo y hasta 1884 reaparece, pero dejando claro que las mujeres pertenecen a la familia y no a la sociedad política, donde estaban hechas para los cuidados domésticos y no para las funciones públicas. (Masters & Johnson, 1983).

En el siglo XVIII y XIX la medicina separa el cuerpo de la sexualidad, clasificándolo en desviaciones y patología para hacer un análisis de la herencia que otorgaba al sexo y al placer sexual con una nueva responsabilidad biológica para las relaciones de los seres humanos. Al prometerse una mayor liberación de la naturaleza y conquista del cuerpo de la mujer, ella podía asegurarse un papel

económico para la conquista de su sexualidad, de sus relaciones afectivas, sexuales y el placer toma un nuevo cauce para la pareja. (Aries, 1982).

Con el inicio del psicoanálisis a fines del siglo XIX, se fue introduciendo información sobre comportamientos sexuales de los infantes de la importancia de las relaciones sexuales entre los adultos y la pareja; inventando nuevas técnicas para su corrección y vigilancia. (Masters y Johnson, 1983)

André Bejin, 1982, ubica la aurora de los sexólogos entre la época de la primera guerra mundial entre 1922 y 1948; con Wiheim Reich que descubre lo que llama la verdadera naturaleza del poder del orgasmo, aparece en 1948 las dos primeras obras de Kinsey; ambas abordaron el tema del orgasmo como energía biológica funcional, por lo que las terapias de orgasmo se multiplicaron, difundiéndose ante la sociedad. Sin embargo, hoy en día el sexólogo ya no se preocupa tanto por la contracepción, el aborto y las enfermedades venéreas, su foco de preocupación son las desviaciones entre ellas la disfunción.

Por ejemplo Masters y Johnson atribuyen la disfunción a las dificultades de la relación de pareja en su comunicación, a la falta de identificación de vínculos; en una propuesta que realizan a favor de la orgasmo-terapia, ellos trabajan en dos fases de tratamiento; la primera recopilan y transmiten información sobre perturbaciones, balance del matrimonio, experiencias infantiles, de la adolescencia y de la edad adulta; estudian la sensibilidad, los deseos y los sueños de los pacientes; realizan un diseño del tratamiento, para una reeducación sensorial donde se le invita a la pareja a explorar sus cuerpos. En la segunda fase que tiene una duración de 10 días se pasa a las caricias no genitales gradualmente a los contactos genitales con masturbación y luego con coito hasta que la angustia desaparezca totalmente y la capacidad orgásmica haya sido restablecida. (Masters y Johnson, 1983).

La sociedad comienza a permitir a la población una flexibilidad con la tolerancia de las relaciones prenupciales y extramatrimoniales; en la medicina, la pedagogía y la economía tomaron a la sexualidad como un asunto educativo y del Estado, donde invitaban a la sociedad a vigilar la sexualidad del niño, la fisiología del cuerpo de la mujer y la regulación de los nacimientos. Además con el crecimiento de

la población apareció pobreza, ignorancia y desnutrición en la población de México, poniendo en tela de juicio el sistema reproductivo del país. (Dávalos, 1994).

A pesar de todos estos cambios, en la cultura occidental el papel del hombre y la mujer han aparecido de manera contradictoria y conflictiva entre los géneros, dando paso a desadaptaciones y malentendidos en la convivencia de pareja. De ahí que la mujer se conformo con la tarea de seducir al hombre y conquistarlo para lograr su amor sin comprometerse o cederse sexualmente; mientras que al hombre se le permite obtener el mayor número de conquistas sexuales sin comprometerse afectivamente. Que da como resultado una promiscuidad por parte del hombre y una gran necesidad afectiva y dependencia en la mujer, esto lleva a la pareja a prolongar su adaptación y ajuste sexual hasta después de algunos años de vida en común. Cuando dentro del noviazgo las parejas solo se tratan en el contexto de diversiones como ir al cine, a bailar, a pasear con ropa bonita, con perfumes y lociones; no es de extrañarse que la vida en pareja aparece como un escenario de ropa sucia, con la casa desarreglada y los niños llorando, llevando a la pareja a la desilusión y falta de interés sexual en algunos casos. (Tordjman, 1985).

Lemaire (1992) reconoce que las personas eligen pareja influenciadas bajo aspectos psicológicos, socioculturales, educativos, de costumbres, económicos etc., presentes desde la infancia.

5.2.- Cambios en la Pareja Climaterica.

"El amor es la preocupaci3n activa por la vida y el crecimiento de lo que amamos"

Fromm

Para mantener un ajuste de adaptaci3n a los cambios de la pareja Krauss en 1990 toma en cuenta dos niveles de acomodaci3n: el primero cuando ambos miembros incorporan a su identidad las caracteristicas del c3nyuge y segundo, en donde se organizan de manera pr3ctica las cualidades del matrimonio como por ejemplo la comunicaci3n clara y abierta.

Maltas (1992) sugiere como en el climaterio es de gran importancia que se establezcan, reorganicen las obligaciones y responsabilidades del compromiso de pareja, acept3ndose con defectos y virtudes. (Citado en Arrollo, 1995)

Los cambios que se presentan en la pareja son evolutivos, din3micos y madurativos e inclusive en algunos casos, cuando existen conflictos en ella pueden ser resultado de la cronicidad desde el inicio de la relaci3n y que por la llegada de los hijos se habian ocultado o negado, pero no significa que se hubiesen borrado. Llevando a la pareja a la etapa del climaterio con la sensaci3n de frustraci3n y falta de confianza con quejas constantes por una situaci3n de esterilidad y estancamiento en el desarrollo, ya que fueron incapaces de trascender las crisis de las diferentes etapas del ciclo familiar. Por lo anterior, cuando la pareja solo se fundamenta en las necesidades exteriores, al llegar a 3sta etapa se desestabiliza ante los deseos, las necesidades y las expectativas que van cambiando. (Arroyo, 1995)

Videla (1992) observa que cuando un miembro de la pareja alcanza mayor 3xito exterior, tratar3 de alentar el desarrollo del otro o de mantener la igualdad sin comunicar sus 3xitos; pero al no sentirse escuchado o envuelto en acciones destructivas buscar3 el divorcio como una manera de salir de la estructura asfijante. En la cultura occidental la mujer le dedica mayor tiempo a sus hijos, se encuentra en desventaja porque carece de todas las oportunidades que ofrece el mundo exterior; ella tiende a ser m3s sensible a las respuestas y conductas afectivas del esposo, donde pueden aparecer celos que coinciden muchas veces

**ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA**

con la tendencia del marido a buscar mujeres más jóvenes para reafirmar su potencia sexual que teme haber disminuido; al mismo tiempo la mujer puede sentirse poco atractiva, deseable y envejecida. (Citado en Arrollo, 1995)

Aparecen conductas evasivas que se realizan compulsivamente y se apartan del sentido de vida, resultado de sentimientos de tensión, ansiedad y frustración que puede llevar a la pareja o aun miembro de la pareja al alcoholismo, la drogadicción y a las relaciones extramaritales o alguna otra conducta compulsiva. Otra influencia en la pareja son actitudes inconscientes e irracionales que con el tiempo cada miembro proyecta en el otro cónyuge y que son los aspectos más indeseables de la personalidad, culpando al otro de lo malo que le pasa o de lo que no ha podido realizar. Por eso el climaterio se convierte en la última oportunidad de evolucionar y crecer juntos modificando la forma de vida en pareja y de incluir las necesidades que no han sido satisfechas. Cada persona tiene su individualidad y su historia que influye tanto en el amor como en la intimidad; la persona da y recibe amor constantemente. La confianza es muy importante para poder amar y dejar ser amado. (Murillo, 1998)

Parada (1993) describe la etapa postparental caracterizada porque la pareja vive el famoso "nido vacío" con la salida de los hijos de la casa, la vejez de pareja y la vivencia de la muerte de alguno de los cónyuges; las tareas en la etapa de pareja son afrontar la pérdida del poder y la centralidad al retiro, soledad, vejez y muerte; lo que implica una redefinición de las relaciones de poder, tanto frente a la pareja como ante los familiares políticos e hijos; la búsqueda de satisfacción y significados tanto a nivel individual como de pareja, para el afrontamiento de la declinación de los cambios físicos y de la desaparición de los seres queridos; mantener y profundizar en la relación de pareja y la relación con los miembros de la familia. (Murillo, 1998)

Las parejas que han disfrutado de relaciones pasadas disfrutara en un futuro y compartirá más caricias, que las personas que han dejado de acariciarse mutuamente. Cada relación sexual es una afirmación para la pareja sobre su placer y satisfacción, además de su conciencia sobre su sensualidad tiende a hacer más vital y atractiva a la persona en muchas relaciones interpersonales y

evitar la monotonía sexual. En esta etapa la edad y las enfermedades suelen cobrarse los efectos acumulados padecidos a lo largo de los años, con una tendencia a que las enfermedades se vuelvan crónicas, ya que no han sido tratadas con eficiencia y prontitud. (Murrillo, 1998)

Cuando uno de los cónyuges se ve afectado por mala salud, la otra parte se ve privada de la expresión sexual, la persona aprende a vivir con limitaciones e incomodidades. Pero también puede darse una pérdida de interés que va reduciendo el contacto sexual, algunas personas tienden a encerrarse y aislarse en un miedo personal y en estrategias que lo autoprotejan. Por lo tanto, las dudas, los rechazos y los errores en la comunicación pueden persistir, aun cuando la condición física haya mejorado. La actitud de pesimismo y derrota al sentirse enfermo para llevar a cabo una vida sexual, le quita la posibilidad de renovarse en su relación. (Kastenbaum, 1980)

Cuando uno de los miembros de la pareja fallece, puede pasar mucho tiempo para que la persona tenga otra relación porque se encierra en si misma (o) y busca obstáculos, como aún siente lealtad hacia la pareja pueden tener incomodidad por buscar a otra persona. Por otro lado, la sociedad espera que las mujeres sigan siendo personas recatadas y pasivas y que sean los hombres los que salgan a buscar pareja; esto dificulta la búsqueda por parte de la mujer que termina quedándose sola. (Kastenbaum, 1980)

Hay que tomar en cuenta que la publicidad a parte de vender productos que prometen atractivo sexual brillante, poder y ser deseado, los mensajes que se envían parcialmente y superficialmente; sin embargo, los estilos de vida están muy lejos del amor romántico que se vende, el ambiente físico, las ropas que utilizan, las actividades que comparten entre sí, estos elementos influyen en la vida diaria y están limitados por el aspecto económico. En la etapa del climaterio, algunos prefieren un ambiente de tranquilidad, al estímulo y al placer. (Instituto de San Carlos, 1998)

El cerebro tiene una función muy importante para la estimulación del placer cuando la pareja imagina una situación que la estimula, por lo que las actitudes de la sociedad afectan de manera diferente a los hombres y a las mujeres por

razones biológicas y psicosociales. Aparte el miedo a la desaprobación y al ridículo que pueden llenar de conflictos la satisfacción de la persona. La combinación de la presión social con la pérdida biológica puede dar lugar a la impotencia. A veces los familiares y los vecinos actúan como si sus relaciones con los demás necesitarán de su aprobación, como si fuera inexperto o una persona impulsiva que podría apenarlos.

Las mujeres quedan libres de las exigencias cotidianas que constituyen educar a sus hijos, ahora les queda tiempo para ellas y para su esposo si lo tienen, también pueden aparecer nuevas responsabilidades acerca del trabajo y de la situación económica que pueden requerir mayor atención. Sobre todo en los hombres su autoestima se centra alrededor de su posición, de las posibilidades de trabajo y su capacidad para satisfacer sus necesidades económicas en un futuro. Cuando la mujer es vista por el hombre como su compañera y madre de sus hijos y va perdiendo el contacto con la sensibilidad de ella como persona, sobre su placer y su potencial sexual. Las manifestaciones de interés romántico y de pasión por parte de ellas a veces es mal visto, ya que el hombre ha asumido el rol agresivo y de iniciativa en cuanto a la iniciación en una relación; sin embargo, las respuestas de la mujer pueden confrontar o ser una amenaza para el hombre ya que la sexualidad de la mujer puede poner en evidencia al hombre que también se está cuestionando su virilidad; por esto las mujeres tratan de guardar sus sentimientos para sí mismas, temen perturbar a sus parejas y crean problemas en su relación. Si a la pareja le falta sensibilidad para tratar a la mujer o bien control sobre su propio comportamiento, la relación podría no ser tan placentera. Por eso, el afecto también puede manifestarse por la palabra y el tacto, las caricias previas estimulan más a la mujer para sentir plenamente y valorar la intimidad. El amor no tiene edad, la sexualidad y el sexo proporcionan algo más que la gratificación física directa, ayuda también a reafirmar la identidad de cada cónyuge como persona que aún tiene algo que ofrecer y que vale la pena, donde el cuerpo representa un medio para dar y recibir placer. La intimidad de la pareja que han compartido alegrías y tristezas, la conversación tranquila y el sentido de compañía les sirve para darle firmeza a su vida. (Murrillo, 1998)

5.3.- Calidad de vida Sexual en el Climaterio

"El condimento es al sabor, como el significado y los sentidos son al placer"

Paty Casas

La calidad de vida sexual en el climaterio implica la posibilidad de expresión que influye en la forma de vida de la persona diferente al de la juventud, en su actitud, en el ejercicio de su sexualidad; tomando en cuenta siempre el estado de salud general de la persona y las etapas previas del ejercicio de ésta sexualidad. Ya que es en esta etapa cuando surge con mayor necesidad en la manifestación de ternura e intimidad como elementos que sobresalen para el ejercicio sexual. También se reconoce que la sexualidad es dinámica y cambiante en todas las etapas de la vida, que se puede enriquecer en el climaterio con diferentes manifestaciones amorosas, afectivas y eróticas; donde lo más importante es el disfrute, el deseo, la disposición, el abrazo, las caricias, la compañía, la ternura, aceptación, el afecto, el agrado, la intimidad y calidez. (Krassoievitch, 1994)

Selma González, Patricia Bedolla y Raquel Ortega (1998) utilizaron la técnica de redes semánticas naturales para conocer el concepto de sexualidad y erotismo en un grupo de hombres y mujeres entre los 60 y los 81 años, donde las personas que pasaban por la etapa del climaterio relacionaban estos conceptos con vínculos afectivos, con la comunicación y la sensualidad. Reconociendo una mayor demanda en las necesidades de amor, de compartir con la pareja, de comprensión, de contacto y de cariño. Por esto, una sexualidad más rica en ternura, en sentimientos y en afecto fortalece la autoestima, la identidad y el disfrute sexual de la pareja.

Pero para poder entender estas necesidades de la población son necesarios profesionales de la salud conocedores y conscientes de estos cambios, capaces de ofrecer en su trabajo diario con personas que viven el climaterio una actitud de empatía y no de rechazo por la vejez.

Asunción Valenzuela e Isabel Martínez (1998) Trabajaron un taller de reflexión dirigido a profesionales de la salud, donde el objetivo era vivenciar bajo un trabajo grupal el significado del placer en diferentes aspectos de la vida humana, para concientizar su propio placer y empatizar con los participantes.

Dentro de los cuidados que requiere el profesional de la salud para trabajar con los participantes, se encuentran la sensibilización con las personas que viven la etapa del climaterio, desmentir estereotipos y mitos sobre la edad, mayores técnicas y conocimientos para el manejo sexual de los pacientes, conocer la diversidad en las necesidades de expresión sexual y una creatividad en la sexualidad positiva en la persona y la influencia de las instituciones etc.(Calamidas, 1997)

Los facilitadores, médicos y terapeutas que están al cuidado de las personas que viven los cambios del climaterio y posteriormente la vejez, necesitan tener conocimientos de geriatría y psicología, con una experiencia supervisada y competente, así como una actualización constante en el tema; ya que de esto dependerá la calidad de apoyo con respecto a su salud, a los aspectos cognitivos, emocionales y conductuales que se le proporcionen al paciente que incluyen asesoramiento, reeducación sobre su sexualidad y los cambios que presenta; consulta individual, de pareja, apoyo grupal y familiar, programas preventivos e institucionales de acuerdo a sus necesidades; revisión, evaluación y monitoreo para reconocer los progresos en el paciente. (Lichtenberg, Frazer, & Col., 1998)

El aporte del modelo de Masters y Johnson (1966) para trabajar en terapia sexual con los pacientes para que pudieran alcanzar una calidad en el disfrute de sus relaciones sexuales. Donde ellos tomaban en cuenta los valores y necesidades de los pacientes, trabajando dos semanas con ellos, identificando los obstáculos que bloqueaban el desempeño sexual efectivo y ayudándolos a eliminar o superar dichos obstáculos con técnicas de ejecución, con técnicas de focalización sensorial para explorar otras posibilidades que no fueran las genitales y aumentar la confianza del paciente, logrando una conciencia de las sensaciones de toque de la pareja, hasta llegar más adelante a una relación placentera.

Helen Kaplan (1979), trabajó con un modelo trifásico: el deseo sexual, la excitación y el orgasmo de los pacientes, encontrando la raíz en la ansiedad y conflictos psicológicos. Recomendó para una calidad de vida sexual una práctica continua de acuerdo a las necesidades de cada pareja, la información que se tuviera sobre el tema era importante, ya que la ignorancia sobre el tema provocaba la caída de la persona en frustraciones, falsas expectativas y miedos al fracaso, la capacidad de comunicación que desarrollara la pareja, para expresar un deseo, una fantasía y compartir el momento son indispensables.

Murillo (1998) recomienda una reeducación sobre el tema, consultar periódicamente al médico, conocer los riesgos personales en los cambios de la etapa del climaterio, adoptar medidas para prevenir problemas emocionales y de salud a largo plazo, buscar un apoyo profesional para un proceso de ayuda que equilibre los cambios en la persona y en la pareja para un mayor disfrute sexual.

Para solo un número limitado de personas que tiene acceso al INTERNET, ellos han encontrado en este sistema un contacto superficial erótico, ya que la computadora ofrece nuevas oportunidades al juego de la atracción, donde una línea conectada al teléfono, el anonimato, la confidencialidad, así como la lejanía o la distancia hacen una interrelación diferente con la pareja. Esta línea ofrece una oportunidad de relaciones improvisadas socialmente, la exploración e integración de algunas partes de la personalidad que se habían mantenido cerradas o reprimidas, permite a la persona tener contacto con un nuevo mundo de placer sexual cibernético. (Cooper & Sportolari, 1998)

Por otro lado, la terapia sexual para la pareja o la persona que busca una mayor calidad en sus relaciones sexuales ofrece un espacio para hombres y mujeres donde pueden discutir sus emociones, sus sentimientos y reconocer su erotismo; también pueden experimentar y descubrir conductas, fantasías y experiencias sexuales que antes no reconocían en ellos mismos o no se daban permiso de experimentar.

Selma González (1997) trabajó de 1980 a 1990 con 24 grupos de cuatro personas cada grupo de mujeres que acudieron a terapia sexual en el Centro de

Servicios Psicológicos de la Facultad de Psicología, de la U.N.A.M., utilizando el modelo de PLISSIT citado por Strong en 1996 comprende 4 niveles de trabajo:

1.-Proporcionarse Permiso: De sentir al realizar ejercicios de exploración, erotización y sensualización. Ayudando al paciente a un proceso de concientización, de afirmación y autoconocimiento más saludable.

2.-Información: Desmentir mitos, aclarar dudas, confusiones y malestares para distinguir los límites de éstas contradicciones, para reconocer las potencialidades físicas, intelectuales, amorosas y eróticas del paciente.

3.-Sugerencias Específicas: Para intensificar el autoerotismo, integrando las emociones y sensaciones de la persona.

4.-Terapia Intensiva: Que provoca regresiones, duelos y sufrimientos al abandonar patrones de comportamiento sexual de insatisfacción; para transformar la energía de la persona en una sensación de gusto y de aceptación de la persona.

La terapia apoya a la persona a vivir de manera plena el deseo sexual enriqueciendo la vida sexerótica de la persona mediante el ejercicio de la sexualidad, pero sin vergüenza, sin miedos, sin culpas o cargas sociales que inhiben el disfrute sexual.

Michael Crowe(1997), trabajó cuatro categorías para que la pareja llegara a la intimidad sexual, física, emocional y operacional, que puede variar de acuerdo al género, a la cultura e influencias ambientales. Encontrando que hombres y mujeres tienen diferentes gustos de intimidad y algunas veces dificultades para acoplarse. Recomienda trabajar las siguientes áreas para una mayor calidad en la intimidad sexual:

1.- Intimidad sexual y no verbal: Esta puede incluir el dar y recibir el afecto en algunas actividades cotidianas, así como el contacto general con el cuerpo o con una actividad como si la pareja fuera nuevamente su novia(o).

2.- Intimidad emocional: Incluye la habilidad de relacionarse empáticamente con la pareja; como por ejemplo siendo su confidente y compartiendo sentimientos sin tratar de criticarlos o evaluarlos.

3.-Intimidad operacional: Aquí entran todos los aspectos de la vida diaria o cotidiana de la pareja, que incluyen la asignación o el compartir tareas, teniendo una posición en común; respetar el tiempo de soledad o de separación de la pareja para las actividades personales.

Para otros, los rituales y la relajación apoyan a una mayor calidad en la vida sexual como es la meditación sensual que sugiere preparar un ambiente donde se considere una armonía que sea agradable a los sentidos; por ejemplo los tapices, pósters, cuadros, almohadas, pieles agradables, acompañada de alguna fruta o de algún masaje, todo esto acompañado de una respiración consciente, es decir, manteniendo el ritmo respiratorio y utilizando una respiración adecuada. Aquí pueden involucrarse diferentes sensaciones del cuerpo, después de algunos minutos la persona podrá relajarse y dejarse absorber por el ambiente. Al desarrollar los sentidos, el ser humano mantiene en buen estado su capacidad para obtener placer con el fin de disfrutar los sonidos, los aromas, los colores, las caricias y sobre todo una sexualidad en todos los sentidos. Inclusive muchos sexólogos recomiendan la exploración del cuerpo por medio de un masaje, de un tocamiento, de mirarlo, de acariciarlo, permitiendo una mayor sensibilización. También un proceso donde se incluyan imágenes, fantasías y donde se de rienda suelta a la capacidad de simbolizar proporciona a la pareja un mayor goce en su sexualidad. (Internet)

La relación sexual afectiva reafirma la unión de la persona, une los lazos de amor y de amistad con la pareja, fortalece el vínculo día a día compartiendo la cotidianidad y los problemas que se presentan, que se enfrentan con mayor confianza o con menos vulnerabilidad porque se comparten.

DISCUSION Y CONCLUSIONES

La información revisada en la presente investigación documental se aplica a hombres y mujeres que viven en la etapa del climaterio como un grupo de fenómenos que lleva a la persona a reorganizar su identidad. El estudio confirma la importancia de la sexualidad en el ser humano, la forma en que la expresa y como influye este ejercicio sexual en su placer.

Las diferencias encontradas entre el climaterio masculino y femenino, son que las mujeres terminan antes su etapa fértil de acuerdo a Cravoito (1994) aproximadamente a los 50 as y el hombre hasta los 80as. El impacto que le ocasiona a la persona que lo vive, abarca todas las áreas de su vida donde se desenvuelve. La mayor parte de la literatura e investigaciones confirman los cambios físicos, psicosociales y sexuales que aparecen en la persona y que se oponen con la extravaloración cultural en la apariencia física, el culto a la belleza, el consumismo mercantil y a los estereotipos socialmente encontrados en un modelo coital (Gutierrez y Jasso, 1998). El hombre y la mujer llevan diferentes cargas psicosociales en el ejercicio de su sexualidad en esta etapa, mientras que la mujer canaliza su angustia y preocupación en los malestares de manera abierta o encubierta, en los síntomas exagerados, en las demandas de afecto y de atención; asociando estos cambios con la sensación de ya no ser mujer, de pérdida de femineidad; porque al sobrevalorarse culturalmente el rol de madre, lo cual coincide con la salida de los hijos del hogar "nido vacío", ella se vuelve más vulnerable para poder adaptarse, para aceptar los nuevos cambios o para vivir con otros roles.

El hombre busca con la genitalidad probar que todavía puede responder a las demandas del medio ambiente y de la competencia que lo someten en función de su respuesta sexual como una manera de reafirmarse y sentirse seguro, ya que también se enfrenta a la jubilación del trabajo, el cual le ofrecía estatus, poder económico, independencia y tiempo propio. A diferencia de la

concepción médica que se tenía del climaterio como resultado de los cambios hormonales únicamente, encontramos que las cargas socioculturales y psicológicas, llevan a la persona a mitos y prejuicios ocasionados por la rigidez en los roles y papeles de género que sólo alimentan la separación entre hombres y mujeres. (Murrillo, 1998, Carreño, 1987 Parada, 1993).

Algunos autores revisados como Lamas (1996), Benería y Roldan (1987), Delgado (1993), Bustos (1994), y Rubio (1994) coinciden en que el género es una construcción social, cultural, mental e inclusive Scott (1990) como una construcción simbólica llena de significados que diferencia a los hombres de las mujeres; sin embargo, estas construcciones no justifican las inequidades y las desigualdades en los derechos de las personas. Así el género lleva a los seres humanos a vivir distintos guiones o papeles, pero también a ejercer control sobre su conducta. A diferencia de Bern y de Aguiñiga (1988) proponen que la masculinidad y la femineidad deberían integrarse para crear personas más completas, más saludables y funcionales. Esta última consideración es importante resaltarse para el disfrute sexual de hombres y mujeres. El género marca diferencias en el disfrute sexual de hombres y mujeres; se necesitan proponer nuevos roles y generar modelos a las personas que viven en esta etapa con una valoración social positiva, funcional y de aceptación para que tengan acceso a sentirse personas valoradas, más completos o mayores opciones de disfrute; tomando en cuenta a Carreño (1987) y Calamidas (1997) quienes proponen un desarrollo psicoevolutivo donde es importante organizar nuevos vínculos o a Wilk y Kir (1995) que observaron que los modelos que aprendían las hijas de sus madres influía en los síntomas y en la manera de vivir el climaterio y por lo tanto su propio placer o el de pareja.

Para Krassoievich (1994), González, Bedolla, y Ortega (1998), coinciden en que el climaterio no es la finalización de la vida, ni de las capacidades del ser humano en el área sexual; es el comienzo y la oportunidad de vivir una nueva

etapa para que la persona resignifique su vida con sus experiencias pasadas o historia personal, para llevarla a un nuevo conocimiento de ella misma y una nueva forma de conducirse con su propio placer sexual que dependerá de un proceso dinámico, continuo y cambiante a lo largo de su existencia. Aquí el psicólogo tiene un campo muy amplio por abordar para enseñarle a la persona que el disfrute sexual no se reduce a la coitalidad, sino que es un proceso más profundo de socialización, de comunicación y de intimidad que lleva a la persona a una vivencia y convivencia diferente a la de los años de juventud.

La posibilidad de crear programas de prevención, educativos y de atención en el trabajo individual y de grupo con infantes, adolescentes, jóvenes, adultos y con las personas climatéricas que cursan ésta etapa, para que promover la toma de conciencia de los cambios en el presente o en el futuro y puedan trabajar un proyecto de vida, donde se incluya una calidad de vida, ya que si la persona llega al climaterio con áreas resueltas como una independencia económica, salud física, disciplina para ejercitar su cuerpo, un apoyo o grupo social positivo o estimulante, educación sexual etc., será más fácil que cuente con elementos para disfrutar el placer en general y el placer sexual con mayor responsabilidad, sobretodo en el caso de los hombres que pueden ser fértiles hasta los 80 años.

Tiger (1993) reconoce que es difícil encontrar una sola definición del placer ya que se vislumbra de acuerdo a dispositivos de control que maneja cada cultura; encontramos que dentro del modelo sistémico aplicado a la sexualidad expuesto por Rubio (1994) dentro del Holón del erotismo coincide con ésta idea porque el placer de la persona queda afectado con alguna disfunción sexual por causas psicológicas generadas por la cultura. Por ejemplo, encontramos que en la cultura hindú citada por Gironella (1979), su religión da paso a la vivencia del placer con todos los sentidos e inclusive lo fomenta con ritos que lleva a la persona en el climaterio a tener mayores

satisfacciones en la relación consigo misma, existe una elección de pareja lo cual le permite alcanzar un mayor disfrute en sus relaciones y con el medio que les rodea, ya que existe una aceptación y conocimiento de cómo alcanzar el disfrute. En otras culturas como en México existen grandes diferencias e influencias culturales; al principio la cultura azteca se educaba y fomentaba en las personas el placer e inclusive se adoraba con dioses; después la herencia romana, judeocristiana y el auge de la sociedad capitalista han llevado a las personas a vivir el placer desde el consumismo, creando estereotipos y roles rígidos, devaluando el placer de las personas que envejecen o censurándolo para darle solo validez al placer sexual de la juventud.

De acuerdo a Tiger (1993). Se encontró que existe una diferencia entre el placer general y el placer sexual, el primero puede lograrse gracias a la utilización de los sentidos, de lo simbólico, de los sentimientos para disfrutar desde la compañía de una amistad, hasta el placer de comer, de escuchar música, de cantar e inclusive implica el disfrute de la vida misma, es más amplio y el placer sexual es sólo una parte de ese placer total que comparte componentes afectivos, físicos, sociales, culturales y eróticos. Comparando la propuesta de Tiger (1993) con el modelo sistémico aplicado a la sexualidad revisado por Rubio (1994), el placer sexual es mucho más que la reproductividad o la genitalidad, involucra la internalización de construcciones mentales de la persona a través de la experiencia e influye el género, los vínculos afectivos, la reproducción y el erotismo de la persona; Rubio revisa la sexualidad de manera integral, dinámica y toma en cuenta que la sexualidad cambia en cada etapa de la vida del ser humano.

Por eso en el trabajo del Psicólogo (a) son necesarios revisar áreas donde se puedan ofrecer a las personas una reeducación sobre ésta nueva etapa, por medio de dinámicas, de videos, de cuentos, de programas, etc., ya que el climaterio conlleva varias crisis a resolver, por ejemplo nuevos roles, nuevas formas de relacionarse con la pareja, nuevas oportunidades para disfrutar el

placer, etc. Así como desmitificar los valores negativos, los prejuicios, las ideas que inducen a la desvalorización de la vejez y que llevan a la persona a sentirse insegura, enferma y sin sentidos para vivir.

Lichtenberg (1998), Valenzuela y Martínez (1998), están de acuerdo que los facilitadores, educadores, médicos y psicólogos prefieren el trabajo terapéutico en grupo, reconocen que se necesita un mayor conocimiento en el área sexual, en la sensibilización del propio placer para entender las necesidades de las personas. Se sugieren espacios en las instituciones donde los especialistas puedan tener acceso a una actualización constante, que les permita ser más sensibles, revisar sus propias expectativas y ser más humanitarios a las necesidades de las personas. A diferencia de Masters y Johnson (1966), Helen Kaplan (1979), González (1997), y Crown (1997) que se enfocan más a un tratamiento de terapia sexual con las personas que presentan alguna disfunción sexual, proponen una forma de trabajo clínica, haciendo énfasis en la autoestima y autoconcepto de la persona con respecto a su sexualidad; dentro de ésta línea son necesarios la participación del médico, del terapeuta sexual y el apoyo de la pareja para que la persona pueda tener alternativas para una calidad en el disfrute de su sexualidad.

En México existe una tasa de natalidad alta en comparación con el resto del mundo, en la actualidad las cifras de población alcanzadas son de 99 millones de personas y el 80% se encuentran entre los 18 y los 40 años. Por eso, dentro del nuevo milenio existirán problemas de salud, educativos, sociales, sexuales y psicológicos en la población, que en general demandarán atención de las instituciones públicas y privadas; así como la prevención tendrá que ser un apoyo importante para la resolución de necesidades básicas que llevarán a la persona a tener acceso al placer.

Por lo tanto, la sexualidad le ofrece al ser humano una oportunidad de vivir una calidad de vida llena de satisfacciones que puede ir descubriendo en su propio camino, que le implica una responsabilidad con su cuerpo, con las

relaciones que forma, con el placer de disfrutar de sí mismo para tener la capacidad de dar y recibir el regalo del placer.

Se sugiere que la presente investigación quede abierta para futuras investigaciones como por ejemplo, la medición con instrumentos sobre la satisfacción sexual en México antes, durante y después del climaterio; un proyecto de vida sin distinción de género que lleve a la unión, a la comunicación e intimidad de las parejas, donde se reconozcan su expresión corporal, los recursos internos de cada persona, donde puedan realizarse ajustes sexuales resultado de los cambios físicos y del contexto; grupos de reflexión para trabajar con la autoestima y autoconcepto de la persona; programas educativos en las escuelas para que los alumnos desde la infancia valoricen positivamente la vejez y se promueva una calidad de vida que permita llegar a la persona con todas sus potencialidades hasta la vejez; trabajar con modelos y roles positivos que sirvan a la persona para valorizar su placer, evaluando los resultados de los mismos.

BIBLIOGRAFÍA.

- Aries, A., Béjin, M., Foucault, M. (1982) Sexualidades Occidentales.
Editorial Paidós, Barcelona, España.
- Arroyo, J., Hernández R. (1995) Autoconcepto y Satisfacción Marital en las Mujeres Premenopausicas y Posmenopausicas. Facultad de Psicología-UNAM
- Beauvoir, S. (1998).El Segundo Sexo. Los Hechos y los Mitos
Editorial siglo Veinte. México. DF.
- Burin, M. Y Cols (1987). La Crisis de la Mediana Edad en las Mujeres. En Estudios sobre la Subjetividad Femenina. Mujeres y Salud Mental. Grupo Ed Latinoamericano. Argentina, Buenos Aires.
- Bleichmar, E.(1985). El Feminismo Espontáneo de la histeria.
Editorial Fontamara. Madrid, España.
- Braverman, S., Paris, J. (1993). Psicoterapy. He Male Mid-Life Crisis in the Grown-Up.
Vol. 30Núm. 4 Jewish General Hospital, Motreal.
- Bustos, L. (1994) La formación de Género. En Antología de la Sexualidad humana. V. 1
Editorial: Porrúa. México DF
- Calamidas, E.(1997).Journal of Sex Educación & Therapy.
Vol. 22 Núm. 2 New York
- Carreño, D. Y Cols. (1987). Una Crisis Vital en la Mujer. La Edad Madura.
En Estudios sobre la Subjetividad Femenina. Argentina, Buenos Aires.
- Cooper, A., y Sportolari, L.(1997) Journal of Sex Education & Therapy.
Romance en el Ciberespacio. Vol. 22 Núm. 1 College de New Jersey

-Cravioto, María (1994). Climaterio. En Antología de la Sexualidad Humana V-II. Editorial: Porrúa. México DF

-Corona, E.(1994). La Formación de Género. En Antología de la Sexualidad Humana V.I Editorial: Porrúa. México DF

-Corres, A., Bedolla, P., Martínez, I. (1996). Los Significados del Placer en Hombres y Mujeres. Editorial Fontamara. México, DF

-Crowe, M. (1997). Journal the Sexual and Marital Therapy. La Intimidad en la Relación de Pareja Vol. 12 Núm. 3 CARFAX., E.U.

-Dávalos, L. Enrique (1994) Pueblos Mesoamericanos. En Antología de la Sexualidad Humana. CONAPO V-I. Editorial: Porrúa. México DF

-Del Campo, L. y Herrera, F. (1996). Salud Mental. Climaterio y Depresión. V. 19 Núm 3 INMP, México, DF

-Delgado, M. (1993). Las Palabras del Otro Hombre. Editorial Muchnick. Barcelona

-De la Fuente, P., Sainz, R., Conde, O., Calvo, S. (1995) Complicaciones de la menopausia. AETS: Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias.

-Englander, B. (1993). El Climaterio: Aspectos Psicológicos en el Hombre y la Mujer. Tesis- Facultad de Psicología-UNAM.

-Evans Barbara (1979). Life Change: A guide to the menopause, its Effects and treatments. Londres: Pan Books.

-Foucault, M. (1981) La Voluntad del Ser. Periodización. Editorial Siglo XXI. México, DF

-Funke, L. (1982). La Educación Sexual Humana. Sociedad y sexualidad. CONAPO. V I México, DF

-Ganon, L. Y Ekstrom, B.(1994) Attitudes Toward Menopause: Tha Influence of Sociocultural Paradigms. Psicology of Woman Quartely. Vol. 17 (3) pp. 275-288

-Gildardo, N. Octavio (1989).Explorando las Sexualidades Humanas.
La Sexualidad en Cultura Occidental. Editorial Trillas.México DF

-Gioronella, F. (1979) Kamasutra. Editorial Circulo de Lectores. Colombia, Bogotá.

-González, S. Selma (1997) Erotismo y Terapia Sexual en Grupo para Mujeres.
En XV Aniversario del Centro de Servicios Psicológicos. Ed. U.N.A.M. Facultad de Psicología. México, D.F.

-González, S. Selma y Cols. (1998) Sexualidad...¿Y en la tercera edad qué? (Película)
Ed. U.N.A.M. Facultad de Psicología Audiovisual. México, D.F.

-González, S. Ruth (1994).. La Sexualidad del Adulto. En Antología de la Sexualidad Humana. CONAPO V-II Editorial: Porrúa. México DF

- González, S., Bedolla, P., y Ortega, R. (1998). Sexualidad y Erotismo en la Tercera Edad a través de Redes Semánticas. PROSEXUM:Facultad de Psicología.

-Goldman, H.(1987).Desarrollo Psicológico Normal. En Psiquiatría General. Editorial: Manual Moderno. México, DF

-Gutiérrez, C. y Jasso, J (1998) La Subversión del Placer en la Experiencia Orgasmica (Ed), World Association For Sexology. FEMSS.
México, Aguascalientes

-Instituto de San Carlos.(1998) INTERNET. Madrid,España.

-Kaplan, H. (1979) Transtornos del Deseo sexual. 3ra Edición.Editorial Grijalbo.
Barcelona

-Kaplan. H.(1978) La Nueva Terapia Sexual. Editorial: Alianza, Madrid.

- Kastenbaum, R. (1980). Vejez:Años de Plenitud. Editorial: Harla.México DF.
- Keegan, M.B.(Director) y Shadom, E.(Productor) (1995) Tomates Verdes Fritos.(Película) Asotiation Organization and ACT III Communication. E:U:
- Krassoievich, Miguel. (1993) Psicoterapia Geriátrica. Aspectos Psicológicos y Psicodinámicos del envejecimiento. Editorial F.C.E. México DF
- Krassoievich, Miguel. (1994). Antología de la Sexualidad Humana.CONAPO.
V-II.La Sexualidad en la tercera Edad. Editorial: Porrúa. México DF
- Lemaire, J.(1995). La Pareja Humana: Su Vida, su Muerte, Su Estructura.Editorial: F.C.E..México, DF.
- Lamas, M. (1995). El Género. PUEG-UNAM. Editorial Porrúa pp-327-364
- Lamas, M. (1996).Usos, Dificultades y Posibilidades de la Categoría Género.La Construcción Cultural de la Diferencia Sexual. PUEG-UNAM. Editorial: Porrúa. Pp. 327-364.
- Levinson, D.J. (1977).La transición de la edad madura: Un periodo en el desarrollo psicosocial del adulto. Psychiatry 40 pp 21-27
- Linne,M., Boulton, Ch., Boulton, L.,Smith,S. (1998)The Gerontologist. Satisfaction With Outpatient Geriatric. Vol. 38 Núm. 3 Editorial Board Washington, DC U.S.A
- Lichtenberg, P., Smith, M., Frazar,D. y Col. (1998) He Gerontologist.Psychological Services in Log-Term Care Facilities.V. 38 Núm 1Editorial Board Washington,DC. U.S.A.
- Markevicius, A.(1996).Temas de divulgación. La andropausia o Climaterio Masculino.
INTERNET
- Masters, W , Johnson, V. y Kolodny (1966). Human Sex.Boston:Little, Brown.
- Masters, W., Johnson, V.(1966). Human Sex Response:Little Brown.
In Sex and Human Loving Boston;Little Brown.

-Masters, W., Johnson, V. (1983). El Vínculo del Placer: Un Nuevo enfoque de Compromiso Sexual. Ed. Grijalbo. México

-Mead, M. (1935) Sex and Temperament in Three Primitive Societies.
Editorial Morrow. Nueva York.

-Méndez, C. Luis (1994). Ciclo Vital en la Sexualidad .Infancia. En Antología de la Sexualidad Humana. CONAPOV-II. Editorial: Porrúa. México DF

-Mishara, B. y Riedel, R. (1986). El Proceso de Envejecimiento. Madrid
Editorial Morata.

-Monroy, Anameli. (1994). La Sexualidad en la Adolescencia En Antología de la Sexualidad Humana. CONAPO V-II. Editorial: Porrúa. México DF

-Morgan, M. (1989). La Sexualidad en la sociedad Azteca. En antología de la Sexualidad. CONAPO. Pp 127-283. México, DF

-Murrillo, U. Alfonso. (1998). Aspectos Psicosexuales en la Etapa Climatérica. Revista del Climaterio. V-I. Núm. 6 .FLASCYM. Ed. Comunicaciones Científicas Mexicanas.

-Ojeda, Linda(1995). Menopausia sin medicina. Más allá del mito, sexo y salud. De. Paidós. Primera Edición

-Parada, L. (1993) Aportaciones para un Análisis Psicosocial de las Relaciones de Género en la Pareja. En Estudios de Género y Feminismo II. Ed. FONTAMARA. México, D.F.

-Pérez, L. Faustino. (1993). La menopausia. Como vivirla y superarla sin miedo. México D.F. Ed. Temas de Hoy.

-Pearsall, P.(1992). Super Sexo Marital. Vivir, Aprender, Enseñar y Proteger. Editorial Edivisión. Mnéxico, DF

-Poma, P. (1999). Climaterio. University Chicago. Ravenswood Hospital Center. Winchester.INTERNET

-Rubio Eusebio. (1993). Introducción al estudio de la Sexualidad Humana. En Antología de la Sexualidad Humana. CONAPO V-1.

-Rubio, Eusebio, Sara, A., Revuelta (1994). Erotismo Humano. En Antología de la Sexualidad Humana. CONAPO. V-II. Editorial: Porrúa. México,DF

-Scott, W. (1990) Género. Una Categoría Util para el Análisis Histórico; las mujeres de la Europa Moderna y Contemporánea. Ed Magnanim

-Shaver, J. y Paulsen, V. (1993) Family and Practice. Research Journal. Vol. 13 (4) pp 373-384.

-Speroff, L., Glass, RH. y Kase,NG. (1989).The ovary from conception to senescence. In Clinical Gynecologic Endocrinology and Infertility. pp 121-163.

-Tiger, L. (1993). La búsqueda del Placer: Una Celebración de los Sentidos. Editorial: Paidós. Barcelona,España.

-Tordjman, Gilbert (1985).Realidades y Problemas de la Vida Sexual. V-III. Séptima Edición.Ed. Argos Vergara. Barcelona España.

-Valenzuela, A. Y Martínez, I. (1998). Aportaciones de los Grupos de Reflexión Focalizados al Análisis de los Conceptos de Placer y Placer de Pareja. (Ed), World Association For Sexology. FEMSS. México,Aguascalientes.

-Wilk, A., Kirk, M.(1995) Psicoterapy. Menopause: A Develomental Stage, Not a Deficiency Disease. Vol. 32 núm. 2. Highland Park, Illinois.