



🏠 (<http://www.gob.mx>) > Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (/inapam)
> **Blog**

Publicaciones Recientes



Nuevo



2024-02-29

Medidas preventivas para reducir lo:

Sexualidad y demencia

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud la demencia es un síndrome caracterizado por el deterioro de la función cognitiva que afecta a la memoria, el pensamiento, la orientación, la comprensión, el cálculo, la capacidad de aprendizaje, el lenguaje y el juicio.

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores | 01 de diciembre de 2021



Cuando una persona vive con demencia puede presentar cambios en su comportamiento que afectan la forma en cómo expresa su sexualidad, deseos y necesidades afectivas,.

El deterioro de la función cognitiva suele ir acompañado, y en ocasiones es precedido, por el deterioro del control emocional, el comportamiento social o la motivación. En la actualidad se estima que alrededor del 5% y 8% de la población mundial de personas mayores de 60 años viven con demencia. (OMS. 2020).

Sexualidad y demencia, ¿cómo afecta la demencia a la vida sexual e intimidad de las personas mayores?



Cuando una persona vive con demencia puede presentar cambios en su comportamiento que afectan la forma en cómo expresa su sexualidad, deseos y necesidades afectivas, lo que puede resultar desconcertante y difícil de manejar para la propia persona, la familia, la pareja y la o las personas involucradas en el cuidado.

Estos cambios pueden verse reflejados en un menor o mayor interés sexual, necesidad de afecto e intimidad; situación que puede cambiar la forma en cómo se satisfacían anteriormente estos aspectos, sin embargo, es importante comprender



que tales necesidades se mantienen y es necesario visibilizarlo para generar estrategias que permitan satisfacerlas saludablemente.

Los cambios en el comportamiento pueden resultar particularmente difíciles de afrontar, pues la persona mayor con demencia puede vivenciar las siguientes situaciones:

- Olvidar cómo demostrar o satisfacer sus necesidades sexuales y afectivas.
- Sentir frustración, enojo, ansiedad y desesperación.
- Sentir desinterés sexual, o, por el contrario, mostrar un interés desmesurado.
- Mostrarse agresiva y/o violenta.
- Mostrarse persistente.

Por otro lado, es posible que la persona mayor con demencia muestre comportamientos que parezcan de índole sexual, como puede ser: exhibirse en público, mostrar los genitales, quitarse la ropa, masturbarse en momentos y/o espacios inadecuados, acercarse invasivamente hacia otras personas, no obstante, estos comportamientos en ocasiones son síntomas de la propia demencia y no reflejan un interés sexual real. En demencias de tipo vascular, frontotemporal o de Parkinson, estos comportamientos desinhibidos se pueden presentar en una etapa más temprana e incidir en el comportamiento sexual. (Sáenz, E y Mohedano, M. 2020).

¿De qué manera se pueden sobrellevar estos cambios?



Primero, es necesario identificar bajo qué circunstancias se generan los comportamientos de tipo sexual, para identificar si se trata de un deseo sexual y de intimidad, un exceso de energía, el efecto secundario de algún o algunos medicamentos o síntoma de la demencia. En este sentido, es primordial propiciar espacios de comunicación en los que la persona mayor con demencia manifieste sus necesidades, acercarse con profesionales de la salud y recibir orientación para entender de qué manera se pueden atender.

También es de utilidad acercarse a grupos de apoyo para personas cuidadoras; estos espacios propician el intercambio de información, experiencias, sentires y saberes prácticos que pueden ser valiosos para afrontar las distintas situaciones que se presentan.

¿Cómo afrontarlo a nivel de pareja?

Cuando la persona con demencia se encuentra en una relación de pareja es esencial que se comuniquen las necesidades sexuales y afectivas de ambas personas para identificar formas a través de las cuales se puedan llevar a cabo, tomando en consideración que el consentimiento, el respeto a la independencia y la autonomía son fundamentales.

Especialistas en demencia recomiendan buscar y experimentar con diversas maneras de expresar la sexualidad, los afectos y la intimidad cuando una persona mayor vive con demencia. Algunas recomendaciones son:



- Realizar actividades con la persona mayor que reduzcan el estrés, la ansiedad y la energía acumulada que le prodiguen paz y tranquilidad, como bailar, hacer actividades de jardinería, escuchar música, realizar caminatas, entre otros.
- Mostrar afecto a través de caricias suaves, tocar tierna y gentilmente, besar, abrazar, dar un masaje; esto propicia momentos de intimidad y refuerza el vínculo con la persona, además le proporcionan tranquilidad y seguridad.
- La masturbación individual, en pareja o asistida puede ayudar a reducir la tensión sexual y evitar encuentros sexuales no consentidos.
- Cuando la persona mayor con demencia muestra desinterés o no tiene la capacidad de consentir un encuentro íntimo o sexual se deberá respetar, pues cualquier acto de este tipo realizado sin consentimiento, es abuso sexual y es un delito.
- Hablar con familiares y amistades sobre estos cambios para establecer estrategias que permitan actuar con madurez y evitar momentos incómodos. Se sugiere no regañar, censurar y reprimir a la persona que vive con demencia, estos cambios en el comportamiento son consecuencia de la demencia.

Es necesario mantener un seguimiento con las y los profesionales de la salud, especialistas en el tema y grupos de apoyo para recibir orientación y herramientas que permitan la plena satisfacción de las necesidades de la persona mayor con demencia, el respeto a su dignidad e integridad, así como el de su familia y las personas involucradas en su cuidado, recordando que no hay una solución única, por el contrario, la atención deberá ser integral y centrada en las particularidades de cada persona.



Directorio de instituciones y organizaciones que atienden a personas con demencias y a sus familias:

<https://sites.google.com/site/fatereca/home/programa-psicoeducativo-en-familiares-de-personas-con-demencia/grupos-de-apoyo/directorio>
(<https://sites.google.com/site/fatereca/home/programa-psicoeducativo-en-familiares-de-personas-con-demencia/grupos-de-apoyo/directorio>)

Referencias.

1. Alzheimer's Society. (s/f). *How does dementia affect sex and intimacy?* Alzheimer's Society. Disponible en: <https://www.alzheimers.org.uk/get-support/daily-living/sex-intimacy-dementia> (<https://www.alzheimers.org.uk/get-support/daily-living/sex-intimacy-dementia>)
2. González, M. (s/f). *La sexualidad y la demencia*. Instituto Nacional de Geriatria. Disponible en:
<http://www.geriatria.salud.gob.mx/descargas/publicaciones/sexualidad-y-demencia.pdf>
(<http://www.geriatria.salud.gob.mx/descargas/publicaciones/sexualidad-y-demencia.pdf>)
3. NIH. (s/f). *Changes in intimacy and sexuality in Alzheimer's disease*. National Institute of Aging. Disponible en: <https://www.nia.nih.gov/health/changes-intimacy-and-sexuality-alzheimers-disease> (<https://www.nia.nih.gov/health/changes-intimacy-and-sexuality-alzheimers-disease>)
4. OMS. (2020). *Demencia*. Organización Mundial de la Salud. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/dementia>