

Factores psicológicos y socioculturales en la vida sexual de los adultos mayores

Fatores psicológicos e socioculturais na vida sexual dos idosos

Ana Rosa Can Valle

Universidad Autónoma de Campeche, México

anarocan@uacam.mx

Betty Sarabia Alcocer

Universidad Autónoma de Campeche, México

bmsarabi@uacam.mx

Jaqueline Guadalupe Guerrero Ceh

Universidad Autónoma de Campeche, México

jgguerre@uacam.mx

Resumen

La sexualidad desempeña un papel muy importante a lo largo de la vida, así que no existe motivo alguno para creer que con la edad desaparecen el interés o las prácticas sexuales; el placer no solo depende del aparato genital, sino también de toda una serie de excitaciones y actividades efectuadas desde la infancia, las cuales producen un placer que no puede reducirse a la satisfacción de una necesidad fisiológica básica, denominada como “normal” en el amor sexual. Por lo general, la sociedad relaciona más a la sexualidad con la juventud, alimentando muchos estereotipos negativos acerca de la sexualidad en la vejez.

El objetivo del presente estudio es identificar los factores psicológicos y socioculturales que intervienen en la percepción de las personas adultas mayores de 60 a 80 años de edad que viven en el poblado de Sabancuy perteneciente al Municipio del Carmen, Campeche. Para ello se utilizó el método descriptivo, no experimental con alcance cualitativo, con instrumentos: ficha de identificación, test bienestar psicológico y la satisfacción sexual en parejas de edad adulta media y edad adulta tardía, Inventario de Autoestima de Coopersmith, versión para adultos. El análisis de datos se realizó mediante un ordenador personal (PC) con herramientas tales como:

manejador de bases de datos (Word) y hoja de cálculo (Excel). Los sujetos objeto de estudio fueron 50 personas adultas mayores de 60 a 80 años de edad. En los resultados se encontró que la autoestima, considerada un factor psicológico, no intervino en su percepción de mantener una vida sexual activa, ya que la mayoría de la población manifestó tener autoestima alta, aunque estos no tienen una vida sexual activa, es decir, la autoestima no influyó de manera directa en la actividad sexual de los adultos mayores investigados. Se preguntó a los adultos mayores en estudio: ¿cree que es malo para la salud, especialmente en la vejez, la actividad sexual?, ante lo cual, 20 % de los hombres con rango de edad de 70 a 79 contestó en las encuestas que no es malo para la salud tener relaciones sexuales, pero que ya no lo realizan porque ya no es lo mismo; asimismo, se les preguntó si en la actualidad mantenían relaciones sexuales, y los resultados mostraron que 34 adultos mayores ya no tienen relaciones sexuales y 10 hombres sí tienen relaciones sexuales aunque ya no sea con su pareja. Al preguntar a los adultos mayores si consideran necesaria la penetración o coito para obtener satisfacción sexual, 13 de los adultos mayores varones respondieron que consideran necesaria la penetración para obtener satisfacción sexual. En conclusión, la creencia de que la edad y el declinar de la actividad sexual están inexorablemente unidos, ha provocado que no se preste atención suficiente a una de las actividades que provee mayor calidad de vida, la sexualidad. Sin embargo, la mayoría de las personas de edad avanzada son capaces de tener relaciones y de sentir placer en toda la gama de las actividades como sucede en las personas más jóvenes.

Palabras clave: factores psicológicos y socioculturales, vida sexual activa, autoestima, prejuicios.

Resumo

Sexualidade desempenha um papel muito importante ao longo da vida, por isso não há razão para acreditar que a idade de juro ou práticas sexuais desaparecem; prazer depende não só do trato genital, mas também uma série de excitações e as actividades desenvolvidas desde a infância, que produzem um prazer que não pode ser reduzida para a satisfação de uma necessidade fisiológica básica, referido como "normal" no amor sexual. Normalmente, a empresa se relaciona mais com a sexualidade com os jovens, alimentando muitos estereótipos negativos sobre a sexualidade na velhice.

O objetivo deste estudo é identificar os fatores psicológicos e socioculturais envolvidas na percepção dos adultos com idades entre 60 a 80 anos de idade que vivem na Sabancuy pertencente ao município de Carmen, Campeche. folha de identificação, teste bem-estar psicológico e satisfação sexual em casais idade adulta média e idade adulta tardia, Coopersmith Self-Esteem Inventory, versão adulta: Para este fim, há espaço experimental qualitativa, método descritivo foi usada instrumentos. A análise dos dados foi realizada por meio de um computador pessoal (PC) com ferramentas como o manipulador de banco de dados (Word) e folhas de cálculo (Excel). Os indivíduos em estudo foram 50 pessoas adultas com idade entre 60-80 anos de idade. Os resultados revelaram que a auto-estima, considerado um fator psicológico, não estava envolvido na percepção de uma vida sexual ativa, pois a maioria da população relataram ter auto-estima elevada, embora eles não têm uma vida sexual ativa, isto é, auto-estima não influenciou diretamente na atividade sexual dos idosos investigados. foram convidados adultos mais velhos no estudo: Você acha que é ruim para a saúde, especialmente na velhice, a atividade sexual, após o que 20% dos homens com faixa etária de 70 a 79 respondida nas pesquisas? não é saudável para ter relações sexuais, mas já não fez, porque já não é o mesmo; Também eles perguntaram se atualmente tinha o sexo, e os resultados mostraram que 34 idosos já não têm sexo e 10 homens que têm relações sexuais mesmo que ele não está mais com o seu parceiro. Para pedir os idosos se a penetração ou relação considerada necessária para a satisfação sexual, 13 idosos entrevistados do sexo masculino considerou que a penetração necessária para a satisfação sexual. Em conclusão, acreditando que a idade eo declínio da atividade sexual são inexoravelmente ligada, significa que não é suficiente atenção é dada a uma actividade que proporciona maior qualidade de vida, a sexualidade. No entanto, a maioria das pessoas mais velhas são capazes de ter relações sexuais e prazer em toda a gama de atividades como em pessoas mais jovens.

Palavras-chave: fatores psicológicos e socioculturais, a atividade sexual, auto-estima, preconceitos.

Fecha Recepción: Enero 2015 **Fecha Aceptación:** Julio 2015

Introdução

Sexualidade desempenha um papel muito importante ao longo da vida, não há nenhuma razão para acreditar que a idade de juro ou práticas sexuais desaparecem; prazer depende não só no tracto genital, mas também um número de excitações e actividades desenvolvidas desde a infância, que produzem um prazer que não pode ser reduzida para a satisfação de uma necessidade fisiológica de base e é designada como "normal" no amor sexual. Normalmente, a empresa se relaciona mais com a sexualidade com os jovens, alimentando muitos estereótipos negativos sobre a sexualidade na velhice.

Capacidade sexual não desaparece com a idade e a disponibilidade de um parceiro atraente e disposto é o mais importante para manter um fator de vida sexual satisfatória. Os idosos precisam ser convencidos de que o desejo sexual não é anormal, incomum ou imoral. Deve vir a entender as mudanças psicológicas e físicas que ocorrem na idade evolutiva, isso não significa a renúncia do prazer.

O tema da sexualidade é talvez um dos mais necessária uma visão holística que leva em conta os aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Mesmo entre os jovens referem-se a apresentar alguma forma de disfunção sexual, a maior parte do tempo isto pode ser atribuído à falta de informação ou inadequada, tabus sociais e / ou problemas psicológicos. Quando nos relacionamos com o sujeito ao envelhecimento, a situação é ainda mais complicada porque há de facto mudanças biológicas experimentados com o envelhecimento e, além do social e cultural.

Sexualidade na velhice

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2006):

a sexualidade é um aspecto central do ser humano ao longo da vida. Ela engloba sexo, identidade de gênero e papéis de gênero, erotismo, prazer, intimidade, reprodução e orientação sexual. Ele é experiente e expressa em pensamentos, fantasias, desejos, crenças, atitudes, valores,

comportamentos, práticas, papéis e relacionamentos. A sexualidade pode incluir todas estas dimensões; No entanto, nem todos eles ao vivo ou são sempre expressos. A sexualidade é influenciada pela interação, psicológico, social, econômica, política, cultural, ético, legal, histórico, religioso e espiritual fatores biológicos (OMS, 2006).

Religião e sexualidade

Finke, C. y Starr, L. (2001) Ele mencionou que é importante notar que na velhice um maior grau de atividade religiosa ocorre devido à necessidade de se relacionar, quer pela perda de um cônjuge ou simplesmente para dar sentido a vida. Muitas pessoas que escolhem este estilo de vida fazê-lo por motivos religiosos. No período de Quaresma e durante a Semana Santa, alguns católicos praticar a abstinência. A perda de satisfação sexual em mulheres acontece mais por medo da dor no momento da relação sexual ou constrangimento; evangelistas são as mulheres que tomam refúgio na religião e mais o menos coito, ao contrário dos homens evangelistas, que detêm mais sexo, embora não com o seu parceiro atual.

Satisfação sexual

A satisfação sexual pode ser definida como a resposta emocional que ocorre como um resultado da avaliação, a pessoa faz aspectos positivos e negativos relacionados com o sexo. Ela envolve o grau em que uma pessoa está feliz com o aspecto sexual do relacionamento. A forma mais imperfeita de satisfação dos instintos sexuais em seres humanos é a masturbação, porque não levar a qualquer comunicação humana e só evoca a tensão de saída biológica do instinto sexual. Para uma satisfação agradável, a pessoa deve não só liberar o estresse biológico, mas também têm a capacidade de construir relacionamentos e sexo profundo. Assim, para satisfazer os seus instintos sexuais, o ser humano deve não só a relação sexual, mas transcendê-lo (De Lamater, J., 2008).

Principais fatores envolvidos na vida sexual dos adultos

De acordo com Freud (2000), existem vários fatores psicológicos e socioculturais que afetam negativamente a sexualidade. A sexualidade envolve tudo o que somos, o que é por isso que a

sexualidade não é uma "coisa" que aparece de repente em adolescentes e adultos jovens. Sensibilização e educação, bem como a idade, a cultura, a região onde se vive, a família e os tempos históricos afetam diretamente a maneira em que cada um vive sua sexualidade.

Muitas vezes acontece que o conceito de sexualidade é confundido com os conceitos de gênero ou sexo, restringindo a vivência da sexualidade só para contato genital; No entanto, além do prazer, o sexo e as relações sexuais, sexualidade inclui questões como o amor e as relações humanas. Por exemplo, afetar uma pessoa sente-se, também chamado de auto-estima e carinho para os outros, que faz parte da sexualidade (Freud, S., 2000).

Estima

Embora não haja uma conceitualização única de auto-estima, você chegar ao mesmo conceito: um estado de saúde e bem-estar para a pessoa. A auto-estima se refere aos sentimentos característicos que as pessoas têm sobre si mesmos, sendo estes consistente, trans-situacional e trans-temporal. A auto-estima é a função avaliada si mesmo, é a visão que temos de nós mesmos, confiança e segurança na sociedade para desenvolver-nos em uma boa forma. Uma das necessidades básicas de cada ser humano é sentir-se aceitos, amados, aceitos, pertencer a algo e alguém, estes sentimentos, onde a auto-estima é baseada. Portanto, não pode ser auto-se o indivíduo percebe-se que outras dispensar (Brown, A; Dutton, J. e Cook, K., 2001).

Roger, C. (1989) auto-realização é o que distingue uma pessoa saudável de outra incompatíveis, é a qualidade da relação entre o self (ideais, valores, expectativas, interesses) e experiência. personalidade madura e equilibrada é o resultado do self, isto é, o processo de se tornar uma pessoa. Isso envolve o cultivo, crescendo e amadurecendo em harmonia. Assim, embora possa parecer um projeto de longo prazo, não é; Significa saber como viver o presente. A auto-realização não é um fim, mas um processo: saber como aproveitar a vida, aceito sem remover a possibilidade de mudança, avaliar o que se pensa e sente, ser independente, relações de valor com os outros sem se submeter às suas expectativas, resolver adequadamente conflitos e também assumir a responsabilidade por suas próprias vidas.

Na hierarquia das necessidades de Abraham Maslow ea pirâmide de Maslow, proposto por ele em 1943, mais tarde expandiu fala sobre motivação humana. Maslow formulou uma hierarquia das necessidades humanas e sua teoria sustenta que, como nós satisfazemos nossas necessidades básicas, os humanos desenvolvem maiores necessidades e desejos. hierarquia de necessidades de

Maslow é frequentemente descrito como uma pirâmide que consiste em cinco níveis: os quatro primeiros níveis podem ser agrupadas como necessidades de deficiência, eo nível superior é denominado como uma necessidade de ser (Rogers, C., 1989).

Prejuízo

Atieza, J. (2005) afirma:

Note-se que o ser humano é um ser social, como é visto em associação com outros para formar grupos onde todos atenda às suas necessidades físicas, emocionais e sociais. rótulos para diferenciar as pessoas, em influenciar os costumes e contexto social no qual estamos acostumados. Cultura (conjunto de valores, normas e crenças) molda o comportamento dos membros da sociedade, a fim de alcançar a harmonia social. Este fundo cultural também inclui os padrões de comportamento sexual necessária para a interação social.

Metodología

O estudo tem um design não-experimental uma vez que o fenômeno que é estudado, como apresentado no seu contexto natural, na realidade, sem alterar intencionalmente as variáveis envolvidas. Também é descritiva, porque se refere todas as suas dimensões e centra-se na recolha de dados descrevendo a situação como ela é. O estudo também tem uma abordagem qualitativa, que leva em consideração a fase em que há fatos e vê as pessoas a partir de uma perspectiva holística, tentando entendê-los a partir do ambiente onde vivem, utilizando o método de análise humanística.

Variáveis

Independente: psicológico e fatores socioculturais.

Dependentes: vida sexual, pessoa idosa, a percepção.

Crítérios de selección

Adultos com idades entre 60 a 80 anos de idade, residentes na vila Sabancuy no município de Carmen, Campeche incluído.

Instrumento

Uma ficha de identificação, um questionário sobre sexualidade e auto-teste, mesmo conforme descrito abaixo: Para este estudo foram aplicados três instrumentos:

- a) cartão de identificação participante.- O objetivo deste documento é a obtenção de dados sócio-demográficos de identificação pessoal dos participantes da pesquisa idosos. Ele consiste em três seções; O primeiro, chamado dados gerais, incluindo idade, sexo, estado civil, ocupação atual, escolaridade, religião e condição atual. O segundo parágrafo corresponde aos medicamentos atualmente prescritos ea terceira indica o status socioeconômico a que pertence.
- b) a sexualidade Questionário adulto mayor.- O objetivo deste instrumento é medir a percepção da sexualidade em adultos mais velhos (Gomez, L., 2009).
- c) Teste autoestima.- O objetivo deste instrumento é para saber sobre a percepção da auto-estima dos idosos que participam na investigação e preconceitos sobre o assunto em estudo. Este teste é retirado do inventário de Auto-Estima Cooper Smith, versão adulta, composta por 22 itens com escala de Likert.

Pesquisa objetiva

Identificar fatores psicológicos e socioculturais envolvidas na percepção dos adultos com idades entre 60 a 80 anos de idade que vivem na Sabancuy, no município de Carmen, Campeche.

Resultados

EDAD	60-69	70-79	80 Y MÁS
Total	17/34 %	25/50 %	8/16 %

Half, 50% dos inquiridos mais velhos estão dentro da faixa etária de 70 a 79, seguindo-os com 34% de 60 a 69 anos e, por último, com 16% de 80 anos e mais.

SEXO	60-69	70-79	80 y MÁS
Total	Mujeres- 10 Hombres- 7	Mujeres- 14 Hombres- 11	Mujeres- 2 Hombres- 6

Na faixa etária de 70-79 anos existem 14 mulheres e 11 homens, o que corresponde a 28% e 22% da população do estudo.



No que diz respeito à religião, 30 dos participantes do estudo (60%) externaron que são católicos, 9 são evangelistas, 2 mórmons 1 Dia 7 adventistas, uma água viva e 7 que professam nenhuma religião.

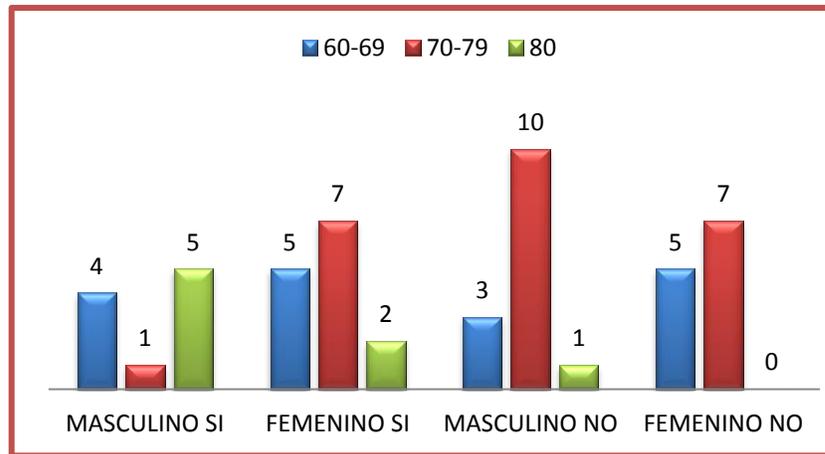
Finke C, e Starr L. (2001) dizem que é importante notar que os idosos são apresentados em maiores actividades religiosas por causa da necessidade de se relacionar, quer pela perda de um cônjuge ou simplesmente fazer sentido a vida; muitas pessoas que escolhem este estilo de vida fazê-lo por motivos religiosos. A perda de satisfação sexual em mulheres acontece mais por medo da dor no momento da relação sexual ou constrangimento. Refúgio Os evangelistas das mulheres na religião e são o coito menos praticada; pelo contrário, os homens evangelistas segurar mais sexo, embora não com o seu parceiro atual.



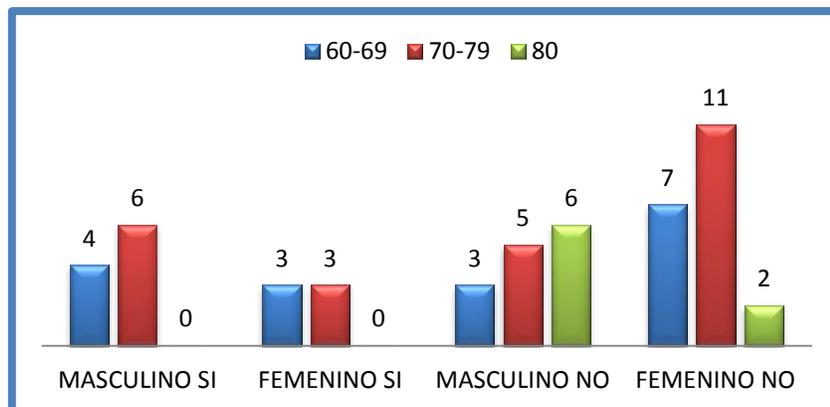
Auto-estima, considerado um fator psicológico, não estava envolvido na percepção de uma vida sexual ativa, pois a maioria da população relataram ter auto-estima elevada; no entanto, eles não têm uma vida sexual ativa, isto é, a auto-estima não influenciou diretamente sobre a atividade sexual dos idosos investigados.

Atieza, J. (2005) argumenta que os preconceitos vêm em muitas formas. Note-se que o ser humano é um ser social, como é visto em associação com outros para formar grupos onde todos atenda às suas necessidades físicas, emocionais e sociais. Os rótulos utilizados para distinguir as pessoas, influenciando costumes e contexto social.

ATIVIDADE SEXUAL



Foram convidados adultos mais velhos no estudo: Você acha que é ruim para a saúde, especialmente na velhice, a atividade sexual? 20% dos homens na faixa etária de 70 a 79 anos, disse que não é saudável para ter relações sexuais, mas já não fez, porque já não é o mesmo; agora sofrer alguns distúrbios ou doenças cuja incidência e prevalência têm aumentado com a idade, deixando-os incapazes de ser sexualmente ativo, ou desfrutar de atividade sexual.



Eles foram questionados se você já tiver o sexo, e os resultados mostram que 34 adultos não têm mais sexo e 10 homens que têm relações sexuais, mas não com o seu parceiro. Embora em matéria de sexo claramente a idade não importa, a maioria dos homens e muitas mulheres mais velhas não querem mais ter relações sexuais com a idade.

DISCUSSÃO

De acordo com os resultados, auto-estima, considerado um fator psicológico, não interferiu diretamente na percepção de uma vida sexual ativa, pois a maioria da população relataram ter auto-estima elevada; no entanto, os sujeitos do estudo relataram não ter uma vida sexual ativa, isto é, auto-estima, aparentemente não influenciou diretamente em sua atividade sexual.

Os preconceitos do estudo submete-se como fatores socioculturais influenciado o fato de que eles não tinham vida sexual ativa; da população considerada opiniões mais importantes de outros deixar levar por suas emoções, especialmente as mulheres.

Seu nível socioeconômico predominante é baixa, um fator no declínio da sexual ativa.

A auto-percepção da atração sexual é um fator social importante. Sociedade em geral acredita que idosos estão rapidamente perdendo seu apelo sexual, possivelmente porque uma perda no início da capacidade reprodutiva em relação aos homens ocorre.

Climatério antecipa "sentir-se velho" em mulheres, sentindo que no homem ocorre duas décadas depois.

Em geral, a sexualidade feminina ainda é algo que se recusam a ser vítimas de educação e cultura. É um mito considerar que com a idade o apetite sexual é perdida. A única coisa que foi provado é que a duração da fase do orgasmo em mulheres de 50-75 anos sofrem um menor declínio gradual.

Muitas mulheres acreditam erroneamente que depois de perder a função reprodutiva também perdem a sua sexualidade. Mas, na verdade, a sexualidade permanece praticamente inalterada.

Deve ser mantido, na medida do possível, um equilíbrio entre a privacidade, dignidade e os direitos das pessoas idosas, mesmo quando existe algum grau de incapacidade mental, porque ele ainda tem a capacidade de sentir prazer, e muitas vezes requer mais toque e ser tocado, para sentir o calor.

Finalmente, a maioria dos homens que participaram do estudo têm vida sexual ativa, tanto suas esposas ou uma mulher mais jovem. Mulheres que mantêm uma vida sexual ativa só têm relações sexuais com o marido.

CONCLUSÃO

A crença de que a idade eo declínio da atividade sexual, inevitavelmente, em conjunto, tem causado bastante atenção a uma atividade que proporciona qualidade de vida, o sexo não é dado. Sem dúvida, a maioria dos idosos são capazes de ter relações sexuais e de sentir prazer, bem como pessoas mais jovens.

A sexualidade nos idosos é uma forma de expressar emoções e compromissos, o que requer um monte de comunicação com o seu parceiro, em um relacionamento onde a confiança, amor e prazer é compartilhado, com ou sem relações sexuais. Nos idosos este conceito deve ser baseada principalmente na otimização da qualidade do relacionamento, em vez de quantidade. Aqui o conceito de sexualidade deve ser entendida em sentido lato, integrando o papel da personalidade, sexo, identidade, pensamentos, sentimentos, emoções, valores e afinidades. Os resultados das pesquisas mostram uma acentuada diminuição do interesse sexual e um aumento na frequência de disfunção sexual associada com a idade. Em função sexual idosos é afetado principalmente pelas mudanças fisiológicas e anatômicas que o envelhecimento ocorre no corpo saudável. Um erro comumente aceita é pensar que o envelhecimento e as doenças são sempre apresentados em conjunto.

Características psicológicas, sociais e culturais de qualquer relacionamento influenciar a função sexual. De acordo com os resultados, considerando-se a hipótese inicial deste estudo, ou seja, que os fatores psicológicos como o preconceito e situação socioeconômica do fim idosos afetando sua vida sexual direta.

Homens idosos mantêm melhor desejo e atividade sexual, enquanto as mulheres mostram um declínio em ambas as áreas, devido à crença de que é normal que parar de ter relações sexuais com seus parceiros ou maridos. diversas variações individuais importantes na sexualidade são apresentados, indicando que mudanças na atividade sexual em idosos é multifatorial.

O aumento da disfunção sexual em pessoas idosas também foi observado por vários estudos sobre o assunto. A disfunção sexual pode surgir devido a médicos, psicológicos e / ou como um efeito secundário de medicação administrada causas, bem como factores psicológicos.

Na última década, tem havido uma mudança significativa no que diz respeito à sexualidade, aumentando consideravelmente o número de tratamento busca idosos para a disfunção erétil. No entanto, mesmo por grande parte deste estoque para muitos profissionais de saúde, a sexualidade nos idosos continua a ser um tema tabu que minimizou. A renúncia à atividade sexual por idosos nunca deve ser causada pelo preconceito.

RECOMENDAÇÕES

- Ganhar a confiança primeira pessoa idosa quando inquirir sobre as questões relacionadas com a sexualidade, um tema muitas vezes esquecido, mas é uma parte importante da vida de cada ser humano.
- Mantenha Algumas medidas preventivas para possíveis complicações da sexualmente personagem.
- Para Promover a comunicação sexual entre casais para desfrutar desta actividade, sem medos ou tabus.
- Com a ajuda de uma licenciatura em estereótipos mudança gerontologia sobre sexualidade, falsas crenças e tabus da sociedade em relação ao sexo na fase do envelhecimento e insistem que a sexualidade faz parte da vida, independentemente da a idade do indivíduo.

Bibliografía

- Atieza, J. (2005). ¿Cómo se ven? ¿Cómo nos ven? Atrapados en los estereotipos. Universidad Oviedo, Australia, pp. 85-326.
- Brown, Keith A; Jonathan, D. Dutton, y Kathleen, E. Cook (2001). La autoestima y la autoevaluación. Universidad de Washington, Diario de la psicología social experimental, vol. 28 pp. 3-22.
- De Lamater, J; Hyde J. S. y Fong M-Ch. (2008). Sexual satisfaction in the seventh decade of life, Journal of sex & Marital therapy.
- Feldman, R. S. (1998). Psicología con aplicaciones de habla hispana, Mc Graw-Hill, México.
- Fernández, B, R. (2007). Calidad de vida en la vejez, Condiciones diferenciales, Anuario de psicología número 73, Universidad de Barcelona, España, pp. 84-104.
- Finke, C; Starr, L. (2001). Religión. Abstinencia en Personas Adultas Mayores (citado por Farmer).
- Gómez, L. (2009). Bienestar psicológico y la satisfacción sexual en parejas de edad adulta media y edad adulta tardía. Tesis de Licenciatura en Psicología. Facultad de Humanidades. Universidad Autónoma de Campeche, México.
- Gotwald, Jr; William, H. y Golden, H. (1983). Sexualidad. La experiencia humana, Manual Moderno, 564 pp.
- Hernández, R; Fernández, C; y Baptista P. (2010). Metodología de Investigación. McGraw-Hill Interamericana, México, D.F.
- Matú, N. (2002). Autoestima en las personas adultas mayores, Editorial PAX, México.
- Michael, M. (2006). El prejuicio es una actitud, México.
- Monroy, A. (2002). Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud. Guía práctica para padres y educadores, Editorial PAX, México, 100 pp.
- Myers, M. (2006). Psicología en los prejuicios, México, McGraw Hill.
- Nuttall, P. (2000). Cómo mejorar la autoestima, Revista americana de ancianos. Estados Unidos de Norteamérica, pp. 38-135.

Orozco, Mares, I; Rodríguez Márquez, D, (2006). Prejuicios y actitudes hacia la sexualidad en la vejez, en *Revista Psicología y Ciencia Social*, año1, Vol. 8, No.001, UNAM, México, pp. 3-10.

Ortiz de la Huerta D; Ramos, F; González, H. (1994). La sexualidad en la vejez. En Buendía J., *Envejecimiento y Psicología de la salud*, Editorial Siglo XXI, España.

Pérez, Duporte, J; García, Magret, E. (2000). Influencia de factores biológicos y sociales de la tercera edad, Editorial Ciencias Médicas, La Habana, Cuba.

Pinazo, S; Sánchez, M. (2005). *Gerontología. Actualización Innovación y Propuestas*, Pearson Prentice-Hall, Madrid, España, pp. 68-345.

Rogers, C. (1989). *Teoría humanista*, Ed. 4, Argentina, p. 79.

Sigmund, Freud (2000). *Fundamentos del Psicoanálisis*, Editorial EDAF, 194 pp.

Vera, A. (2004). Factores biológicos, psicológicos y sociales de la sexualidad de los adultos mayores. Centro de la Ciencia de la Salud Universidad de las Palmas de Gran Canaria.

Ley General de Salud (2007), disponible en:
http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/legis/lgs/LEY_GENERAL_DE_SALUD.pdf

Morris, R. (1965). Escala de autoestima, *De salud* 42 (23), Disponible en:
http://redsalud.uc.cl/ucchristus/MS/RevistaSaludUC/Mentesana/fortalecer_la_autoestima_el_primer_paso_para_el_exito_.act

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2006). *Defining sexual health report of a technical consultation on sexual health 28-31 January 2002*, Ginebra: OMS. Disponible en:
es.wikipedia.org/wiki/Sexualidad