

Amar para vivir y vivir para amar

**La sexualidad entre los hispanos
de 45 años de edad y mayores**



Sexo, romance y relaciones entre los hispanos mayores de 45 años

**Encuesta 2009 de AARP sobre adultos de mediana
edad y mayores**

**Para mayor información, póngase en contacto con
Amishi Takalkar
atakalkar@aarp.org**

**AARP Knowledge Management
(Gestión de Conocimiento)**

**Datos recopilados por
Knowledge Networks
Menlo, California**

©Copyright AARP
Reimpresión sólo con autorización
601 E Street, NW
Washington, DC 20049
www.aarp.org

Mayo de 2010

AARP es una organización sin fines de lucro, no partidaria, compuesta por socios, que ayuda a las personas de 50 años o más a mantener su independencia, sus opciones y el control sobre sus vidas, de manera que sean beneficiosas y económicamente viables para ellas y para la sociedad en su conjunto. AARP no respalda a ningún candidato a cargos públicos, ni hace contribuciones a ninguna campaña política ni candidato. Publicamos *AARP The Magazine*, la revista de mayor circulación en el mundo, con más de 35,5 millones de lectores, y voz irrefutable de los estadounidenses mayores de 50 años; *AARP Bulletin*, fuente indispensable de noticias para los más de 40 millones de socios de AARP y los estadounidenses mayores de 50 años; AARP Viva, la única publicación bilingüe en Estados Unidos dedicada exclusivamente a la comunidad hispana mayor de 50 años; y nuestro sitio en internet: www.aarp.org. AARP Foundation es la filial benéfica cuyos programas proporcionan seguridad, protección y la facultad de decidir y actuar bajo su propia responsabilidad a los adultos mayores con necesidades, con el apoyo de miles de voluntarios, donantes y patrocinadores. Tenemos oficinas en los 50 estados del país, en el Distrito de Columbia, en Puerto Rico y en las Islas Vírgenes de Estados Unidos.

Agradecimientos

AARP desea agradecer a Knowledge Networks, y, en particular, a Joe Garrett y Rick Li, por su predisposición, colaboración y calidad para llevar a cabo esta encuesta.

La socióloga Pepper Schwartz, quien se desempeñará como columnista para el sitio web de AARP, aportó reflexiones sobre el contenido, el diseño del cuestionario y planificación analítica para esta encuesta. El equipo de internet de AARP patrocinó la encuesta y AARP Viva financió la sobremuestra hispana. El equipo de patrocinio, que conceptualizó y financió la encuesta, además de brindar dirección y retroalimentación a través de numerosas iteraciones en el desarrollo del proyecto, estuvo integrado por Nataki Clarke, de Online Marketing, Mary Beiro, de AARP Services, y Patti Shea, de Web Strategy and Operations. Gabriela Goddard, Jodi Lipson y Julia Lobaco, de AARP Viva, actuaron como consultoras del instrumento de sondeo y proporcionaron la traducción al español.

La Dra. Xenia Montenegro y Amishi Takalkar de la División Gestión de Conocimiento de AARP colaboraron con el lanzamiento, análisis e informes de la encuesta, como así también en la preparación de los resultados referentes a los hispanos. Gretchen Anderson, la Dra. Matrika Chapagain y James Smoot, de la misma División de AARP, hicieron importantes aportes para el análisis de la información, la preparación y control de calidad de este informe.

PRÓLOGO

Knowledge Networks, conforme a un contrato firmado con AARP, realizó una encuesta sobre actitudes y prácticas sexuales a 1.670 adultos mayores de 45 años, en agosto de 2009. La encuesta se realizó tanto en inglés como en español, e incluyó una sobremuestra de 500 hispanos, para un total de 640 encuestados de la población hispana. El panel en línea de Knowledge Networks es el primer panel de investigación en internet representativo de toda la población de EE. UU. Los integrantes del panel fueron reclutados al azar por muestreo según probabilidad, y se entregó a los hogares participantes, en caso de haber resultado necesario, el hardware y acceso a internet correspondientes. La información detallada sobre la metodología de la encuesta puede consultarse en el Apéndice de este informe.

Este informe documenta los hallazgos básicos acerca de los encuestados hispanos del sondeo y ofrece un análisis, cuando corresponde, por sexo, edad y situación de pareja, como así también comparaciones con la población general mayor de 45 años del país. También incluye información provista por los encuestados y datos analíticos sobre algunos de los factores que afectan tanto el rendimiento como la satisfacción sexual. AARP elabora, al menos, dos informes adicionales a partir de esta información: un informe completo sobre la población general mayor de 45 años de EE. UU. y otro que provee un análisis más detallado sobre los correlatos del rendimiento y la satisfacción sexual, como así también sobre otros aspectos de los datos del sondeo.

Esta es la tercera encuesta que realiza AARP sobre este tema en los últimos 10 años, por lo que, cuando resulte apropiado, se harán comparaciones con los trabajos anteriores. Dado que la encuesta de 2009 se llevó a cabo con una metodología distinta de la empleada en los sondeos previos, al hacer comparaciones con este trabajo, se hace la aclaración pertinente. Para todas las encuestas realizadas, se usaron preguntas preprobadas, administradas directamente por paneles confiables, para garantizar la confidencialidad y franqueza entre los encuestados, como así también la validez de las respuestas. El cambio de un gran panel postal a un panel en línea reclutado telefónicamente (la descripción completa en el Apéndice A) es motivo de precaución en la interpretación de tendencias. Sin embargo, la estabilidad en ítems como diagnósticos médicos específicos suma confianza en cuanto a que ambos tipos de muestras pueden ser usadas para determinar tendencias.

RESUMEN

Resultados clave

La revolución sexual continúa en la población de hispanos mayores de 45 años, así como en la población general de Estados Unidos de la misma edad, a medida que los boomers —nacidos durante la explosión de nacimientos, entre 1946 y 1964— están envejeciendo. La oposición sobre tener sexo cuando las personas no están casadas y la creencia de que, actualmente, en nuestra cultura hay demasiado énfasis en el sexo ha decrecido en los últimos cinco años.

Pero, por otro lado, este avance hacia un entorno social más favorable a la actividad sexual generalizada se ha encontrado con un ambiente económico que agrega estrés y ansiedad financiera, factores que, según estudios previos, están fuertemente relacionados con la satisfacción sexual.

Como sucede en la generalidad de los hombres mayores de 45 años, el hombre hispano sigue pensando en el sexo con más frecuencia que las mujeres, lo considera más importante para su calidad de vida, participa de actividades sexuales con más frecuencia, está menos satisfecho si no está en pareja y es más de dos veces propenso que la mujer (el 23% contra el 10%) a admitir actividad sexual fuera de su relación.

¿Cómo debería ser una relación sexual feliz? Los que están más satisfechos tienden a tener:

- Una pareja sexual
- Relaciones sexuales frecuentes (más de una vez por semana, pero no necesariamente todos los días)
- Buena salud (propia y de la pareja)
- Bajos niveles de estrés
- Ausencia de preocupaciones financieras

A diferencia de la población general mayor de 45 años, donde la mayor satisfacción sexual se registra entre los solteros que tienen citas, entre los hispanos, son los casados los que manifiestan tener mayor satisfacción sexual. Cerca de dos tercios (el 65%) de los hispanos casados están extremadamente o algo satisfechos con su vida sexual, cifra que supera ampliamente a los solteros en este aspecto.

Actitudes sexuales

La sexualidad aún se considera como un elemento esencial en la vida de muchos hispanos mayores de 45 años, así como en la vida de la población general de EE. UU. mayor de 45 años. De hecho, la población hispana mayor de 45 años muestra mayor tendencia que la población general de la misma edad a creer que la actividad sexual es fundamental para una buena relación, y es menos propensa a decir que hay demasiado énfasis en el sexo en la cultura actual. También hay mayor tendencia en los hispanos que en la población general de más de 45 años a sentir que el sexo es una obligación hacia su pareja y para la procreación.

Como sucede entre la población general mayor de 45 años, menos de 1 de cada 20 hispanos cree que el sexo es sólo para los más jóvenes.

A lo largo del tiempo, tanto la población hispana como la población general se han vuelto más abiertas respecto del sexo. Concretamente, el porcentaje de adultos mayores de 45 años que cree que “las personas no deben tener relaciones sexuales si no están casadas” ha caído del 27% al 22% en los últimos 5 años entre la población hispana, y del 34% al 22% entre la población general mayor de 45 años.

La opinión de que la actividad sexual es un deber hacia el cónyuge o pareja ha aumentado en los últimos cinco años, del 31% en 2004 al 43% en 2009.

Conductas y relaciones sexuales

Besarse y abrazarse, y tocarse y acariciarse sexualmente son las actividades sexuales más frecuentes que mantienen tanto los hispanos como la población general mayor de 45 años, seguidas del coito.

Los hispanos son sexualmente más activos que la población general mayor de 45 años en lo que respecta a tocarse y acariciarse sexualmente o tener relaciones sexuales. Cuatro de cada diez hispanos mayores de 45 años (el 39%) afirman que tienen relaciones sexuales al menos una vez por semana, en comparación con el promedio de tres de cada diez adultos mayores de 45 años (el 28%) de la población general. Estas cifras suben si nos concentramos solamente en quienes tienen o han tenido recientemente una pareja sexual (el 54% de los hispanos y el 41% de la población general mayor de 45 años).

Al igual que en el caso de la población general mayor de 45 años, seis de cada diez hispanos mayores de 45 (el 60%) dicen practicar actividades como besarse y abrazarse al menos una vez por semana (el 78% de quienes tienen una pareja sexual), y más de la mitad (el 53%) informan tocarse y acariciarse sexualmente al menos una vez por semana (el 71%, si tienen pareja).

Al igual que lo que sucede con la población general mayor de 45 años, más de uno de cada cinco (el 22%) dicen practicar la masturbación, al menos, una vez por semana. La presencia de una pareja sexual no importa realmente, ya que el 25% de personas con parejas sexuales declara que se masturba al menos una vez por semana.

Tanto entre los hispanos como entre la población general mayor de 45 años, las dos terceras partes dicen tener pareja sexual actual o reciente, aunque sólo el 56% de los hispanos y el 59% de la población general mayor de 45 años dice estar casado o viviendo en pareja. Casi ocho de cada diez hispanos con pareja (el 78%) y un poco más de siete de cada diez de la población general estadounidense mayor de 45 (el 73%) dicen que han estado con su pareja por más de 10 años.

El 5% de los hispanos mayores de 45 años informa tener pareja del mismo sexo, incluidos el 6% de los hombres y el 2% de las mujeres. Cuando se les preguntó acerca de su orientación sexual, el 2% informó que era homosexual, menos del 1%, lesbiana y un 1%, bisexual. Estas cifras son similares para la población general de más de 45 años.

Además del 59% de los hispanos mayores de 45 años que dijeron que estaban casados (cuando se les preguntó por su estado civil), el 17% dijo que estaba saliendo

con alguien o que estaba comprometido, cifra que incluye a solteros, divorciados, viudos y separados que salen con alguien. Casi dos tercios (el 63%) de los hispanos casados están extremadamente o algo satisfechos con su vida sexual, una tasa mucho más alta que la que presentan los solteros. En la población general, en realidad, las personas que están saliendo con alguien están un poco más satisfechos que los casados (el 60% contra el 52%).

Satisfacción con la vida sexual

Casi seis de cada diez hispanos mayores de 45 años (el 57%) dicen que están al menos algo satisfechos con su vida sexual, incluido al 26% que está “extremadamente satisfecho”. Los hispanos mayores de 45 años son más propensos a estar satisfechos con su vida sexual que la población general de más de 45 (en especial, los hombres hispanos). Mientras que el grado de satisfacción respecto de la vida sexual declinó para la población general estadounidense mayor de 45 años en los últimos cinco años, para la población hispana ha permanecido sin variaciones.

Al igual que para la población general mayor de 45 años, para la mayoría de los hispanos de esa edad, la presencia de una pareja sexual aparece como un prerrequisito para la satisfacción sexual, aunque no como una garantía. Entre los hispanos con pareja sexual, el 64% están satisfechos con su vida sexual, en comparación con el 57% de la población general mayor de 45 años con pareja sexual.

Tanto para la población general como para los hispanos mayores de 45 años, el factor número uno que influye en la satisfacción con la vida sexual es la frecuencia de las relaciones sexuales. Entre los hispanos que informan tener relaciones sexuales al menos una vez a la semana, casi nueve de cada diez (el 87%) están satisfechos, en comparación con el 37% de los que mantienen relaciones una o dos veces por mes, el 63% de los que tienen relaciones menos de una vez por mes, y el 20% de los que no han tenido relaciones en los últimos seis meses.

Entre otros factores clave que afectan la satisfacción sexual figuran la salud (incluidos los medicamentos), el estrés, la situación financiera y prácticas de estilo de vida como hacer ejercicio.

Al igual que la población general mayor de 45 años, los encuestados hispanos saludables y físicamente activos están, por lo general, más satisfechos con su vida sexual que los que no lo son. Entre los hispanos que dicen tener una salud “excelente” o “muy buena”, casi la mitad (el 49%) dice tener sexo al menos una vez a la semana, y seis de cada diez (el 61%) están satisfechos. En contraste, entre los que tienen una salud regular o mala, sólo uno de cada cinco informa tener sexo al menos una vez a la semana, y sólo el 35% dice estar satisfecho con su vida sexual.

Además, entre los hispanos mayores de 45 años que dicen que su vida sexual es peor que hace 10 años, las principales razones que se citan son: más estrés, peor situación económica y peor salud personal. Entre los que informan una mayor satisfacción, la razón más citada es menos estrés. Estas razones se repiten entre la población general mayor de 45 años.

¿Qué podría mejorar el nivel de satisfacción actual? Casi cuatro de cada diez hombres (el 37%) y mujeres (el 38%) dicen que tener mejor salud los ayudaría, seguido de menos estrés, para el 31% de los hombres y el 37% de las mujeres. El 31% de los hombres y el 32% de las mujeres citan una mejor situación económica, como un cambio que aumentaría la satisfacción respecto de su vida sexual.

Salud y calidad de vida

Los hispanos son menos propensos que la población general mayor de 45 años a calificar su salud personal como excelente o muy buena (el 32% contra el 40%).

A pesar de que los hispanos evalúan su salud personal por debajo de la población general mayor de 45 años, parecen ser más conscientes de su salud que este sector. Son ligeramente más propensos que la población general a comprometerse a hacer ejercicio de manera vigorosa o moderada. Por otro lado, tienen menor tendencia a fumar cigarrillos, pipa o cigarros, o a mascar tabaco que la población general (el 85% contra el 77%). Además, también son menos propensos a consumir bebidas alcohólicas (el 51% no bebe, en contraste con el 43% de la población general).

En general, los niveles de estrés de los hispanos mayores de 45 años son similares a los de la población general. A diferencia de la población general, estos niveles de estrés no difieren entre hombres y mujeres hispanos, ni tampoco por edad. Entre la población general, el estrés es mayor entre los grupos etarios por debajo de los 60 años y, especialmente, entre las mujeres.

El estrés es el factor principal en lo que respecta a la satisfacción sexual, tanto para la población hispana como para la población general mayor de 45 años. Sólo el 45% de los hispanos mayores de 45 años que informan niveles altos de estrés están muy o algo satisfechos con su vida sexual, en comparación con el 57% de los que informan niveles de estrés moderados, y el 67% de los que informan niveles bajos. El estrés también influye sobre la frecuencia de las relaciones: a medida que los niveles de estrés suben, disminuye la frecuencia con la que se mantienen relaciones sexuales.

Una serie de patologías afecta la salud de los hispanos y su calidad de vida. Estas incluyen: colesterol alto, presión sanguínea alta, problemas de espalda, artritis o reumatismo, diabetes y depresión.

Casi tres de cada diez hombres hispanos informan tener algún grado de disfunción eréctil (nunca, o sólo a veces, logran tener y mantener una erección suficiente para el coito), y uno de cada cinco dice haber sido diagnosticado con disfunción eréctil o impotencia. El número de casos de colesterol alto, disfunción eréctil y cáncer son muy similares entre los hispanos y la población general mayor de 45 años. Sin embargo, los hispanos actualmente informan una menor incidencia de alta presión sanguínea, artritis o reumatismo y problemas de espalda que el resto de la población, aunque una mayor incidencia de diabetes y depresión.

Los hispanos en este grupo etario demuestran tener una visión indudablemente más positiva de la vida en comparación con la población general mayor de 45 años, tanto respecto de la situación actual como de sus expectativas para el futuro. Casi seis de cada diez hispanos (el 59%) dicen estar, actualmente, en el tercer escalón de una "escalera de vida" de 10 escalones (en comparación con el 46% de la población general), y más de la mitad de los hispanos mayores de 45 años (el 53% contra el 50% de la población general) dice haber estado en ese nivel hace cinco años. Sin embargo, el 68% de los hispanos piensan que estarán allí en cinco años más, en comparación con el 57% de la población general. Las mujeres hispanas son más optimistas que los hombres acerca de su calidad de vida futura, las tres cuartas partes de ellas dicen que, para el futuro, esperan una calidad de vida mucho mejor, contra sólo seis de cada diez hombres que expresan lo mismo.

۱۰