



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Ενότητα: Σεξουαλικότητα και Τρίτη ηλικία

Εισαγωγή και περιγραφή

Το γεγονός ότι πολλά ηλικιωμένα άτομα είναι σεξουαλικά ενεργά και θεωρούν το σεξ ως σημαντικό μέρος της ποιότητας ζωής τους αναγνωρίζεται ολοένα και περισσότερο από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης και της κοινωνικής μέριμνας.

Πολλοί τοπικοί, εθνικοί και διεθνείς φορείς αρχίζουν να συμπεριλαμβάνουν την προαγωγή της σεξουαλικής υγείας και ευεξίας στη γεροντική ηλικία στις αναφορές και τις κατευθυντήριες γραμμές που εκδίδουν. Το 2010, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (Π.Ο.Υ) καθόρισε ότι η σεξουαλική υγεία αφορά όλη τη διάρκεια της ζωής ενός ανθρώπου και «όχι μόνον τους ανθρώπους σε αναπαραγωγική ηλικία, αλλά επίσης τόσο τους νέους όσο και τους ηλικιωμένους» (2010: σελ. 3).

Ο Π.Ο.Υ τονίζει πως η σεξουαλική υγεία μπορεί να επιτευχθεί και να διατηρηθεί μόνο μέσα στο γενικότερο πλαίσιο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και παραθέτει τα ακόλουθα δικαιώματα ως σχετιζόμενα με τη σεξουαλική υγεία – τα περισσότερα εξ αυτών αφορούν και τα ηλικιωμένα άτομα:

Το δικαίωμα:

1. στην ισότητα και στις μη-διακρίσεις
2. στην ελευθερία από βασανιστήρια και σκληρή, απάνθρωπη, ταπεινωτική μεταχείριση ή ποινή
3. στην ιδιωτικότητα
4. στα υψηλότερα δυνατά επίπεδα υγείας (συμπεριλαμβανομένης της σεξουαλικής υγείας) και κοινωνικής ασφάλειας
5. στη σύναψη γάμου και στη δημιουργία οικογένειας μόνο με την ελεύθερη και πλήρη συναίνεση των μελλονύμφων και στην ισότητα των συζύγων κατά τη διάρκειά του και κατά τη λύση του
6. στη λήψη απόφασης για το πλήθος των παιδιών που θα αποκτήσει κάποιος καθώς και στη χρονική απόσταση μεταξύ τους
7. στην πληροφόρηση και στην εκπαίδευση
8. της ελευθερίας της γνώμης και της έκφρασης
9. στην αποτελεσματική προστασία από παραβιάσεις των θεμελιωδών δικαιωμάτων

Στο σημείο αυτό, θα προσθέταμε επίσης το δικαίωμα του να μην είναι κάποιο άτομο σεξουαλικά ενεργό, καθώς και το ότι οι επαγγελματίες του χώρου δεν θα πρέπει να λειτουργούν με βάση την υπόθεση ότι όλα τα ηλικιωμένα άτομα επιθυμούν να είναι σεξουαλικά ενεργά.



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Κάποια ηλικιωμένα άτομα, αν και επιθυμούν να είναι σεξουαλικά ενεργά, δεν έχουν σεξουαλικό σύντροφο. Σε γενικές γραμμές, παρατηρείται μεγάλη ποικιλότητα ως προς το θεωρείται σεξουαλική δραστηριότητα στη γεροντική ηλικία. Η γήρανση μπορεί να σημαίνει ότι η μορφή αλλά και η συχνότητα της σεξουαλικής δραστηριότητας αλλάζουν. Προβλήματα υγείας και η σχετική φαρμακευτική αγωγή ενδέχεται να επηρεάσουν τη σεξουαλική λειτουργία και να αυξήσουν την πιθανότητα εμφάνισης σεξουαλικών προβλημάτων (όπως στυτική δυσλειτουργία και κολπική ξηρότητα) προϋούσης της ηλικίας.

Τα θέματα αυτά διερευνώνται στις Υποενότητες 1 έως 5 της παρούσας Ενότητας.

Βασικοί ορισμοί

Φύλο (sex)

“Ο όρος φύλο αναφέρεται στα βιολογικά χαρακτηριστικά τα οποία προσδιορίζουν τους ανθρώπους ως άρρενες και θήλυς. Τα χαρακτηριστικά αυτά δεν είναι αλληλοαποκλειόμενα, καθώς υπάρχουν άτομα στα οποία συνυπάρχουν και τα δύο σύνολα βιολογικών χαρακτηριστικών, ωστόσο, γενικά, τείνουν να διαφοροποιούν τους ανθρώπους σε θήλυς και άρρενες.»

Σεξουαλική υγεία

“...μία κατάσταση σωματικής, συναισθηματικής, πνευματικής και κοινωνικής ευεξίας σχετιζόμενης με την σεξουαλικότητα και όχι η απουσία νόσου, δυσλειτουργίας ή αναπηρίας. Η σεξουαλική υγεία απαιτεί μια θετική και με σεβασμό προσέγγιση της σεξουαλικότητας και των σεξουαλικών σχέσεων καθώς επίσης τη δυνατότητα να έχει κανείς απολαυστικές και ασφαλείς σεξουαλικές εμπειρίες, ελεύθερες από εξαναγκασμό, διακρίσεις ή βία. Προκειμένου να αποκτηθεί και να διατηρηθεί η σεξουαλική υγεία θα πρέπει να γίνονται σεβαστά, να προστατεύονται και να ικανοποιούνται τα σεξουαλικά δικαιώματα όλων των ανθρώπων.»

Σεξουαλικότητα

Η σεξουαλικότητα δίνει το πλαίσιο στο οποίο μπορεί να οριστεί, να κατανοηθεί και να γίνει λειτουργική η σεξουαλική υγεία. Η σεξουαλικότητα είναι:

“... στοιχείο που βρίσκεται στον πυρήνα της ανθρώπινης ύπαρξης και περιλαμβάνει το φύλο, το κοινωνικό φύλο, την ταυτότητα και το ρόλο φύλου, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, τον ερωτισμό, την ευχαρίστηση, τις στενές προσωπικές σχέσεις και την αναπαραγωγή. Βιώνεται ή εκφράζεται με σκέψεις, φαντασιώσεις, επιθυμίες, πεποιθήσεις, στάσεις ζωής, αξίες, συμπεριφορές, πρακτικές, ρόλους, σχέσεις. Η σεξουαλικότητα μπορεί να συμπεριλαμβάνει το σύνολο των παραπάνω στοιχείων, ωστόσο, αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα ότι όλα τα στοιχεία βιώνονται και εκφράζονται από ένα συγκεκριμένο άνθρωπο. Η σεξουαλικότητα επηρεάζεται από την αλληλεπίδραση βιολογικών,



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

ψυχολογικών, κοινωνικών, οικονομικών, πολιτικών, πολιτιστικών, νομικών, ιστορικών, θρησκευτικών και πνευματικών παραγόντων.»

(Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας: http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/)

Περαιτέρω μελέτη και πόροι

- Gott, M., 2005. Sexuality, sexual health and ageing. England: Open University Press.
- Στον ιστότοπο του φιλανθρωπικού οργανισμού Age UK περιέχονται χρήσιμες πληροφορίες (στην αγγλική γλώσσα) σχετικά με θέματα γνωριμιών και σεξ, στην ενότητα Relationships and Family

<http://www.ageuk.org.uk/health-wellbeing/relationships-and-family/guide-to-dating/>

- Γήρανση και σεξουαλική υγεία. Entre Nous: The European Magazine for Sexual and Reproductive Health (Μεταξύ μας: το ευρωπαϊκό περιοδικό για τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική υγεία

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0010/183448/Entre-Nous-77-Eng.pdf



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Υποενότητα 1 (από 5): Σεξουαλικότητα στην τρίτη και στην τέταρτη ηλικία

Εισαγωγή

Είναι γνωστό ότι πολλά ηλικιωμένα άτομα είναι σεξουαλικά ενεργά, με τις σχετικές μελέτες να επισημαίνουν, ωστόσο, πως τα ποσοστά είναι μειωμένα συγκριτικά με νεότερες πληθυσμιακές ομάδες. Είναι επίσης γνωστό ότι η σεξουαλική δραστηριότητα έχει διευρυμένη έννοια προϊούσης της ηλικίας: για τους μεγαλύτερης ηλικίας ενήλικους, το σεξ δεν ισοδυναμεί απαραίτητα με συνουσία, και περιλαμβάνει πρακτικές τις οποίες οι νεώτεροι μπορεί να μην θεωρούν ως σεξουαλικές.

Η σεξουαλική δραστηριότητα στη γεροντική ηλικία, όταν γίνεται με συναίνεση και προκαλεί ευχαρίστηση, μπορεί να έχει οφέλη τόσο σε επίπεδο μεμονωμένων ατόμων όσο και σε επίπεδο ζευγαριού. Η σεξουαλική δραστηριότητα, θεωρούμενη ως μέτριας έντασης σωματική άσκηση, μπορεί να αποβεί ωφέλιμη για τη σωματική υγεία. Επίσης, μπορεί να βελτιώσει την ψυχική ευεξία, καθώς δημιουργεί δεσμούς εγγύτητας με ένα άλλο πρόσωπο. Πέραν του ότι προσφέρει ευχαρίστηση, η σεξουαλική δραστηριότητα μπορεί να ενισχύσει τη σχέση μεταξύ των δύο συντρόφων.

Παρά ταύτα, τα ηλικιωμένα άτομα ενδέχεται να βιώνουν εμπόδια προς τη σεξουαλική έκφραση εξαιτίας στερεοτύπων του ηλικισμού τα οποία υπάρχει περίπτωση να έχουν εσωτερικεύσει. Για παράδειγμα, μπορεί να αισθάνονται πως, στην ηλικία τους, δεν θα έπρεπε να ενδιαφέρονται για το σεξ. Εκτός από τους ίδιους τους ηλικιωμένους, γιατροί, νοσηλευτές και άλλοι επαγγελματίες μπορεί επίσης να έχουν εσωτερικεύσει τέτοιες απόψεις, και να θεωρούν πως τα ηλικιωμένα άτομα δεν ενδιαφέρονται για το σεξ. Μεταξύ των επιπλοκών που δημιουργούνται από αυτά τα στερεότυπα περιλαμβάνονται και η μη έκφραση σεξουαλικότητας εκ μέρους των ηλικιωμένων λόγω του φόβου της μομφής, και η μη αναζήτηση και αποδοχή αρωγής για τέτοια θέματα.

Ιστορικά, σεξουαλική δραστηριότητα και ύστερη ενήλικη ζωή ήταν θέματα ασυμβίβαστα στο δημόσιο λόγο και αυτή η βαθιά περιχαρακωμένη άποψη επαναλαμβάνεται και ενισχύεται με πολλούς τρόπους. Ειδικώς δε για τις ηλικιωμένες γυναίκες, ο ηλικισμός μπορεί να συνδυάζεται και με σεξισμό, καθώς οι γυναίκες λαμβάνουν αρνητικά μηνύματα για την αξία τους ως γυναίκες καθώς γηράσκουν.

Παρότι η παρουσία συντρόφου μπορεί να επιδράσει στο κατά πόσον ένα ηλικιωμένο άτομο είναι σεξουαλικά ενεργό, υπάρχουν σεξουαλικές δραστηριότητες που δεν περιλαμβάνουν σεξ με άλλο πρόσωπο. Πράγματι, τα ηλικιωμένα άτομα επιδίδονται σε αυνανισμό, διαδικασία η οποία μπορεί να κατευνάσει τη σεξουαλική ένταση και να προσφέρει ευχαρίστηση εν τη απουσία σεξουαλικού συντρόφου.



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Βασικά μηνύματα

- Η σεξουαλική δραστηριότητα μπορεί να αποτελέσει σημαντικό μέρος της ποιότητας ζωής.
- Η σεξουαλική δραστηριότητα και οι στενές προσωπικές σχέσεις μπορεί να αποβούν ωφέλιμες για την υγεία και την ευεξία στη γεροντική ηλικία.
- Δεν επιθυμούν όλα τα ηλικιωμένα άτομα να είναι σεξουαλικά ενεργά, και είναι σημαντικό αυτό να γίνεται σεβαστό.
- Εμπόδια προς τη σεξουαλική έκφραση καθώς και στην αναζήτηση και αποδοχή αρωγής για σεξουαλικά θέματα ενδέχεται να δημιουργηθούν ως αποτέλεσμα θεωρούμενου ή και πραγματικού ηλικισμού.

Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της υποενότητας, οι μαθητές αναμένεται να:

1. Κατανοούν τη σημασία της σεξουαλικής δραστηριότητας στη ζωή των ηλικιωμένων ατόμων.
2. Είναι σε θέση να εξηγήσουν τους τρόπους με τους οποίους η σεξουαλική δραστηριότητα μπορεί να ωφελήσει τα άτομα γεροντικής ηλικίας.
3. Επιδεικνύουν επίγνωση των τρόπων με τους οποίους αρνητικά στερεότυπα όπως ο ηλικισμός μπορούν να επηρεάσουν τη σεξουαλικότητα ενός ηλικιωμένου ατόμου.

Περιεχόμενο

Μελέτη περίπτωσης

Η Barbara (70 ετών) υποβλήθηκε πριν από έξη μήνες σε σοβαρή χειρουργική επέμβαση, ολική υστερεκτομή, λόγω ύπαρξης καρκινικών όγκων. Η επέμβαση ήταν επιτυχής και η Barbara αισθάνεται τυχερή γιατί ο καρκίνος δεν εμφανίστηκε σε άλλο σημείο του σώματός της, καθώς, κατά τα λεγόμενά της, η μήτρα «μπορεί να αφαιρεθεί τόσο εύκολα». Επίσης, αισθάνεται ανακούφιση από το γεγονός ότι πρόλαβε τον καρκίνο σε αρχικό στάδιο, γνωρίζει ότι η κατάστασή της θα μπορούσε να ήταν πολύ διαφορετική. Η Barbara μίλησε με πολλούς γιατρούς και μέλη του νοσηλευτικού προσωπικού κατά τη διάρκεια της θεραπείας της, τόσο στο νοσοκομείο όσο και στη μονάδα πρωτοβάθμιας περίθαλψης. Και όμως, ανάμεσα σε όλα τα προσωπικά θέματα που συζήτησε με τους επαγγελματίες υγείας, ένα θέμα δεν ετέθη καθόλου, ούτε από την ίδια ούτε από τους επαγγελματίες υγείας, και αυτό ήταν εάν της επιτρεπόταν να συνεχίσει να έχει σεξουαλικές επαφές.

Καθώς συνερχόταν από το χειρουργείο, η Barbara και ο σύζυγός της Vic έρχονταν όλο και πιο κοντά. Όπως λέει η ίδια «ο καρκίνος το κάνει αυτό». Οι δύο σύζυγοι είχαν καλή σεξουαλική ζωή πριν η Barbara διαγνωστεί με καρκίνο και θα ήθελαν να αποκτήσουν ξανά αυτό το επίπεδο εγγύτητας. Όμως, και οι δύο φοβούνται να μην προκαλέσουν ζημιά: ο Vic φοβάται να μην τραυματίσει την Barbara και η Barbara ανησυχεί μήπως κατά την επαφή καταστραφεί κάτι από την εγχείριση. Και οι δύο, έχουν αρχίσει να πιστεύουν ότι δεν πρόκειται να έχουν ξανά σεξουαλικές επαφές.



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Ερωτήσεις προς συζήτηση για τη μελέτη περίπτωσης:

1. Είναι σημαντικό για την Barbara και τον Vic να μπορούν να έχουν σεξουαλικές επαφές. Γιατί νομίζεις ότι συμβαίνει αυτό;
2. Θα έπρεπε οι επαγγελματίες υγείας να ακολουθούν μια προληπτική προσέγγιση απέναντι στους ηλικιωμένους πελάτες τους; Εάν ναι, πώς μπορούν να το κάνουν;
3. Η Barbara υποπτεύεται ότι ο λόγος που δεν έλαβε οδηγίες για το θέμα των σεξουαλικών επαφών είναι η ηλικία της. Μπορεί να κάνει κάτι η Barbara για να βρει μόνη της τις απαντήσεις στα ερωτήματά της;



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Υποενότητα 2: Η γήρανση στο πλαίσιο της

Εισαγωγή

Η γήρανση δεν είναι απλώς ένα σύνολο φυσικών αλλαγών που συμβαίνουν σε σωματικό επίπεδο, αλλά, πρέπει επίσης να νοείται σε κοινωνικό και ψυχολογικό επίπεδο. Καθώς γηράσκουμε, ο ρόλος που παίζουμε στην οικογένεια, της οικονομία και τα διάφορα κοινωνικά δίκτυα αλλάζει. Ο τρόπος που μας βλέπει η κοινωνία επίσης αλλάζει. Στη υποενότητα αυτή εξετάζεται το κοινωνικό υπόβαθρο της διαδικασίας γήρανσης και τίθενται ερωτήματα για την πιθανή επίδρασή του στη σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων ατόμων.

Κεντρικό σημείο για την κατανόηση της διαδικασίας της γήρανσης από κοινωνικής απόψεως είναι ο ρόλος των ηλικιωμένων στην οικονομία. Η συνταξιοδότηση επιφέρει πολλά θετικά στοιχεία, όπως η αύξηση του ελεύθερου χρόνου και η απαλλαγή από τα εργασιακά βάρη. Από την άλλη πλευρά, τα στοιχεία αυτά είναι που καθορίζουν την απόδοση κοινωνικού status στα ηλικιωμένα άτομα. Υπάρχουν πολλοί που ισχυρίζονται ότι με τη συνταξιοδότησή τους, τα ηλικιωμένα άτομα κατατάσσονται σε διαφορετική κοινωνική ομάδα, κυρίως επειδή δεν είναι πλέον οικονομικώς ενεργά, με αποτέλεσμα να θεωρούνται ως βάρος για τον εργαζόμενο πληθυσμό. Υποστηρίζεται ότι το γεγονός αυτό έχει τη βάση του στην ίδια τη ρίζα του ηλικισμού και στις ηλικιστικές πρακτικές και επιδρά στον τρόπο που βλέπουμε τους ηλικιωμένους. Κατ' αρχήν, αυτή η κατάταξη των ηλικιωμένων ατόμων σε διακριτή κοινωνική ομάδα υποδηλώνει πως η γήρανση χαρακτηρίζεται από δυσλειτουργία, φθορά, παρακμή και απαξίωση. Η συγκεκριμένη θεώρηση της γήρανσης επιδρά στους τρόπους που η κοινωνία αντιμετωπίζει το γηράσκον σώμα, καθώς επιχειρηματολογεί ουσιαστικά ότι η ισχύς, η ελκυστικότητα και η ομορφιά είναι αποκλειστικά προνόμια των νέων. Εξάλλου, οι εικόνες που προβάλλονται από τα μέσα σε καθημερινή βάση συνηγορούν υπέρ αυτής της θεώρησης. Τις περισσότερες φορές, η νεότητα παρουσιάζεται με θετικό πρόσημο σηματοδοτώντας τη ζωντάνια και το επιθυμητό, ενώ, από την άλλη πλευρά, το γηράσκον σώμα αναπαριστά την παρακμή και την ασθένεια. Όλα αυτά, έχουν επιπτώσεις στους τρόπους με τους οποίους οι ίδιοι οι ηλικιωμένοι βλέπουν το σώμα τους, και, κατά συνέπεια το σεξουαλικό ρόλο τους. Επιπλέον, υπάρχουν επιπτώσεις στους τρόπους με τους οποίους εκλαμβάνεται η σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων από τους άλλους, συμπεριλαμβανομένων των επαγγελματιών υγείας.

Βασικά μηνύματα

- Η γήρανση πρέπει να θεωρείται σε ένα ευρύ πλαίσιο κοινωνικών και ψυχολογικών μεταβολών.
- Οι αλλαγές που συμβαίνουν σε επίπεδο σχέσεων και παραγωγικότητας μπορεί να έχει επιπτώσεις στον τρόπο που η κοινωνία αντιμετωπίζει τα ηλικιωμένα άτομα.



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

- Οι τρόποι με τους οποίους αναπαρίσταται το γηράσκον σώμα έχει συχνά αρνητικές επιπτώσεις στον τρόπο με τον οποίο ορίζεται η σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων ατόμων.

Μαθησιακά αποτελέσματα

Στο τέλος αυτής της υποενότητας, οι μαθητές αναμένεται να:

1. Είναι ευαισθητοποιημένοι στις κοινωνικές και ψυχολογικές πλευρές της γήρανσης.
2. Εξετάζουν τη σχέση ανάμεσα στο κοινωνικό status των ηλικιωμένων ατόμων και στους τρόπους με τους οποίους γίνεται αντιληπτό το γηράσκον σώμα.
3. Έχουν αποκτήσει κριτική επίγνωση των τρόπων με τους οποίους αναπαρίσταται το γηράσκον σώμα, και πώς αυτοί ενδέχεται να επιδρούν στο πώς ορίζεται η σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων ατόμων.

Περιεχόμενο

Δραστηριότητα αναστοχασμού 1

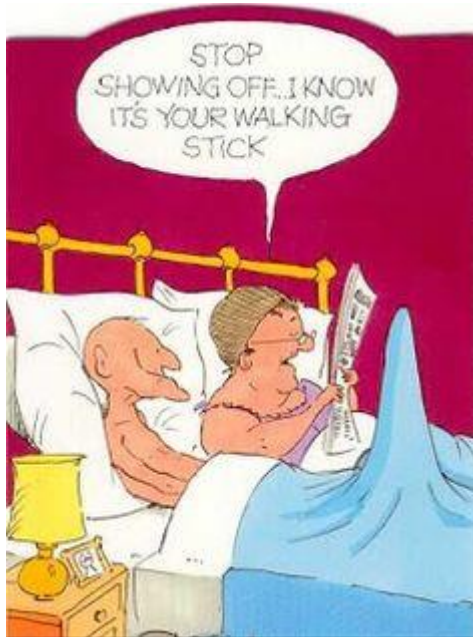
Στη δική σου κοινότητα, αναλόγισου τις αλλαγές που έχουν βιώσει τα ηλικιωμένα άτομα. Προσδιόρισε τις αλλαγές αυτές και διάκρινέ τις ως: σωματικές, κοινωνικές και ψυχολογικές. Κάνε ένα κατάλογο των αλλαγών και προσδιόρισε πώς αυτές ενδέχεται να αλληλοσυσχετίζονται.

Δραστηριότητα αναστοχασμού 2

Σε ένα περιοδικό ή εφημερίδα που έχεις στο σπίτι, κοίταξε τις εικόνες και εντόπισε τα χαρακτηριστικά των ηλικιωμένων. Πώς χαρακτηρίζονται οι ηλικιωμένοι;

Δραστηριότητα αναστοχασμού 3

Κοίταξε τις ακόλουθες ευχετήριες κάρτες γενεθλίων (Εικόνα 1). Παρ' ότι μπορεί να είναι διασκεδαστικές, έχουν και μια πιο σοβαρή πλευρά. Τι λένε για τους ηλικιωμένους ανθρώπους και το γηράσκον σώμα; Τι λένε για τη σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων ανδρών και γυναικών; Πώς είναι σχεδιασμένες οι εικόνες ώστε να αποτυπώνουν την παρακμή, την απαξίωση και την ασεξουαλικότητα;



Εικόνα 1: Ευχετήριες κάρτες γενεθλίων, ηλικιωμένοι άνθρωποι και σεξουαλικότητα

Πρώτη κάρτα: «Σταμάτα την επίδειξη... ξέρω ότι είναι το μαστούνι σου».

Δεύτερη κάρτα: Άνδρας: «Τι απέγιναν οι σεξουαλικές σχέσεις μας;» Γυναίκα: «Κι εγώ δεν ξέρω. Ούτε χριστουγεννιάτικη κάρτα δεν μας έστειλαν φέτος»



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Υποενότητα 3: Ενεργός γήρανση

Εισαγωγή

Τα τελευταία χρόνια, η ενεργός γήρανση έχει αναδειχθεί σε κεντρικό θέμα της κοινωνικής πολιτικής και της πολιτικής σε θέματα υγείας σε όλη την Ευρώπη. Στηριζόμενη σε προγενέστερες ιδέες που αποσκοπούσαν στην προαγωγή της επιτυχούς γήρανσης, η ενεργός γήρανση ορίζεται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας ως εξής:

«η διαδικασία βελτιστοποίησης των ευκαιριών που δίνονται για υγεία, συμμετοχή και ασφάλεια με σκοπό τη βελτίωση της ποιότητας ζωής καθώς οι άνθρωποι γηράσκουν. Έχει εφαρμογή τόσο σε μεμονωμένα άτομα όσο και σε ομάδες πληθυσμού.»

Η συγκεκριμένη προσέγγιση κοινωνικών πολιτικών και πολιτικών σε θέματα υγείας αποσκοπεί στη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων και στην ευημερία των πολιτών καθώς αυτοί γηράσκουν. Περαιτέρω, η επιτυχία μιας πολιτικής ενεργούς γήρανσης καθορίζεται από την παραδοχή του γεγονότος ότι ο καθορισμός της έννοιας «ενεργός» θα πρέπει να γίνεται από τα ίδια τα ηλικιωμένα άτομα, οι επιδιώξεις που επιλέγει κάθε ηλικιωμένος θα πρέπει να υποστηρίζονται ενεργά, η ποικιλότητα θα πρέπει να αναγνωρίζεται και να γίνεται σεβαστή και η συμμετοχή των ηλικιωμένων ατόμων στη λήψη αποφάσεων θα πρέπει να μεγιστοποιείται. Κεντρικό σημείο των στόχων της ενεργούς γήρανσης θα πρέπει να είναι η συνέχεια, σύμφωνα με την οποία τα ηλικιωμένα άτομα πρέπει να διευκολύνονται στο να διατηρούν τις αξίες, τις πεποιθήσεις και τις πρακτικές που είναι συνεπείς με τη ζωή που έχουν ήδη ζήσει.

Με την ολοένα και μεγαλύτερη αποδοχή αυτών των ιδεών κατά τις τελευταίες δεκαετίες, το ενδιαφέρον έχει μετατεθεί στις πρακτικές που ακολουθούν οι εργαζόμενοι στο χώρο της υγειονομικής περίθαλψης και της κοινωνικής μέριμνας και στο πώς αυτές επηρεάζουν και υποστηρίζουν την ατζέντα της ενεργούς γήρανσης. Πρόσφατα, η Ruth Katz ανέπτυξε ένα μοντέλο σχεδιασμένο να προάγει την ευημερία όλων των ηλικιωμένων ατόμων, και ειδικώς των ασθενέστερων και όσων χρήζουν μεγαλύτερης βοήθειας. Στα πλαίσια του συγκεκριμένου μοντέλου, οι εργαζόμενοι στο χώρο της υγειονομικής περίθαλψης και της κοινωνικής μέριμνας ενθαρρύνονται να αναγνωρίσουν τις σωματικές, κοινωνικές και ψυχολογικές ανάγκες των ηλικιωμένων ατόμων. Οι ανάγκες αυτές περιλαμβάνουν την διατήρηση διαπροσωπικών σχέσεων, το χιούμορ και την ευχαρίστηση, και την αίσθηση εαυτού.

Η σεξουαλικότητα γίνεται όλο και περισσότερο αντιληπτή ως σημαντική συνιστώσα του κινήματος της ενεργούς γήρανσης. Η προαγωγή της συνέχειας στις διαπροσωπικές και τις στενές προσωπικές σχέσεις, πρακτικές που στοχεύουν στη διατήρηση της αίσθησης του εαυτού, η ενεργός συμμετοχή των ηλικιωμένων ατόμων στη λήψη αποφάσεων για τη



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

σεξουαλική τους ζωή αποτελούν θέματα που περιλαμβάνονται στην ατζέντα της ενεργούς γήρανσης.

Βασικά μηνύματα

- Το κίνημα της ενεργούς γήρανσης έχει σημαντικές διαστάσεις σε όλη της Ευρώπη.
- Η ενεργός γήρανση και η συνέχεια θεωρούνται ουσιαστικά χαρακτηριστικά για μια υγιή γεροντική ηλικία.
- Η σεξουαλικότητα και οι στενές προσωπικές σχέσεις αποτελούν σημαντικές συστατικές μιας ενεργούς γεροντικής ηλικίας.

Μαθησιακά αποτελέσματα:

Στο τέλος αυτής της υποενότητας, οι μαθητάνοντες αναμένεται να:

1. Έχουν αποκτήσει κριτική επίγνωση της έννοιας της ενεργούς γήρανσης.
2. Κατανοούν πόσο σημαντικές είναι η σεξουαλικότητα και οι στενές προσωπικές σχέσεις καθώς ένας άνθρωπος γερνά καθώς και το πώς αυτές μπορούν να τεθούν υπό αμφισβήτηση.

Περιεχόμενο

Ασκήσεις αναστοχασμού

- I. Πώς μπορούν να εργαστούν οι επαγγελματίες του χώρου της υγειονομικής περίθαλψης και της κοινωνικής μέριμνας για να προάγουν και να υποστηρίζουν της ατζέντα της ενεργούς γήρανσης για τα ηλικιωμένα άτομα;
- II. Ποιες είναι οι προκλήσεις που αναφύονται στην προσέγγιση της ενεργούς γήρανσης;
- III. Θεωρώντας τη δική σας σεξουαλικότητα και τις στενές προσωπικές σχέσεις σας, αναλογιστείτε πόσο σημαντικές είναι στη δική σας ευεξία.
- IV. Πώς αυτές (η δική σας σεξουαλικότητα και οι στενές προσωπικές σχέσεις σας) θα μπορούσαν να τεθούν υπό αμφισβήτηση καθώς γερνάς; (θεωρήστε τις σωματικές, κοινωνικές και ψυχολογικές πλευρές της γήρανσης).



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Υποενότητα 4: Αλλαγές στις σεξουαλικές πρακτικές

Εισαγωγή

Καθώς ένας άνθρωπος γηράσκει, ενδέχεται να βιώσει αλλαγές στη σεξουαλική του ζωή. Στις αλλαγές αυτές μπορεί να περιλαμβάνονται λιγότερο ή περισσότερο σεξ, διαφορετικοί τρόποι ή διαφορετικός σύντροφος. Τα άτομα που διατηρούν μακροχρόνια σχέση συνήθως αναφέρουν ελάττωση της σεξουαλικής δραστηριότητας προϊούσης της ηλικίας, ενώ όσοι ξεκινούν μια νέα σχέση αναφέρουν αύξησή της.

Τα αίτια των αλλαγών στις σεξουαλικές πρακτικές από τη δεκαετία των 60 ετών και μετά σχετίζονται με ένα πλήθος παραγόντων: διάγνωση ή διαχείριση μιας μακροχρόνιας κατάστασης της υγείας, η φαρμακευτική αγωγή που ακολουθείται για αυτές τις καταστάσεις, θέματα εικόνας του εαυτού, ψυχολογική ευεξία συμπεριλαμβανομένης της κατάθλιψης, η ποιότητα των στενών προσωπικών σχέσεων και ορισμένα σεξουαλικά προβλήματα, όπως στυτική δυσλειτουργία και απώλεια της σεξουαλικής επιθυμίας.

Και νεώτερα άτομα ενδέχεται να επηρεάζονται από τέτοιου είδους θέματα, ωστόσο, ορισμένα σεξουαλικά προβλήματα εμφανίζονται προϊούσης της ηλικίας. Για τους άνδρες, σε αυτά περιλαμβάνονται μεγαλύτερης διάρκειας ανερέθιστη περίοδος (ο χρόνος αποκατάστασης μετά τον οργασμό), μειωμένη ικανότητα ελέγχου της εκσπερμάτισης και αύξηση του χρόνου επίτευξης στύσης. Οι αλλαγές που μπορεί να βιώσει μια γυναίκα περιλαμβάνουν μικρότερης διάρκειας και έντασης οργασμούς, μεγαλύτερης διάρκειας φάση διέγερσης καθώς και δυσκολίες που συνδέονται με μειωμένη λίπανση του κόλπου, η οποία μπορεί να καταστήσει επίπονη την επαφή που περιλαμβάνει διείσδυση. Τόσο οι άνδρες όσο και οι γυναίκες μπορεί να βιώσουν μειωμένη σεξουαλική επιθυμία προϊούσης της ηλικίας.

Διάφορες καταστάσεις της υγείας ενδέχεται να επηρεάσουν το ενδιαφέρον ενός ανθρώπου για το σεξ καθώς και την ικανότητά του να επιτελέσει σεξουαλικές πράξεις. Επί παραδείγματι, το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να επιφέρει σωματικές και γνωσιακές αλλαγές οι οποίες έχουν άμεσο αντίκτυπο στη σεξουαλική λειτουργία καθώς προκαλούν δυσφορία όταν το άτομο βρίσκεται σε συγκεκριμένες στάσεις ή ακόμη επιφέρουν δυσκολίες στην επικοινωνία, οι οποίες επηρεάζουν τη σεξουαλική έκφραση.

Η φροντίδα ατόμου που έχει υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο ή άλλες μακροχρόνιες καταστάσεις της υγείας έχει αντίκτυπο τόσο στη σχέση συνολικά όσο και στη σεξουαλική σχέση. Για παράδειγμα, το άτομο που παίζει το ρόλο του φροντιστή μπορεί να βιώσει κόπωση – η οποία έχει γνωστά αποτελέσματα στη σεξουαλική επιθυμία – ή η σχέση φροντίδας μπορεί να αλλάξει τόσο πολύ ώστε το άτομο που δέχεται τη φροντίδα να μην θεωρείται πλέον σεξουαλικό ον.



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Ένας αριθμός συνταγογραφούμενων φαρμάκων μπορεί επίσης να έχει αντίκτυπο στο σεξ. Μεταξύ αυτών συμπεριλαμβάνονται:

- Οι επιλεκτικοί αναστολείς επαναπρόσληψης σεροτονίνης και άλλα αντικαταθλιπτικά, που μπορεί να ελαττώσουν τη σεξουαλική επιθυμία ή να εμποδίσουν τον οργασμό.
- Τα αντι-υπερτασικά, που μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα στη στύση και στην εκσπερμάτιση.
- Η ουσία omeprazole, η οποία μπορεί να προκαλέσει προβλήματα στύσης.
- Τα φάρμακα για την καρδιά, που μπορεί να επηρεάσουν της σεξουαλική επιθυμία.

(<http://www.netdoctor.co.uk/sexandrelationships/medicinessex.htm>)

Η ικανοποίηση του ατόμου με τη σεξουαλική του ζωή ελαττώνεται προϊούσης της ηλικίας και στα αίτια αυτού του φαινομένου συμπεριλαμβάνονται τα σεξουαλικά προβλήματα. Τα σεξουαλικά προβλήματα ενδέχεται να έχουν αρνητικό αντίκτυπο στις σχέσεις, για παράδειγμα μπορεί να προκαλέσουν έλλειψη οικειότητας και εγγύτητας. Συνεπώς, είναι πολύ σημαντικό να αντιμετωπίζονται τα σεξουαλικά προβλήματα που ανακύπτουν στα ύστερα χρόνια, στην περίπτωση, βέβαια, που το ίδιο το άτομο και ο/η σύντροφος τα βιώνουν αρνητικά.

Επίσης, είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι δεν θα αντιμετωπίσουν όλοι οι άνθρωποι σεξουαλικά προβλήματα ως αποτέλεσμα της γήρανσης.

Βασικά μηνύματα

- Η σεξουαλική δραστηριότητα ενδέχεται να αλλάζει προϊούσης της ηλικίας ως αποτέλεσμα διαφόρων παραγόντων (βιολογικών, ψυχολογικών, κοινωνικών και πολιτιστικών).
- Συγκεκριμένα σεξουαλικά προβλήματα σχετίζονται με τη ηλικία.

Μαθησιακά αποτελέσματα

Στο τέλος αυτής της υποενότητας, οι μαθητάνοντες αναμένεται να:

- Γνωρίζουν τους πολλούς παράγοντες που συνεισφέρουν στην εμφάνιση σεξουαλικών προβλημάτων στα ύστερα χρόνια.
- Κατανοούν ότι μερικοί άνθρωποι θα βιώσουν αρνητικά τις αλλαγές στη σεξουαλική τους δραστηριότητα.
- Αναγνωρίζουν ότι μερικοί άνθρωποι στη γεροντική ηλικία επιλέγουν να μην είναι σεξουαλικά ενεργοί.

Περιεχόμενο

Μελέτη περίπτωσης

Ο Geoff είναι μόνος, αλλά επιθυμεί να βρεθεί πάλι σε μια στενή σχέση. Μετά το θάνατο του επί χρόνια συντρόφου του John, πριν από δύο χρόνια, ο Geoff έχει πρόβλημα διατήρησης στύσης. Δεν μπορεί πλέον να αυνανιστεί. Παρατήρησε τα συμπτώματα όταν



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

του συνέβη απώλεια στύσης πριν την ολοκλήρωση ενώ τώρα δεν μπορεί καν να επιτύχει στύση.

Ο Geoff είναι 62 ετών και δεν θέλει να ζήσει μόνος για το υπόλοιπο της ζωής του. Έχει σκεφτεί να εγγραφεί σε έναν διαδικτυακό ιστότοπο γνωριμιών, αλλά δεν είναι σίγουρος ότι αξίζει τον κόπο. Ανησυχεί ότι εάν γνωρίσει κάποιον, αυτός δεν θα συμμαρξεται το πρόβλημά του. Ο Geoff γνωρίζει πως το σεξ δεν είναι μόνο οι στύσεις – υπάρχουν και άλλα πράγματα που θα μπορούσαν να κάνουν – ωστόσο, ξέρει επίσης ότι η στύση υποδηλώνει σε ένα σύντροφο ότι είναι επιθυμητός, ότι είναι αυτός που προκαλεί τη διέγερση.

Πριν από 6 μήνες, ο Geoff βγήκε ραντεβού με κάποιον. Και οι δύο φάνηκαν να περνούν ευχάριστα, και ο Geoff ένιωσε μια αναλαμπή. Όμως, όταν φιλήθηκαν στο τέλος της βραδιάς, ο Geoff ήξερε πως δεν θα μπορούσε να τον ξαναδεί. Πώς να του εξηγούσε τα προβλήματα στύσης που είχε; Και ποιος θα ήθελε να είναι με κάποιον σαν κι αυτόν;

Σημεία συζήτησης – χρησιμοποιήστε το Διαδίκτυο για να βρείτε απαντήσεις στα ακόλουθα ερωτήματα:

1. Ποια είναι η επίπτωση προβλημάτων στύσης σε άνδρες με ηλικία μεγαλύτερη των 60 ετών στη χώρα σας;
2. Τι προκαλεί στυτική δυσλειτουργία;
3. Υπάρχουν διαθέσιμες ιατρικές θεραπείες για τα προβλήματα στύσης του Geoff;
4. Υπάρχουν εναλλακτικές επιλογές θεραπείας που θα μπορούσε να δοκιμάσει ο Geoff;
5. Τι μας λέει για το σεξ και τον ανδρισμό η ανησυχία του Geoff για τη στυτική δυσλειτουργία που αντιμετωπίζει και η πεποίθησή του ότι δεν θα μπορέσει να κάνει μια νέα σχέση;



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Υποενότητα 5: σεξουαλικά μεταδιδόμενες μολύνσεις στην τρίτη ηλικία

Εισαγωγή

Οι Σεξουαλικά Μεταδιδόμενες Μολύνσεις (ΣΜΜ) και τα Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (ΣΜΝ) μεταδίδονται από άνθρωπο σε άνθρωπο συνήθως μέσω της σεξουαλικής επαφής (σε ορισμένες περιπτώσεις, η μετάδοση μπορεί να γίνει και με άλλους τρόπους, όπως με την κοινή χρήση σύριγγας ή βελόνας). Οι ΣΜΜ μπορούν να μεταδοθούν με διάφορους τρόπους σεξουαλικής δραστηριότητας (διά της κολπικής, της πρωκτικής και της στοματικής οδού), ενώ ορισμένες μπορούν να μεταδοθούν και χωρίς σεξουαλική επαφή (π.χ η μυκητίαση).

Οι ΣΜΜ κατηγοριοποιούνται σε ιογενείς, βακτηριογενείς, παρασιτικές ή μυκητιασικές:

- Οι ιογενείς ΣΜΜ περιλαμβάνουν την ηπατίτιδα, τον έρπη των γεννητικών οργάνων, τα γεννητικά κονδυλώματα.
- Οι βακτηριακές ΣΜΜ περιλαμβάνουν τα χλαμύδια, τη γονόρροια, τη σύφιλη, τη μη ειδική βακτηριακή κολπίτιδα.
- Οι παρασιτικές ΣΜΜ περιλαμβάνουν την κολπική τριχομονάδα, την ψώρα, τις ψείρες του εφηβαίου.
- Οι μυκητιασικές ΣΜΜ περιλαμβάνουν τις μυκητιάσεις και τη βαλανίτιδα.

Περισσότερες πληροφορίες για τις ΣΜΜ περιέχονται στη σχετική ιστοσελίδα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας:

http://www.who.int/topics/sexually_transmitted_infections/en/

Τα τελευταία χρόνια, σε πολλές βιομηχανοποιημένες χώρες, παρατηρείται αύξηση των διαγνωσμένων με ΣΜΜ ηλικιωμένων ατόμων, ειδικά δε στο Ηνωμένο Βασίλειο, τις Η.Π.Α, την Αυστραλία και την Κίνα. Πολλοί λόγοι έχουν προταθεί για να εξηγήσουν την αύξηση των κρουσμάτων ΣΜΜ σε ηλικιωμένα άτομα, όπως: έλλειψη ενημέρωσης για τις μεθόδους ασφαλούς σεξουαλικής επαφής, έλλειψη ενημέρωσης για τις ΣΜΜ και ποιοι κινδυνεύουν από αυτές καθώς και η σύνδεση της χρήσης προφυλακτικού, το οποίο είναι μέσο προστασίας έναντι των ΣΜΜ, με την αποφυγή εγκυμοσύνης.

Σύμφωνα με αποτελέσματα μελετών, τα ηλικιωμένα άτομα δεν έχουν πάντοτε γνώσεις για τις ΣΜΜ, ενώ υπάρχει σύγχυση ως προς το ποιος κινδυνεύει να μολυνθεί και ποια είναι τα συμπτώματα. Μάλιστα, τα ηλικιωμένα άτομα παρουσιάζονται στις σχετικές υγειονομικές υπηρεσίες πιο αργά από ότι τα νεότερης ηλικίας άτομα, και αυτό είναι ανησυχητικό καθώς καθυστερημένη διάγνωση σχετίζεται με φτωχότερα αποτελέσματα στους ηλικιωμένους.

Παρ' όλα αυτά, οι εκστρατείες προαγωγής υγείας με στόχο την εκπαίδευση στα ΣΜΜ και τη μείωση των ρυθμών μετάδοσής τους στοχεύουν σχεδόν αποκλειστικά σε νέους.



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

Εξαιρέσεις υπάρχουν, αλλά είναι περιορισμένες. Εκστρατείες με σκοπό την ενημέρωση ηλικιωμένων ατόμων για τα ΣΜΜ είναι, μεταξύ άλλων, οι εξής:

Family Planning Association (UK) Middle aged spread

<http://www.fpa.org.uk/sexual-health-week/middle-age-spread-stis-over-50s>

Family Planning, New South Wales (Australia) Little Black Dress

<https://www.youtube.com/watch?v=o5CFDZJR9zo>

ACRIA (North America) Age is Not a Condom

<http://ageisnotacondom.org/EN/>

Safer Sex for Seniors (North America) Safer Sex for Seniors

<http://safersex4seniors.org/>

Η κατάλληλη χρήση προφυλακτικού (ανδρικού και γυναικείου) είναι ένας από τους πλέον αποτελεσματικούς τρόπους πρόληψης των ΣΜΜ, όπως και τα στοματικά διαφράγματα καθώς μπορούν να λειτουργήσουν ως φραγμός.

Τα ΣΜΜ μπορεί να έχουν αρνητικές συνέπειες στην υγεία, μεταξύ των οποίων περιλαμβάνονται οι νεοπλασίες της μήτρας, του τραχήλου, του αιδοίου, του πέους, του πρωκτού και του στόματος οφειλόμενες σε συγκεκριμένα στελέχη του ιού HPV (Centers for Disease Control and Prevention, 2015a), εγκεφαλικές βλάβες στην περίπτωση μακροχρόνιας σύφιλης χωρίς θεραπεία (Centers for Disease Control and Prevention, 2015b) και βλάβες στο ήπαρ λόγω ηπατίτιδας Β (Centers for Disease Control and Prevention, 2015c). Τα ΣΜΜ σε οποιαδήποτε ηλικία μπορεί να επηρεάσουν την ψυχολογική κατάσταση του ατόμου και την ποιότητα ζωής του.

Βασικά μηνύματα

- Τα ΣΜΜ μπορούν να προσβάλουν οποιονδήποτε, σε οποιαδήποτε ηλικία.
- Τα διαγνωσμένα περιστατικά ΣΜΜ σε ηλικιωμένα άτομα αυξάνουν χρόνο με το χρόνο στις βιομηχανοποιημένες χώρες.
- Τα ηλικιωμένα άτομα αποτείνονται με καθυστέρηση στις υγειονομικές υπηρεσίες περίθαλψης των ΣΜΜ.
- Τα ηλικιωμένα άτομα χρειάζονται κατάλληλη για την ηλικία τους πληροφόρηση σχετικά με τις ΣΜΜ και ειδικότερα για τους τρόπους μετάδοσης και αποφυγής.

Μαθησιακά αποτελέσματα

Στο τέλος αυτής της υποενότητας, οι μαθητές αναμένεται να:

- Αντιλαμβάνονται ότι η ηλικία δεν προφυλάσσει από το να μολυνθεί κάποιος από ΣΜΜ.
- Γνωρίζουν τρόπους να προφυλαχθούν από τις ΣΜΜ.



Υλικό προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής μέριμνας με έμφαση στις στενές προσωπικές σχέσεις και τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία

www.intimage.eu

- Είναι σε θέση να εξηγήσουν γιατί το πλήθος των διαγνωσμένων περιστατικών ΣΜΜ σε ηλικιωμένα άτομα αυξάνεται.
- Έχουν εικόνα των βαθμών πολυπλοκότητας στις σχέσεις καθώς και θεμάτων που σχετίζονται με το φύλο τα οποία μπορεί να αποτρέψουν ένα άτομο από το να ακολουθήσει πρακτικές ασφαλούς σεξουαλικής επαφής.

Περιεχόμενο

Δραστηριότητα

Εντοπίστε τέσσερις εκστρατείες πρόληψης ΣΜΜ που να απευθύνονται σε νεώτερους ανθρώπους (υπάρχουν εκατοντάδες για να επιλέξετε!). Συγκρίνετέ τις με τις τέσσερις προαναφερθείσες εκστρατείες που στοχεύουν σε ηλικιωμένα άτομα.

1. Ποιες είναι οι βασικές διαφορές ανάμεσα στις εκστρατείες που απευθύνονται σε ηλικιωμένα άτομα και σε αυτές που απευθύνονται σε νεώτερα άτομα;
2. Για ποιο λόγο πιστεύετε ότι είναι διαφορετικές οι εκστρατείες;
3. Θα μπορούσαν να βελτιωθούν οι εκστρατείες που απευθύνονται σε ηλικιωμένα άτομα; Εάν ναι, πώς θα τις βελτιώνατε;

Το σχέδιο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) δεσμεύει μόνο τον συντάκτη της και η Επιτροπή δεν ευθύνεται για τυχόν χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

