



sage<sup>SM</sup>

Services & Advocacy  
for Gay, Lesbian, Bisexual  
& Transgender Elders

National Resource Center  
on LGBT Aging  
National Headquarters  
c/o Services & Advocacy  
for GLBT Elders (SAGE)  
305 Seventh Avenue  
6th Floor  
New York, NY 10001

212-741-2247teléfono  
212-366-1947 fax

info@lgbtagingcenter.org  
lgbtagingcenter.org

El Centro Nacional de Recursos sobre Envejecimiento de LGBT es patrocinado, en parte, bajo un acuerdo de cooperación del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos, Administración sobre el Envejecimiento. Se les alienta a los beneficiarios de proyectos bajo patrocinio de gobierno a expresar libremente sus resultados y conclusiones. Sin embargo, estos contenidos no representan necesariamente la política del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, y la aprobación por el Gobierno Federal no debe ser asumida. Todos los derechos reservados.

## Una conversación abierta acerca de la salud sexual y el envejecimiento

No podemos hablar acerca del envejecimiento y el VIH (y otras enfermedades de transmisión sexual), ¡sin hablar de sexo! En los Estados Unidos existe una cierta incomodidad en cuanto a cuestiones sexuales durante las diferentes etapas de la vida; y hablar con los personas mayores puede ser aún más tabú. Sin embargo, sabemos que las personas mayores LGBT tienen derecho a expresar su sexualidad, independientemente de su edad o la orientación sexual e identidad de género. Esta hoja informativa proporciona al lector información básica sobre la prevención de enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluido el VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana).

### ¿CUÁNTO SABE?

Considere si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas sobre ETS/VIH:

#### **Las personas mayores están en mayor riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual (ETS).**

**VERDAD.** Hay un número de factores de riesgo para las personas mayores LGBT. Existe una falta de conocimiento, que muchas personas mayores no han recibido información básica sobre la salud sexual, incluida la prevención de ETS/VIH. Mucho de esto es debido a la discriminación y la creencia que las personas mayores LGBT no están teniendo sexo. Los personas mayores tienen un factor particular de riesgo biológico relacionado con la edad, como sequedad vaginal y disfunción eréctil.

La sequedad vaginal puede ocasionar incomodidad durante las relaciones sexuales con penetración y también aumentar la probabilidad de lesiones vaginales que pueden hacer más probable la transmisión de ETS. La disfunción eréctil puede aumentar la dificultad del uso de condones. Como resultado, puede que algunos hombres no usen condones durante el sexo.

#### **Una persona mayor debe pedir pruebas de ETS/VIH.**

**VERDAD.** Los proveedores de atención médica no administran la prueba de forma automática a los pacientes, especialmente a las personas mayores. Muchos proveedores asumen que las personas mayores no son sexualmente activos o prefieren no hablar acerca de la salud sexual. Las personas mayores a menudo confunden los síntomas del VIH por los dolores y dolencias del envejecimiento, por lo tanto, tienen menos probabilidad que los jóvenes de hacerse la prueba. Además, puede que las personas mayores se sientan avergonzados o asustados con hacerse la prueba. Las personas mayores de 50 años de edad pueden tener el virus durante años antes de hacerse la prueba. Cuando llegan a ser diagnosticados con el VIH, puede que ya se encuentren en las etapas tardías de la enfermedad.

#### **El VIH es diferente del SIDA.**

**VERDAD.** El VIH es el virus que se transmite a través de comportamientos de riesgo como sexo vaginal o anal sin protección o el uso de drogas

intravenosas. Sin tratamiento el VIH puede causar el SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida). Si una persona que vive con el VIH recibe tratamiento y cuidados adecuados, el nivel del virus se volverá imperceptible.

### ¿Existe una diferencia entre las ETS bacterianas y virales?

**VERDAD.** Las ETS bacterianas (clamidia, sífilis y gonorrea) son curables. Las ETS virales (VIH, Hepatitis, Virus del papiloma humano y Herpes) pueden ser tratadas, pero no curadas. En cuanto antes se diagnostique cualquier ETS, mejor será el resultado del tratamiento. ¡El primer paso es siempre hacerse la prueba!

### EL VIH Y EL ENVEJECIMIENTO EN CIFRAS

Según el CDC, en 2013 las personas de 50 años y más representaban el 18% (8.575) de aproximadamente 47.352 diagnósticos de VIH en los Estados Unidos. Las causas detrás del creciente número de personas mayores que viven con el VIH se debe a varias razones, incluyendo:

- El desarrollo de tratamientos más eficaces del VIH ha llevado a la supervivencia creciente y una vida próspera durante la tercera edad.
- Las personas mayores se están infectando a través del comportamiento sexual de alto riesgo y/o drogas.
- Los personas mayores infectados hace años, se están realizando la prueba por primera vez. Esto es probablemente debido al estigma asociado con la prueba del VIH. [www.cdc.gov/HIV](http://www.cdc.gov/HIV)

### ¿ESTOY EN RIESGO?

Piense en las siguientes declaraciones para determinar si puede estar en riesgo de contraer una ETS, incluyendo el VIH.

Si responde "sí" a cualquiera de estas

declaraciones, póngase en contacto con su proveedor de atención médica.

- He tenido coito vaginal o anal con una pareja nueva en los últimos 6 meses.
- He tenido más de una pareja sexual en los últimos 5 años.
- Nunca me he realizado una prueba de VIH.
- Utilizo equipo de inyección de drogas o uso drogas recreativas.
- Me preocupa que pueda tener una ETS.

### ¿CÓMO PUEDO REDUCIR MI RIESGO DE CONTRAER UNA ETS O EL VIH?

Piense en el sexo más seguro en términos de "luz verde" (comportamientos sin riesgo) como la masturbación, fantasías sexuales, masajes, agarrarse de las manos, ducharse juntos, utilizar juguetes sexuales (para su uso personal individualizado), abrazarse y besarse. "Luz amarilla" (comportamientos de bajo riesgo) como el sexo oral, sexo vaginal y anal con preservativo (no olvide usar lubricante). "Luz roja" (comportamientos de alto riesgo) como el sexo vaginal o anal sin condón, retiro previo a la eyaculación (sacar). En la medida posible, trate de reducir el riesgo mediante el uso de condones de manera consistente (y correcto). Descubra las alegrías del sexo sin penetración. Su órgano sexual más importante es su cerebro, y su órgano sexual más grande es la piel. No es sólo lo que está por debajo de la cintura y entre las piernas lo que cuenta. Recuerde que la intimidad se basa en la comunicación, compartir experiencias y hacer saber a nuestra pareja(s) que nos importa(n).

Por Terri Clark, MPH

Coordinadora de Servicios de Prevención  
ActionAIDS Philadelphia

#### Para mayor información

SAGE	<a href="http://sageusa.org">sageusa.org</a>
HIV-Age	<a href="http://hiv-age.org">hiv-age.org</a>
SaferSex4Seniors	<a href="http://safersex4seniors.org">safersex4seniors.org</a>
Age Is Not A Condom	<a href="http://ageisnotacondom.org">ageisnotacondom.org</a>