

## Entrevista

Anna Freixas es una de las psicólogas que más han aportado al desarrollo de la gerontología feminista. En su último libro, *Sin reglas*, desmonta varios de los mitos y tabúes en torno a cómo viven la sexualidad las mujeres mayores





Es posible sentirse  
más libre sexualmente a  
los 60 años que a los 25

”

# Anna Freixas

**Texto** Ligia Pájaro y Ter García  
**Fotografía** Álvaro Minguito

Desmontar mitos, saltar prejuicios, evitar generalizaciones y poner sobre la mesa un tema tradicionalmente invisibilizado e, incluso, negado: la sexualidad de las mujeres mayores. El último libro de Anne Freixas (Barcelona, 1946), *Sin reglas* (Capitan Swing, 2018), explica los resultados de una investigación realizada a partir de 729 testimonios de mujeres de entre 50 y 82 años. Ellas cuentan cómo sienten la sexualidad cuando ya han abandonado su rol reproductivo.

**¿Se vuelve diferente el deseo en las mujeres cuando llegan a una edad madura?**

Creo que el deseo evoluciona. No deseamos lo mismo a los seis años o a los 14 que a los 30 y a los 50. Es posible que, en un momento dado, tu deseo se centre en una mujer, después en un hombre, otra vez en nada... El deseo es realmente cambiante y ha habido una tendencia a patologizarlo, a considerar que, o tienes un deseo tremendo, o estás enferma. Simplemente hay una evolución a lo largo del ciclo vital que ahora es más evidente porque vivimos más años y, al vivir más años, tenemos más tiempo para mostrar todo.

**Tu trabajo desmonta prejuicios, uno de ellos es que la menopausia acaba con el deseo.**

La menopausia ha sido el gran chollo del patriarcado. Cuando se define a la mujer como un ser reproductivo, la menopausia se ha expuesto como el principio del fin. Pero es el fin de la reproducción, no el de la sexualidad. El patriarcado ha aprovechado toda oportunidad de liquidar la sexualidad. Los hombres pueden buscar relaciones con mujeres más jóvenes pero, de alguna manera, se ha mantenido la idea de que la menopausia es el principio del fin del deseo en la mujer. Eso no es verdad, hay multitud de estudios que demuestran que las mujeres, después de la reproducción, sienten deseo. También hay otras que no lo tienen, y algunas de ellas igual tampoco lo tenían a los 40 y a los 30. La menopausia en sí misma no tiene por qué marcar. Es cierto que hay un cambio hormonal, pero el deseo de las mujeres no está directamente relacionado con lo biológico. Para las mujeres tiene mucho más que ver con el contexto, con quién estamos, cómo estamos, qué tipo de relación tenemos y qué calidad tiene. Para nosotras esto es mucho más importante, ya sea a los 20, a los 50 o a los 80, que una hormona más o menos.

**También está muy relacionado con la medicalización. Después del Viagra, hace pocos años llegó el Addyi, su equivalente para mujeres. ¿Qué opinas de esto?**

Creo que las mujeres somos un enorme negocio a todas las edades. Imagínate cuántísimas postmenopáusicas hay en este mundo, ahora que las jóvenes no parís criaturas. Hay que hacer negocio y este

## Entrevista

consiste en tratar de encontrar una pastilla. Como explico en el libro, esta pastilla tiene cantidad de contraindicaciones. Me parece absurdo porque, sobre todo, esto implica que no conocen cómo es el deseo femenino. El deseo femenino no está en las hormonas; está en la cabeza, en la relación, en el corazón, en la piel. Nuestro deseo está en el contexto, en el respeto, en la no dominación, en la comunicación, en la intimidad, en la confianza. También puede estar en un “aquí te pillo, aquí te mato”, que de vez en cuando nos sienta bien a todo el mundo. Buscar una pastilla para animar el deseo femenino es no comprender la sexualidad femenina.

**Otro dato de tu trabajo es que el 14% de las entrevistadas optarían por una pareja sexual que no se corresponde con su orientación sexual declarada, ¿puede ser que, en la edad más madura, haya menos prejuicios?**

No me gusta generalizar, pero creo que una conquista que hemos conseguido, sobre todo a partir de la situación de falta de educación afectivo sexual que tenemos en nuestro país, es la libertad para ser agente de tu propia sexualidad. Es posible que me sienta más libre con 50 o 60 años que cuando tenía 25, porque a los 25 tenemos que demostrar muchas cosas: que somos femeninas, que somos estupendas, que somos hiperheterosexuales... Y llega un momento en el que tienes que demostrar menos, eres más mayor, la vida pasa más de ti, y tú también pasas más de cosas de la vida, por lo que puedes ser más libre.

**¿Crees que la visibilidad lésbica ha ayudado a las mujeres heterosexuales en su liberación sexual?**

Sí. De hecho, es gracioso porque en las encuestas han salido muchas veces

respuestas de mujeres que se definen como “heterosexual, por ahora”. O cuando preguntas sobre si te parece que una nueva

pareja animaría tu vida sexual, las que dicen que sí, al preguntarles si esa nueva pareja prefieren que sea un hombre o una mujer, bastantes mujeres heterosexuales dicen que prefieren que sea una mujer. Es decir, creo que la mayor visibilidad lésbica, las leyes a favor del matrimonio homosexual y la normalización contribuyen a la libertad. Hay mujeres que en un momento determinado no se niegan a esto, están abiertas, aunque también hay muchas que dicen que estarían abiertas pero no darían un paso ni

para conseguir una pareja sexual hombre ni mujer. Hay veces que simplemente están abiertas a lo que surja.

**“Nuestro deseo está en el contexto, en el respeto. También puede estar en un ‘aquí te pillo, aquí te mato’, que de vez en cuando sienta bien a todo el mundo”**





### **En tu investigación también hay un grupo de mujeres que ya niega el deseo.**

Sí, y esto también es libertad. Hay mujeres que con 70 años siguen deseando encontrar una pareja y tener una relación en la que haya piel y pasión, y hay otras mujeres que con 50 años dicen que hasta aquí han llegado y que la energía que les supone poner en marcha todo esto prefieren enfocarla en otra cosa.

### **Y cuando no se tiene pareja sexual y apetece tenerla, ¿cómo se plantean la búsqueda?**

Creo que, en esto, internet ha ayudado mucho. Muchas de las mujeres de mi investigación han hecho incursiones en internet y han encontrado amigos o amigas, relaciones. Esto es un tema importante. Además, internet permite privacidad. No te expones en lo público, al menos inicialmente.

### **Hablas también de los conceptos ‘viejecita sexy’ o ‘mujer puma’.**

### **Recuerdan al de MILF –madre que me follaría–. ¿Por qué esta manía de señalar a la mujer activa sexualmente según su momento reproductivo?**

Me sorprende que se destaque. De toda la vida los hombres lo han hecho y nadie les ha llamado ‘leones’ o ‘tigres’. Por ejemplo, se ha hablado mucho de la mujer de [Emmanuel] Macron, que es 20 años mayor que él, pero no de la de [Donald] Trump, que es 20 años más joven. Al usar términos como ‘puma’ de alguna manera se intenta estigmatizar, limitar, en plan “¿qué pasa, que ahora las tías van a ir a la caza?, ¿ya no van a ser las virgencitas que están en casa esperándome a mí?”. Ellos siempre han ido de caza, pero las mujeres no.

### **También aborras cómo influye en la vida sexual de las personas mayores vivir en una residencia o con los hijos, cómo este cambio lleva a una infantilización.**

Sí, realmente hay un momento drámático en la vida en cuanto a las posibilidades sexuales de las mujeres, y es cuando dejan de vivir por su cuenta. Cuando vas a vivir a casa de tus hijos, que suelen ser muy puritanos y ven mal que sus madres y padres tengan líos de cama, despídete de llevar a casa a un hombre o a una mujer. En las residencias también es como si volvieras a la guardería. No se plantea como un hotel en el que pones un cartelito en la puerta de “no molestar”. No hay cerrojo en la puerta, entran cuando les da la gana, tienes que compartir habitación... No hay respeto a la intimidad de una persona que puede tener deseos de tener una relación. En nombre del amor se hacen auténticas barbaridades. Se controla el dinero, la vida afectiva, sexual, social. Dejas de poder decidir y poder tomar decisiones por tu cuenta para que tus hijos e hijas las tomen con la dirección del centro.

**“Hay un momento dramático en la vida en cuanto a las posibilidades sexuales de las mujeres, y es cuando dejan de vivir por su cuenta”**

### **Cada vez hay más experiencias de residencias autogestionadas en las que el control y vigilancia desaparece o se disminuye.**

Conozco estas experiencias y sé que hay algunas residencias también en Estados Unidos en las que no solo se permiten, sino que se estimulan las relaciones sexuales, corporales y afectivas. Poco a poco, habrá mayor reflexión y más sensibilidad y respeto con la dignidad de las personas mayores.

### **También señalas que, en muchos casos, en la sexualidad también influye el miedo a cargar con las taeas de cuidados.**

Creo que una parte de los hombres, sobre todo los mayores de hoy –quizás los del futuro sean diferentes, pero tampoco estoy segura–, buscan intencencia o compañía. Las mujeres también quieren compañía, pero lo tienen claro. Es curioso porque, en esta investigación, las que quieren más sexo

esporádico son las más mayores, las de más de 70 años. Prefieren una relación sexual que no implique vínculos como compartir vivienda, no tienen ganas de cargar con nadie. Luego, muchas mujeres afirman que les gustaría tener una relación, pero no con cualquiera. Ya saben lo que da de sí una relación heterosexual y están poco dispuestas a volver a pasar por determinadas cosas.

### **Desear también es sentirte deseada. ¿Hasta qué punto influyen el propio cuerpo y el imaginario estético de la sociedad?**

Desde que eres pequeña quieres querer y que te quieran, desear y que te deseen. Gustar gusta a todas las edades. Uno de los problemas con los que nos encontramos de cara a la sexualidad es el tema de la imagen corporal. En qué medida yo tengo un cuerpo que no es el que tenía hace 30 años, lo acepto y me reconcilio con él o tengo tanto problemas de imagen corporal que no quiero que me vean desnuda. El tema del cuerpo es muy importante a todas las edades. A los 8 años, las niñas ya sufren por su cuerpo, pero, cuando te vas haciendo mayor, el cuerpo tiene sus propias leyes. En algunos casos hay sentimiento de ira o vergüenza y dificultad para aceptarlo. Pero también depende mucho de la pareja que tienes, porque si está por tus huesos, sientes que gustas. Claro, los modelos estéticos son muy restrictivos, están basados en chicas jóvenes hiperdelgadas y tal. Si eres mayor no puedes ser joven, y mantenerte delgada con la edad es difícil porque no hemos sido educadas para tener un cuerpo atlético sino estético. Y un cuerpo estético es estático.

### **En tu estudio, alrededor de la mitad de las encuestadas afirman estar satisfechas con su vida sexual. Son cifras que pueden que no sean tan distintas a las que se den en mujeres de otras edades.**

Es que las mujeres somos muy condescendientes, hacemos sexo complaciente. Nos lo montamos muy mal, pero desde pequeñas. Las adolescentes practican sexo sin querer para que el otro no la abandone, empezamos mal desde los 14 años. Hasta que llegas a lo que nombro como tener agencia, tener capacidad para ser agente de tu propia sexualidad, para decir sí o no, o así sí y así no, conocer tu cuerpo y tu deseo... Todo esto es una asignatura que se aprende con el tiempo y si tienes suerte. Depende de las parejas que hayas tenido, y en eso nuestros queridos compañeros masculinos dejan bastante que desear, los jóvenes y los mayores. Y con más delito en el caso de los jóvenes, que, en teoría, no han vivido la educación franquista. Por desgracia, no hay tanta diferencia como debería. ●