

La sexualité de la personne âgée

Elderly people's sexuality

S. Meuris

Laboratoire d'Hormonologie expérimentale, Faculté de Médecine, U.L.B.

RESUME

Dans un contexte de vieillissement de la population humaine, phénomène d'apparition récente, la question de la sexualité de la personne âgée reste sans réponses précises et évidentes. La sexualité des personnes âgées n'est pourtant que la continuation de la sexualité de l'adulte. Toutefois, elle est partiellement, voire totalement suivant le sexe, dissociée de la notion de reproduction. En partie pour cette raison fonctionnelle, la société estime que les personnes âgées n'ont pas de désir sexuel, qu'elles ne sont pas physiquement attirantes, donc pas désirables, et que, si elles en ressentent le besoin, elles en seraient physiologiquement incapables. Pourtant la sexualité est partie intégrante de la qualité de vie, de l'épanouissement et sans doute de la santé de la personne, quel que soit son âge. Il est donc important d'aborder ce sujet avec une vision physiologique, biologique, et de faire ainsi la part entre sexualité et retentissement des altérations liées au processus de vieillissement qui ne sont pas automatiquement liées à l'augmentation de la longévité. Il est de la responsabilité du personnel soignant en contact avec les personnes âgées de pouvoir les aider à mieux comprendre et assumer leurs désirs dans un cadre de normalité qui combatte l'actuelle répression de la sexualité des aînés.

Rev Med Brux 2007 ; 28 : 356-8

ABSTRACT

In a context of ageing human population, the question of the elderly people's sexuality, a recent phenomenon, remains without precise and obvious answer. Still, the sexuality of the older person must be viewed as the continuation of the adult's sexuality. However, it is partially or completely, depending on gender, dissociated from the concept of reproduction. Partly for this functional reason, the society estimates that the elderly person cannot feel sexual desire, are not physically attractive, therefore not desirable. Even if they felt sexual need, they would be physiologically unable. Sexuality is an integral part of the quality of life, well-being, and undoubtedly of the person's health whatever their age. It is thus important to deal with this matter from a physiological and biological point of view. Sexuality and deteriorations related to the process of ageing have to be taken into consideration. These deteriorations are not automatically linked to the increase in longevity. It is in the responsibility of health workers, professionally in charge of the elderly people, to help them better understand their desires which lies in a framework of normality. A greater knowledge of their sexuality will fight the current repression of the sexuality of the elder ones.

Rev Med Brux 2007 ; 28 : 356-8

Key words : ageing, sexuality, menopause, libido

Parler de la sexualité de la personne âgée évoque immédiatement des images honteuses, voire perverses, de sexualité entre vieillards ou entre vieillards libidineux et jeunes victimes. Mais qui sont ces aînés dont il est si difficile d'imaginer la sexualité ?

Dans le monde industrialisé, voire dans le monde entier, les gens vivent beaucoup plus longtemps qu'avant. Chaque année, l'espérance de vie est allongée de quelques mois, de manière telle que, en

un siècle, l'espérance de vie à la naissance a plus que doublé. Ce phénomène d'allongement de la vie aboutit au paradoxe que les vieux rajeunissent ou que les adultes deviennent vieux de plus en plus tard.

Evidemment, sur le plan théorique, l'âge ne peut automatiquement évacuer la vie sexuelle. Mais que sait-on de l'évolution de la vie sexuelle au cours de la vie ? Le nombre de publications dont le sujet est consacré à la sexualité chez l'adolescent ou chez l'adulte est dix fois supérieur à celui des publications

consacrées à la sexualité des personnes âgées. Cette disproportion tient en partie à des croyances ou à des blocages.

En effet, un certain nombre de croyances véhiculent le fait que la vieillesse est déséxuée, ce qui sous-entend qu'elle est l'étape ultime apparaissant après l'âge adulte et qu'elle n'a que peu d'intérêt. Cette déséxuation de la personne âgée est associée à de nombreuses croyances populaires largement véhiculées par les médias. Parmi celles-ci, on retrouve que les personnes âgées n'ont pas de désir sexuel. Qu'elles ne pourraient pas faire l'amour même si elles le voulaient. En effet, elles sont physiquement fragiles et le sexe peut entraîner de la douleur. En outre, elles ne sont pas attirantes et sont donc considérées comme non-désirables. Bref, cette notion d'abstinence déclarée crée la différence entre le monde des adultes et celui des vieux.

A partir du moment où l'éveil de la sexualité se réalise à la sortie de l'enfance, donc à l'entrée de l'âge adulte, il est difficile, voire impossible, d'imaginer ses parents avoir des rapports sexuels. Ce blocage résulte d'un mélange de l'inné, qui dans le monde animal assure un brassage génétique propice à l'évolution des espèces, et des acquis éducationnels réprimant, depuis tout petit, l'attractivité sexuelle entre générations. Ce blocage, lié au fantasme œdipien, est généré par le fait que la sexualité des personnes âgées est assimilée à celle des parents sur laquelle plane un interdit culturel majeur.

La notion de l'âge de la vieillesse est très relative et de ce fait génératrice d'une certaine confusion. A la question de la limite d'âge à partir de laquelle les gens estiment qu'ils seront vieux, les personnes interrogées ajoutent approximativement 20 ans à leur propre âge. Cet intervalle de temps correspond à l'intervalle intergénéral moyen qui sépare un individu de ses parents. Cette réponse suggère l'existence inconsciente d'une stratification chronologique de la société associée à des rôles sexuels définis en fonction de l'âge.

La société continue à assimiler sexualité et reproduction, voire à les confondre, aidée en cela par des prescrits religieux tenaces. L'idée que la fonction sexuelle ne sert qu'à la procréation, donc réservée aux personnes jeunes physiquement attractives, est largement répandue dans nos sociétés et fait le bonheur des marchands de jeunesse... S'il en était ainsi, la femme ménopausée, qui ne peut plus procréer, n'accorderait plus aucune importance à la sexualité. On peut d'ailleurs se demander si la notion d'andropause, phénomène sans fondements biologique ou physiologique particuliers, n'a pas été inventée pour exclure également les hommes âgés du couple sexualité-reproduction.

Le refus de la sexualité gériatrique semble donc faire plus partie d'un stéréotype culturel voulant que les gens âgés soient perçus comme laids, impuissants, malheureux et impotents que d'une approche scientifique.

C'est à Masters et Johnson¹ que l'on doit les études les plus détaillées sur les aspects physiologiques de la sexualité humaine. Leurs travaux ont montré que les réactions sexuelles des personnes âgées étaient très similaires à celles des jeunes gens et que, en aucun cas, le vieillissement ne signifie la fin de l'activité sexuelle. En ce qui concerne la femme, Masters et Johnson affirment que " la sexualité féminine ne connaît pas de limite d'âge ". Pour ce qui est de l'homme, ils en concluent que, placé dans des conditions physiques et émotives propices, celui-ci conserve sa capacité sexuelle jusqu'à quatre-vingts ans et même au-delà. Dans l'ensemble, la fréquence des rapports sexuels diminue graduellement avec l'âge : le pourcentage des sujets de 60 à 71 ans qui ont encore des rapports sexuels varie de 40 à 65 %, contre 10 à 20 % chez ceux de 78 ans et plus.

Dans la plupart des enquêtes, hommes et femmes s'entendent pour dire que l'interruption des rapports sexuels est imputable au partenaire masculin. Le vieillissement affecte davantage la vie sexuelle de l'homme que celle de la femme.

Masters et Johnson ont observé, chez les femmes âgées, un fléchissement des réactions physiques au cours des rapports sexuels : diminution du rougissement sexuel, diminution de la coloration et réduction de l'épaississement des petites lèvres avant l'orgasme. Cependant, le clitoris des femmes âgées demeure très sensible bien que la lubrification vaginale se fasse plus lentement que chez les sujets plus jeunes. Les femmes âgées sont donc en pleine possession de leurs capacités sexuelles et capables d'atteindre l'orgasme et il n'existe aucune raison physiologique susceptible d'empêcher les femmes âgées de poursuivre leur activité sexuelle au même rythme qu'avant la ménopause, en supposant évidemment que leur fonction sexuelle ne soit pas altérée par l'effet des médicaments ou par des conditions débilantes.

Ils ont également observé que les hommes âgés prennent deux à trois fois plus de temps que les jeunes pour obtenir une érection et qu'ils la maintiennent plus longtemps sans éjaculation. La force d'éjaculation diminue en vieillissant, et le délai nécessaire à l'obtention d'une deuxième éjaculation après l'orgasme est plus long chez les hommes âgés. Certains éprouvent aussi une diminution des sensations orgasmiques lors de l'éjaculation. Comme chez la femme, l'effet de médicaments et l'état de santé général peuvent évidemment altérer la fonction sexuelle.

Quelle que fut la réponse de Romain Gary² à son interrogation sur la validité du ticket, le plaisir sexuel reste toujours présent et peut être maintenu pendant très longtemps. Chez la femme, son apparition est complètement dissociée de l'émission de l'ovocyte. Cette indépendance confirme l'absence de relation entre sexualité et reproduction. Par contre, chez l'homme, l'orgasme est systématiquement associé à l'éjaculation, ce qui rend l'érection symboliquement indispensable et justifie le développement d'une

médecine de l'érection.

Les travaux de Masters et Johnson ont donc montré que la vie sexuelle est possible à tout âge à condition d'en avoir envie et de se libérer de la tyrannie des stéréotypes et de la performance. Leurs travaux ont été réalisés il y a plus de quarante ans, mais leurs conclusions n'ont malheureusement pas encore été intégrées dans le public ni même dans les attitudes que les professionnels de la santé ont vis-à-vis de la sexualité des personnes âgées.

Si les changements physiques et psychologiques liés à l'âge ne doivent pas être niés, ils n'entraînent aucun obstacle majeur à une activité sexuelle adaptée. L'adaptation aux impératifs de l'âge nécessite à la fois acceptation et inventivité. Les modifications liées à l'âge peuvent être l'occasion d'enrichir sa vie affective et sensuelle en dépassant les habitudes et en laissant libre cours à l'inépuisable richesse de son imagination.

BIBLIOGRAPHIE

1. Masters WH, Johnson VE : Human Sexual Reponse. London, Little Brown, 1966
2. Gary R : Au-delà de cette limite, votre ticket n'est plus valable. Paris, Gallimard, 1975

3. Knobil E, Neill JD, eds : The Physiology of Reproduction, 2nd edition. New York, Raven Press, 1994
4. Knobil E, Neill JD, Adashi EY, eds : Encyclopedia of Reproduction. New York, Academic Press Inc, 1998
5. Speroff L, Fritz M, eds : Clinical gynecologic endocrinology and infertility, 7th edition. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins, 2004
6. Helgason AR, Adolfsson J, Dickman P *et al.* : Sexual desire, erection, orgasm and ejaculatory functions and their importance to elderly Swedish men : a population-based study. Age Ageing 1996 ; 25 : 285-91

Correspondance et tirés à part :

S. MEURIS
Laboratoire d'Hormonologie expérimentale
Faculté de Médecine, U.L.B.
Route de Lennik 808
1070 Bruxelles

Travail reçu le 24 juillet 2007 ; accepté dans sa version définitive le 6 août 2007.