



## Amour, toujours ?

**Ma question va peut-être vous paraître saugrenue. Je me demande jusqu'à quel âge, un couple peut avoir des relations sexuelles ?**

*M<sup>me</sup> J. St.*

Chère Madame,

A une question « saugrenue », une réponse « piquante » : cela dépend de l'activité sexuelle que le couple a eue ! Cette question, que nombreux sont ceux qui se la posent tout bas, nous renvoie davantage, qu'à une question d'âge, à la sexualité vécue auparavant... car un couple qui a été très actif aura tendance à le rester, et inversement !

Une étude de 1980 (Bretschneider et McCoy) portant sur la sexualité d'une population d'âge

moyen de 86 ans indiquait que 63% des hommes et 30% des femmes avaient des relations sexuelles. Quant à la masturbation, elle faisait partie des pratiques de 72% des hommes et 40% des femmes.

Quels paramètres jouent en faveur d'une continuation de l'activité sexuelle ? L'âge du (de la) partenaire, la présence d'un(e) partenaire fixe ou non sont les facteurs les plus flagrants. Votre question, Madame, évoque un couple : sa stabilité jouera, comme vous le voyez, un rôle important.

Un mot sur les couples et la fréquence de leurs rapports : étonnamment, nous savons, grâce aux études, qu'il y a peu de lien entre entente mutuelle et activité sexuelle. Ce qui voudrait dire que même un couple peu satisfait de sa vie conjugale n'aura pas forcément moins de relations sexuelles. Néanmoins, nuancions ces propos ; il arrive que des personnes, pour diverses raisons, aient des rapports sans vraiment le désirer. Il faut effectivement, dans un couple qui arrive à un certain âge, une bonne compréhension de l'autre et des évolutions différentes sur le plan physique, pour continuer à bien s'accorder. Il faut prendre en compte la santé physique et mentale de chacun, y compris les effets secondaires de certains médicaments.

Il faudra également que les deux partenaires soient sensibles aux questions que se pose l'autre. Si l'homme, par exemple, s'inquiète de sa « puissance » (sa propre évaluation du plaisir qu'il peut donner à sa partenaire) et de sa capacité à rester jeune, la femme aura sans doute davantage de questions portant sur

son pouvoir de séduction et sa féminité en dehors de la maternité (désinvestit-elle son corps après la ménopause ?). Une interrogation commune aux deux portera peut-être sur la force de leur désir, ressenti de manière moins impérieuse avec les années qui passent.

Certaines « embûches » sont certes à surmonter : une érection moins rapide et moins « florissante », des parois du vagin plus fines et plus à risques face aux irritations et cystites (nécessitant donc une lubrification artificielle)... En voyant ces phénomènes comme une partie du processus normal et non pas un signe de « perte de sexualité », le plaisir partagé sera au rendez-vous indépendamment de l'âge !

**Laurence Dispaux**  
psychologue et sexologue

### Pour vos questions :

*Génération*  
Case postale 2633  
1002 Lausanne  
e-mail :  
ldispaux@hotmail.com