

DESDE EL ARCOÍRIS BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SOPORTE SOCIAL PERCIBIDO EN PERSONAS LGBTQ PERUANAS ACTIVISTAS Y NO ACTIVISTAS





DESDE EL ARCOÍRIS
BIENESTAR PSICOLÓGICO
Y SOPORTE SOCIAL PERCIBIDO
EN PERSONAS LGBTQ PERUANAS
ACTIVISTAS Y NO ACTIVISTAS



DESDE EL ARCOÍRIS: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SOPORTE SOCIAL PERCIBIDO EN PERSONAS LGBTQ PERUANAS ACTIVISTAS Y NO ACTIVISTAS

Editado por:

© Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos (PROMSEX).

Av. José Pardo 601, oficina 603-604, Miraflores, Lima, Perú.

Teléfono: (51)(1) 447 8668

www.promsex.org

[f/promsex](https://www.facebook.com/promsex)

[t/promsex](https://www.tiktok.com/@promsex)

[ig/promsexcomunica](https://www.instagram.com/promsexcomunica)

Autores: Noelia Rodríguez-Espartal, Ana Prado Manrique, Priscilla Pecho-Ricaldi, Mili Palacios Romero, Carla Navarro Astupiña, Jorge Borja Chávez y Carolina Godoy Hurtado.

Coordinación de la publicación: Alexandra Velasque

Supervisión metodológica: Aaron Puescas y Rosina Guerrero

Supervisión de contenidos: Aaron Puescas y Rosina Guerrero

Supervisión comunicacional: Jorge Apolaya y Aracely Villasante

Corrección de estilo y cuidado de edición: Renzo Zegarra Torres

Diseño y diagramación: Armo's & Company

Fotos: Shutterstock y Archivo Promsex

1a. edición – Noviembre, 2022

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°: 202211786



Este documento se publica bajo los términos y condiciones de la licencia Creative Commons - Atribución - No comercial - Sin Derivar 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA)

Este documento ha contado con el financiamiento de la Unión Europea en el marco del proyecto regional "Adelante con la Diversidad Sexual II: Fuerzas sociales, políticas y jurídicas para la protección efectiva de los derechos humanos del colectivo LGBTI y sus defensores en la Región Andina" coordinado por HIVOS, y ejecutado por Adesproc Libertad, Colombia Diversa, Sendas y Promsex, quienes asumen la responsabilidad exclusiva por el contenido vertido en el informe que no necesariamente refleja los puntos de vista de la Unión Europea.

Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos -Promsex. Desde el Arcoíris: Bienestar psicológico y soporte social percibido en personas LGBTQ peruanas activistas y no activistas 1a. ed. Lima, Perú. Promsex 2022

ÍNDICE

Introducción	5
▶ Violencia hacia la comunidad LGBTQ+ en el contexto de pandemia en Latinoamérica	6
▶ Violencia hacia la comunidad LGBTQ+ en el contexto de pandemia en el Perú	7
▶ Importancia de estudiar la salud mental de las personas LGBTQ+ en el Perú	9
▶ Bienestar psicológico	12
▶ Soporte social percibido	14
▶ Objetivos	15
Método	16
▶ Participantes	17
▶ Técnicas de recolección de información	25
▶ Procedimiento	25
▶ Análisis de información	26
Resultados y discusión	27
▶ Bienestar psicológico	28
▶ Soporte social percibido	45
Conclusiones, aportes y limitaciones	56
Referencias	59

AGRADECIMIENTOS

Como equipo de investigación, queremos agradecer a las, los y les participantes LGBTQ de todo el Perú que, con sus testimonios sinceros, desinteresados y valiosos, nos permitieron hacer realidad este proyecto. Agradecemos el tiempo, las ganas y el interés brindados. Atesoramos nuestras conversaciones y esperamos que sus sentires se reflejen en este documento para poder lograr la visibilización y la justicia tan necesaria para todas, todos y todes en el Perú.

También agradecemos a todas las organizaciones aliadas que nos apoyaron con la difusión de este proyecto. Su ayuda fue de gran importancia para nuestra investigación.

Finalmente, agradecemos también a HIVOS, a Promsex y a la Unión Europea por el financiamiento brindado en el marco del proyecto «Adelante con la diversidad II: Fuerzas sociales, políticas y jurídicas para la protección efectivos de los derechos del colectivo LGBTI y sus defensores en la Región Andina».

Esperamos que este trabajo aporte en nuestra lucha común hacia la igualdad.



INTRODUCCIÓN

► **Violencia hacia la comunidad LGBTIQ+¹ en el contexto de pandemia en Latinoamérica**

La emergencia sanitaria ocasionada por la COVID-19 ocasionó que la mayoría de los Estados a nivel mundial concentraran sus esfuerzos en combatir la propagación del virus. Estas medidas tuvieron como una de sus consecuencias el abandono de aquellos servicios de salud ligados a la salud mental, y la sexual y reproductiva (Amnistía Internacional [AI], 2021).

En el caso particular de Latinoamérica, lo sucedido durante la pandemia también nos lleva a reflexionar sobre la visibilización de aquellas violencias naturalizadas y actos de discriminación que representan una vulneración de derechos humanos hacia grupos socialmente excluidos, como es el caso de las personas LGBTIQ+ (Ernst, 2020). Sumado a esto, AI (2021) reportó aproximadamente 287 casos de homicidios hacia personas trans y de género diverso durante el primer año de la pandemia por la COVID-19, siendo Brasil el país que tuvo mayor cantidad de asesinatos. Es importante señalar que muchas de estas personas se encontraban ya en situación de precariedad antes de la pandemia al no ser reconocidas como ciudadanas por los diversos Estados. Es así como, en el informe publicado por Sin Violencia LGBTI (2019), se señala que, en los 5 años anteriores al estudio, más de 1 300 personas LGBTIQ+ perdieron la vida de manera violenta en 9 países de América Latina y el Caribe. Estas cifras equivalen a, por lo menos, una persona LGBTIQ+ asesinada diariamente en la región; siendo en la mayoría de los casos, adultas jóvenes entre los 18 y 25 años (Sin Violencia LGBTI, 2019).

Frente a este panorama, debe resaltarse que el avance en el reconocimiento de los derechos de las personas LGBTIQ+ ha sido desigual en Latinoamérica (Bazán y Zamora, 2021); lo cual resulta preocupante, puesto que existen normativas internacionales que exigen a todos los Estados garantizar que se puedan realizar procedimientos para que los documentos de identidad reflejen la identidad de género con la que una persona se percibe (Principios Yogyakarta, 2007).

Sumado a lo anterior, los diferentes gobiernos no definen líneas de acción claras y efectivas para prevenir, investigar y sancionar adecuadamente la violencia contra las personas LGBTIQ+. Esto refleja que existe una falta de voluntad de los Estados para articular su respuesta institucional ante los distintos tipos de violencia contra la comunidad mencionada (Comisión Interamericana de Derechos Humanos [CIDH], 2015).

1 Nota de las autoras: Para la parte introductoria y de métodos de esta investigación, se ha uniformizado la utilización de las siglas LGBTIQ+ para referirnos a las personas lesbianas, gays, bisexuales, trans (transexual, transgénero y travesti) en todos los casos que las menciones no provengan de fuentes externas.

▶ **Violencia hacia la comunidad LGBTQI+ en el contexto de pandemia en Perú**

En el plano nacional, la población LGBTQI+ sigue luchando por lograr que sus derechos sean reconocidos. Al estar expuesta a un ejercicio de violencia basado en prejuicios e imaginarios sobre la diversidad, es necesario abordar su situación en el Perú pandémico desde un enfoque de derechos.

Al respecto, la CIDH (2015) comprende que los actos de violencia contra las personas LGBTQI+, conocidos como crímenes de odio, acciones homofóbicas o transfóbicas, se analizan mejor teniendo como base el concepto de violencia por prejuicio contra las orientaciones sexuales y las identidades de género no normativas. De la misma manera, considera que estas expresiones tienen un impacto simbólico y envían un mensaje de terror a la comunidad LGBTQI+ (CIDH, 2015).

En este sentido, se reporta una ausencia de reconocimiento de derechos por parte del Estado peruano a la población LGBTQI+ en el Perú, tales como: la ausencia de una ley de identidad de género, el binarismo fuertemente interiorizado, la no existencia del matrimonio igualitario, la escasa o nula protección frente a crímenes de odio, entre otros; los cuales ponen a las personas LGBTQI+ en una situación de constante vulnerabilidad.

No fue hasta julio de 2020, durante la crisis sanitaria, que el 3er Juzgado Constitucional Transitorio de la Corte Superior de Lima emitió una sentencia en la cual ordena que la ReniecEC (Registro Nacional de Identificación y Estado Civil) debe permitir el cambio de nombres, sexo e imagen a las personas trans e intersex (Irribarren, 2020). Con esta declaración se reconoce la existencia de una vulneración masiva a los derechos de las personas trans e intersex, ya que no existen, en las instituciones demandadas, un procedimiento administrativo válido y coherente con el respeto de la identidad. Situación que sí viene desarrollándose en otros países de la región latinoamericana (Irribarren, 2020).

En cuanto a la violencia basada en género, el 62.7 % de personas peruanas de la diversidad sexo-genérica afirman que han sufrido algún acto de violencia o discriminación (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2018), lo cual se agravó con el contexto de pandemia (Bazo, 2020). Lo cual también, se evidencia en el Informe Anual sobre la Situación de Derechos Humanos de las personas LGBTI en el Perú (Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos [Promsex], 2021), donde se indicaron 5 feminicidios a mujeres trans y el 33 % de personas LGBTI reportó haberse sentido discriminada durante el año 2020. Asimismo, el Programa AURORA del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP, 2020) señaló que se atendió a un total de 52 personas LGBTI que fueron violentadas de distintas formas entre los meses de enero a noviembre de 2020.

Frente a los hechos mencionados, la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) hizo un llamado a los Estados a garantizar los derechos de igualdad y no-discriminación de las personas LGBTIQ+, en las medidas de atención y contención adoptadas. Asimismo, llamó los Estados a emitir pronunciamientos públicos de categórico rechazo a cualquier acto de discriminación basado en orientación sexual, identidad o expresión de género de las fuerzas de seguridad en sus intervenciones a civiles (CIDH, 2020).

En cuanto a los servicios de salud durante la pandemia, se evidenció la existencia de brechas estructurales en la atención médica de las diversidades sexo-genéricas en el servicio de salud integral, lo que repercutió fuertemente en las personas LGBTIQ+ (Agencia Presentes, 2020; Ezerskii, 2021). En esta línea, aparece la II Encuesta Nacional de Derechos Humanos elaborada por IPSOS (2020) para el Ministerio de Justicia y Derechos Humanos [MINJUS], la cual se orientó a identificar aquellos grupos percibidos como más vulnerables de sufrir discriminación. Asimismo, la encuesta buscó medir el grado en que la población peruana presenta estereotipos negativos y prejuicios hacia cada uno de estos grupos. En primera instancia, la población LGBT es percibida como el grupo vulnerable que sufre mayor discriminación en el Perú (71%), lo cual es particularmente alto entre las personas entrevistadas de Lima (75%) (IPSOS, 2020). Ello se condice con el hecho de que el 38% de la población no estaría dispuesta a contratar a una persona trans (transgénero, transexual o travesti); siendo el tercer grupo vulnerable con el mayor rechazo, por detrás de personas extranjeras (40%) y privadas de su libertad (42%). Cabe señalar que este porcentaje es mayor al de aquellas que no contratarían a personas homosexuales (30%), la cual también es una cifra preocupante.

Por otro lado, se identificó que las personas LGBT eran la tercera población más vulnerable para discriminar por la alta prevalencia de estereotipos negativos y prejuicios hacia esta comunidad (IPSOS, 2020). En particular, se identificó que los hombres mayores de 40 años y pertenecientes a NSE bajos eran aquellos entrevistados con mayores actitudes negativas hacia la población LGBT y, por ende, aquellos que tenían mayor probabilidad de discriminarla. Frente a la vulnerabilidad de la comunidad LGBTIQ+ en las diversas regiones del Perú, surgieron iniciativas colectivas no solo para protegerse de la violencia, sino también para promover el reconocimiento de sus derechos a través del activismo (Mañuico, 2018).

En adición a lo anterior, algunas organizaciones tienen como propósito brindar apoyo comunitario a miembros de la comunidad LGBTIQ+ que se encuentran en situación de desamparo. La mayor vulnerabilidad de esta población a sufrir violencia por parte de sus familias hace evidente la necesidad de protección y aceptación, la cual puede ser satisfecha por una organización de personas con la misma identidad sexo-genérica. Precisamente, estas demandas por encontrar y conocer pares y/o tejer redes de apoyo y sostenimiento son priorizadas transversalmente por las organizaciones LGBTIQ+, quienes enfocan sus acciones en construir espacios seguros de socialización y encuentro, fortaleciendo los vínculos y el sentido de comunidad entre sus participantes (Mañuico, 2018). Es gracias a estas acciones que las organizaciones LGBTIQ+ permitieron también la subsistencia de los grupos más vulnerables ante la creciente situación de precariedad generada por la pandemia de COVID-19 (García-Rabines y Bencich, 2021).

Importancia de estudiar la salud mental de las personas LGBTQI+ en Perú

Por todo lo mencionado con anterioridad, se puede comprobar que el derecho a la salud mental para la comunidad LGBTQI+ se ha visto comprometido por las distintas situaciones de violencia y discriminación a las que son expuestas. Las repercusiones de estos casos se observan en las cifras reportadas por la primera Encuesta virtual para personas LGBTI, realizada por el INEI (2018), en la cual el 54 % de las personas encuestadas reportaron problemas en su salud mental, evidenciando también a la ansiedad y la depresión como las principales problemáticas detectadas.

Estos datos fueron respaldados en la única investigación sobre Salud Mental LGBTQI+ de Más Igualdad (2021) en el Perú. Este estudio encontró que el 83 % de las personas LGBTQI+ en el Perú indicó haber sufrido alguna vez algún tipo de violencia, ya sea en la familia, la escuela y/o algún centro de estudio superior; teniendo a la violencia psicológica como el tipo de agresión más frecuente (68.4 %). Asimismo, las situaciones de violencia y discriminación experimentadas derivaron en problemáticas más frecuentes como la ansiedad (60 %), la baja autoestima e inseguridad (60 %), la depresión (58%), el trastorno bipolar (22 %), el trastorno de estrés postraumático (15.5%), el trastorno límite de personalidad (12.1 %) y el consumo/abuso de sustancias psicoactivas (10 %).

Dentro de las principales causas de estas problemáticas en la salud mental se destacan los entornos homofóbicos y la asimilación de estos discursos (Más Igualdad, 2021). Además, existe evidencia de que aquellos contenidos violentos y discriminatorios, repercuten en la construcción de la identidad de las personas LGBTQI+ (Mohr y Kendra, 2011). Esto se pudo evidenciar en un estudio con población LGB peruana (Borja, 2021), el cual exploró la violencia intragrupal a través de representaciones relacionadas a la homofobia internalizada y las concepciones machistas y misóginas.

A pesar de que, acorde con la investigación de Más Igualdad (2021), el 51.4 % de personas LGBTQI+ reportaron atenderse en clínicas o consultorios privados y el 89.2 % por profesionales de la salud mental, se puede observar la presencia de prejuicios, discriminación y prácticas violentas de las llamadas *terapias de conversión* hacia las personas de la comunidad en los espacios de salud mental. Esta experiencia también se encuentra reportada en otros estudios que exploran la violencia hacia la comunidad LGBTQI+ en los servicios de salud del Perú (Instituto Internacional sobre Raza, Igualdad y Derechos Humanos, 2021; INEI, 2018; Mendoza, 2020; No tengo miedo, 2014).

En este sentido, la comunidad LGBTQI+ tiene una percepción generalizada respecto a las capacidades de las y los profesionales de la salud mental, pues consideran que no se encuentran capacitadas para atenderles y mencionando experiencias discriminatorias en su atención (Instituto Internacional sobre Raza, Igualdad y Derechos Humanos, 2021; Más Igualdad, 2020). En el informe de personas transmasculinas y no binarias, se indicó que las y los servidores de salud no se encuentran

sensibilizadas y desconocen sobre la comunidad trans, no binaria y diversidad sexual, expresando un discurso patologizante, biologicista y binario (Instituto Internacional sobre Raza, Igualdad y Derechos Humanos, 2021). Por su parte, las personas trans indicaron que la vulneración por parte del servicio de salud también se ha evidenciado en la negación de la atención médica; además de la discriminación, la patologización y las burlas (No tengo miedo, 2014).

De acuerdo con lo anterior, la presencia de prejuicios dentro del personal de salud mental y la ausencia de capacitaciones en diversidad de género y sexual brindan las condiciones necesarias para la aparición de las *terapias de conversión* (Más Igualdad, 2021); las cuales se definen como aquellas acciones que tienen como objetivo el lograr que una persona siga la cisheteronorma a nivel de expresión, identidad y orientación sexual. Estas prácticas tienen un fundamento discriminatorio por naturaleza, puesto que tienen en su base el no reconocimiento de la diversidad de género y sexual, así como una concepción nociva y patológica (Asamblea General de las Naciones Unidas [ONU], 2020; ILGA, 2015, como se citó en ILGA, 2020).

Según lo mencionado por el Relator Especial de las Naciones Unidas sobre la Tortura (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2019), *las terapias de conversión* pueden ser catalogadas como tortura y/o como un acto inhumano o degradante, puesto que estas no gozan de justificación médica, pueden ejercerse con falta de consentimiento libre e informado, y causar dolor y sufrimiento intenso basados en la discriminación. Los proveedores de estas *terapias* combinan diversos métodos e intervenciones religiosas con rituales tradicionales o consultas pseudomédicas o de salud mental, generando daño a nivel físico y psicológico por medio de prácticas como terapias de aversión (electroshock y aversión química), reacondicionamiento masturbatorio, hipnosis, internamiento en clínicas, métodos pseudopsicoterapéuticos (desnudez, terapia de contacto, etc.), exorcismos, consejería religiosa, entre otros (ILGA, 2020; ONU, 2020).

En el año 2012, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) declaró que las *terapias de conversión* carecían de justificación médica y vulneraban los derechos humanos y la salud de las personas LGBTIQ+ y, en 2016, la Asociación Mundial de Psiquiatría (WPA) determinó la invalidez científica para el *cambio* de la orientación sexual, no existe respaldo suficiente por parte de los Estados para regular esta praxis violenta (ONU, 2020). Sin embargo, en Latinoamérica y el Caribe, únicamente Brasil y Ecuador establecen normativas en contra de las *terapias de conversión*, mientras que en Chile existen posibilidades de avances según las declaraciones del Ministerio de Salud de este país, en las cuales se condenan las *terapias de conversión* (OutRight Action International, 2019).

En el Perú, el Colegio de Psicólogos no se ha pronunciado con claridad ante estas prácticas de tortura hacia la comunidad LGBTIQ+ (Muñoz, 2020). La institución ha permitido charlas sobre *desarrollo de la heterosexualidad*, una nueva forma de nombrar a las *terapias de conversión* hacia personas homosexuales, bisexuales y transgénero (Más Igualdad, 2018). A pesar de las disculpas públicas por la incorporación de este curso dentro de sus locales, las acciones y el sentido de la responsabilidad de fiscalizar estas pseudoterapias por parte del Colegio de Psicólogos y el Colegio Médico peruanos han sido nulas.

A pesar de las dificultades para regular, registrar y reportar los casos de *terapias de conversión* en el Perú, existen dos principales informes y un reportaje que visibilizan esta problemática desde el marco del derecho a la salud mental. El sometimiento a estas prácticas de tortura ha sido reportado en el Primer Informe de Personas Transmasculinas y No Binarias del Instituto Internacional sobre Raza, Igualdad y Derechos Humanos (2021), en la cual se destaca que fueron acciones promovidas por el entorno familiar ante el descubrimiento de su orientación sexual o identidad. En esta línea, el estudio de Más Igualdad (2021) encontró que el 40 % de participantes experimentó algún tipo de *terapia de conversión*, las cuales fueron realizadas principalmente por profesionales de la psicología y en instituciones de naturaleza religiosa. Este tipo de prácticas fueron visibilizadas mediante el reportaje efectuado por La República, en el cual se detalla la tortura generada por profesionales de la salud mental de centros evangélicos o cristianos en Lima y Arequipa, que han llevado al suicidio a algunas personas LGBTIQ+ (Goytizolo y Torres, 2019).

En línea con lo expuesto anteriormente, convertir la orientación sexual y/o la identidad de género de una persona para encajarla dentro del sistema binario y cisheteronormativo es una realidad particularmente conocida por la comunidad intersexual a nivel mundial. Si bien, en el caso peruano, no se cuenta con información estadística sobre cuántas personas intersexuales existen, ciertas noticias esporádicas dan cuenta de recién nacidos con ambigüedad sexual a nivel genital y de la preocupación de los padres y madres por asignarles un sexo y operarlos (Vasquez, 2019). La falta de reconocimiento de las personas intersexuales en la legislación peruana genera que el personal médico o los propios padres y madres de familia soliciten la realización de estas cirugías de reasignación sexual a sus hijos e hijas (Vasquez, 2019). La posterior no identificación con el sexo asignado por instancias médicas o el deseo imposibilitado de reconocerse como persona intersexual constituye una vulneración a la autonomía de la persona, que puede acarrear sentimientos de frustración, incertidumbre y depresión.



Bienestar psicológico

Como se ha evidenciado líneas arriba, la salud mental en la población LGBTQ+ tiende a ser una de las más afectadas por las sociedades heterocisnormativas (Promsex, 2021), por lo que resulta importante su exploración. De esta manera, la presente investigación abordará la salud mental en función de los constructos, bienestar psicológico y soporte social percibido. Para las personas LGBTQ+, estas variables pueden funcionar tanto de facilitadoras como de protectoras frente a la violencia que sufren y la forma en que la afrontan. Es por esta razón que esta aproximación resulta pertinente, pues aportaría en el reconocimiento y visibilización de sus derechos en el Perú, ofreciendo información relevante para el desarrollo de políticas públicas.

El bienestar psicológico tiene un enfoque ligado al desarrollo de capacidades de la persona (Ryan y Deci, 2001), siendo necesario para el funcionamiento psicológico positivo que permite llegar a un potencial en la vida (Ryff, 1989). Además, es un modelo cuya perspectiva multidimensional ha podido tener una visión más amplia sobre la experiencia del bienestar en la población LGBTQ+ (Rodríguez-Polo et al., 2017; Rosario-Hernández et al., 2009).

Ryff (1989) define este constructo estableciendo seis dimensiones:

- 1 ▶ **Autoaceptación**, la cual involucra el conocimiento y, en especial, la aceptación que se tiene sobre múltiples aspectos de una misma (Meléndez et al., 2009).
- 2 ▶ **Relaciones positivas**, la cual permite establecer y mantener relaciones estables y profundas (Díaz et al., 2006), y se relaciona con el hecho de contar con relaciones estrechas y cálidas con su entorno (Hervás, 2009). Mientras que mantener relaciones inadecuadas con otras personas conlleva a tener poca cercanía y dificultades para transmitir empatía y afecto hacia el resto (Ryff, 2014).
- 3 ▶ **Autonomía**, referida a que la persona pueda sostener para adaptarse en contextos sociales, viviendo de acuerdo con sus propias convicciones y comportándose bajo un locus de control interno (Díaz et al., 2006; Ryff y Keyes, 1995). Una adecuada autonomía involucra independencia y autodeterminación, así como resistencia a las presiones sociales y mantener acciones basadas en estándares personales.
- 4 ▶ **Dominio del entorno**, la cual se asocia a la capacidad de la persona para elegir o crear entornos que permitan la satisfacción de sus propias necesidades (Rodríguez-Polo et al., 2017); por lo que, un adecuado dominio del entorno se relaciona a la influencia sobre este (Meléndez et al., 2009).
- 5 ▶ **Propósito en la vida**, se caracteriza por tener una perspectiva existencial que remarca la importancia de tener objetivos y metas que otorguen un sentido (Ryff, 2019). Así, una persona con objetivos y un sentido para su vida tendrá un adecuado propósito; mientras que aquellas personas que presentan la sensación de estar sin rumbo y carentes de metas que otorguen sentido a su vida, van a reportar inadecuados niveles de bienestar (Hervás, 2009).
- 6 ▶ **Crecimiento personal**, se ajusta al continuo desarrollo de potencialidades (Rodríguez-Polo et al., 2017), en donde se percibe una sensación de desarrollo a lo largo del tiempo, tener apertura a los cambios y un mayor autoconocimiento (Ryff, 2019).

Se han reportado diversas investigaciones relacionadas con el bienestar psicológico de la comunidad LGBTQ+, aunque son escasas en el contexto peruano. En un estudio realizado entre estudiantes LGBT de Estados Unidos, se encontró que la apertura hacia la orientación sexual e identidad de género les ha permitido fomentar relaciones positivas y un mayor sentido de autonomía, lo cual ha sido favorable para su desarrollo (Kosciw et al., 2015). Por el contrario, en un estudio chileno con personas LGBT, se encontró que si es que la persona no percibe una adecuada red de apoyo social y considera su ambiente como excluyente, reportará menores puntajes en este constructo (Gómez Aguayo, 2017). Además, en un estudio peruano con trabajadores LGBT de organizaciones de producción y servicios, se reportaron niveles promedio de bienestar en función de autoaceptación, autonomía y dominio de su entorno en función de su identidad (Saavedra, 2020). Asimismo, para Mohr y Kendra (2011) aquellos contextos donde se pueda desarrollar una vida afectivo-sexual activa también serán un espacio donde puedan manifestarse mayores puntajes en las dimensiones planteadas (Mohr y Kendra, 2011).



► Soporte social percibido

En cuanto al abordaje del soporte social, se ha prestado especial atención a sus funciones, destacando tres:

- 1 ► **Soporte emocional**, engloba acciones como conversar y compartir sentimientos, pensamientos y experiencias personales, las cuales originan sentimientos de bienestar afectivo en la persona quien recibe el apoyo.
- 2 ► **Soporte material o instrumental**, que consiste en acciones para solucionar dificultades prácticas.
- 3 ► **Soporte Informacional**, a través de la cual la persona que ofrece el soporte brinda consejos e información que contribuyen a la adaptación a los cambios producidos por distintas situaciones (Semmer et al., 2008). Con ello, se enfoca en brindar beneficios tangibles a partir del acompañamiento y cuidado por quienes rodean a la persona (Sarason et al., 1983, como se citó en Baptista et al., 2012).

Se ha encontrado que, para las personas LGBTQ+, el contar con soporte emocional puede resultar un factor importante frente a experiencias de rechazo o de discriminación (Alencar et al., 2016). Además, según Puestas (2020), el encontrarse en espacios de activismo y con grupos sociales cohesionados repercute positivamente en las dimensiones del soporte social. Este tipo de soporte es importante para las personas de la diversidad sexo-genérica debido a que permite acompañarlas en situaciones de rechazo provocadas por una sociedad cisheteronormativa (Sarason et al., 1983, como se citó en Baptista et al., 2012).

Por otra parte, Silva y Cerqueira-Santos (2014) propusieron que las personas LGBTQ+ tienden a formar redes sociales como respuesta a la discriminación que experimentan. Así, se organizan de acuerdo con las identidades de sus integrantes y permiten reconfigurar los valores previamente instalados en torno a ellas. Además, Durá y Garcés (1991) mencionan que este soporte social intragrupo tiene una doble función, en donde se genera una percepción de pertenencia y aceptación, así como el intercambio de información y recursos relevantes, según sus necesidades particulares. Por otro lado, el soporte social intergrupalo, puede disminuir los estresores a los que comúnmente está expuesta la persona, puesto que existe una comprensión de la disponibilidad percibida de la ayuda y la satisfacción que puede proporcionar (Durá y Garcés, 1991; Puestas, 2020). Asimismo, resulta necesario frente a contextos hostiles que discriminan o invisibilizan las problemáticas particulares de dichas personas (Sarason et al., 1983, como se citó en Baptista et al., 2012).

Así, se ha identificado una gran relevancia entre el soporte social y el bienestar psicológico para la adecuada salud mental de las personas (Durá y Garcés, 1991). Puestas (2020) menciona que el soporte social es un factor protector que promueve el bienestar biopsicosocial, puesto que implica una acción de intercambio en donde, como mínimo, dos personas tienen como meta mejorar el bienestar de su par (Shumaker y Brownell, 1984). Además, el soporte social puede percibirse de cualquier persona que esté en condiciones de brindar ayuda, lo cual genera efectos positivos tanto para quien lo recibe como para quien lo ofrece (Baptista et al., 2012).

En relación con los estudios que relacionan estos dos constructos, Balsam y Mohr (2007), realizaron una investigación con respecto a la adaptación a la estigmatización y la orientación sexual en un grupo de lesbianas, gays y bisexuales, en donde se hallaron relaciones inversas entre la dimensión de superioridad de la identidad con el bienestar psicológico y el soporte social. En la misma línea, Bregman et al. (2013) realizaron un estudio correlacional entre el rol de la familia como soporte y los perfiles de identidad de las personas e identificaron que el soporte emocional familiar es una importante fuente protectora en el desarrollo de la identidad y el bienestar psicológico. Finalmente, en el contexto peruano, no se ha encontrado evidencia de estudios que hayan relacionado estas dos variables, lo cual responde a la urgencia por explorarlas.

Con base en lo antes mencionado, se resalta la importancia de explorar el bienestar psicológico y el soporte social percibido acorde a las vivencias de la población LGBTIQ+ en el Perú. Para ello, frente a la escasez de evidencia en este sentido, en especial bajo el contexto de pandemia causada por la COVID-19, esta investigación resulta una primera aproximación para conocer los recursos con los que cuentan las personas LGBTQ peruanas, tanto articuladas como no, para afrontar las manifestaciones de violencia.

▶ **Objetivos**

Por lo expuesto anteriormente, la presente investigación se plantea con el objetivo general de explorar el rol del soporte social percibido y el bienestar psicológico en personas LGBTIQ+ articuladas y no articuladas, pertenecientes a las cinco macrorregiones del Perú propuestas por el pleno del Tribunal Constitucional: Norte, Centro, Oriente, Sur y Lima/Callao.

Al ser el primer acercamiento que se produce desde la psicología hacia este tema y en esta población en el contexto peruano, la investigación se ubica en un marco metodológico cualitativo de carácter exploratorio. De esta manera, se utilizó un diseño de historias de vida, ya que permite el análisis de la vida de integrantes de grupos sociales respecto a factores individuales y colectivos, reconstruyendo relatos a partir de un contexto específico y sobre un aspecto de la vida delimitado. Además, estuvieron estructuradas considerando las diferentes dimensiones de las variables incluidas en la investigación: bienestar psicológico y soporte social percibido. El proyecto también apunta a identificar las convergencias y divergencias entre las experiencias de las personas LGBTIQ+ activistas y no activistas en función de sus características sociodemográficas y sus experiencias. Asimismo, se pretenden identificar las implicancias de este proceso y los recursos de afrontamiento que se activan a la luz del mismo.

MÉTODO

Participantes

Las, los y les participantes fueron 56 personas LGBTQ articuladas y no articuladas, del total de 107 personas inscritas. Es importante mencionar que, considerando el tiempo de realización de la investigación, las dificultades por la pandemia de COVID-19 hicieron que algunas de las entrevistas no se pudiesen concretar. Entre los criterios de inclusión, se priorizó la representatividad geográfica; por lo cual, dentro de cada grupo se incluyó, al menos, a una persona residente de cada macrorregión del Perú: Norte, Sur, Centro, Lima y Oriente impuestos por el Tribunal Constitucional (Farje, 2016). En ese sentido, debían tener por lo menos 1 año de residencia en su región y las personas articuladas debían al menos estar en una organización activista por 1 año, para ser consideradas como tales. El número final de participantes se determinó por criterio de saturación de la información y se implementó un muestreo no probabilístico empleando la técnica de la bola de nieve (Hernández et al., 2014). A continuación, se presenta con detalle a las personas participantes, aclarando que todos los nombres son seudónimos, para proteger su identidad.

Tabla 1: Información sociodemográfica de las, los y les participantes

Participante	Datos sociodemográficos
Gabriela	Mujer trans heterosexual. 32 años. Residente en Lima. Presidenta de organización de mujeres trans. Educación superior incompleta. Desempleada. Soltera. NSE más bajo que el promedio. Feminista.
Álvaro	Hombre trans asexual panromántico. 18 años, Residente en macrorregión Sur. Coordinador en organización de transmasculinos. Estudiante. NSE promedio bajo. Soltero. Agnóstico. No feminista.
Camila	Mujer cisgénero bisexual. 23 años. Residente en Lima. Estudiante universitaria y tatuadora. NSE muy alto. Soltera. Católica. Feminista liberal. Activista no articulada.
Iris	Trans no binarie pansexual. 24 años. Residente en Lima. Intérprete médico. Educación superior completa. NSE más alto que el promedio. Soltere. Agnóstique. Miembro de colectiva. Feminista interseccional decolonial.
María	Mujer cisgénero bisexual. 25 años. Residente en Lima. Estudiante universitaria. NSE más alto que el promedio. Soltera. Fue parte de organización feminista. Feminista.
Alicia	Mujer cisgénero pansexual. 19 años. Residente en Lima. Estudiante de medicina veterinaria. NSE promedio. Soltera. Agnóstica. Feminista interseccional. No se considera activista feminista. Activista LGBTQ+ no articulada.
Pau	No binarie pansexual. 24 años. Residente en Lima. Estudiante de diseño de modas. NSE promedio. Soltere. Atea. Activista feminista y LGBTQ+. No articulada, pero estuvo 1 año en una colectiva feminista.

Participante	Datos sociodemográficos
Lila	Mujer cisgénero bisexual. 21 años. Residente en marcorregión Sur. Estudiante de psicología y trabajadora en el rubro de restaurantes. NSE promedio. Divorciada. Espiritualidad libre con la pachamama. Activista feminista y LGBTQI+. Articulada 4 meses en colectiva LGBTQI+.
Rita	Mujer cisgénero lesbiana. 26 años. Residente en Lima. Psicóloga. NSE promedio. Soltera. Católica. No activista. No feminista. No articulada.
Luz	Mujer cisgénero lesbiana. 22 años. Residente en Lima. Psicóloga. NSE promedio. Soltera. Cristiana. Activista feminista y LGBTQI+. No articulada.
Dani	No binarie lesbiana. 30 años. Residente en Lima. Estudiante de técnica de enfermería. NSE promedio. Soltera. Agnóstica. Feminista. No activista feminista. Activista LGBTQI+. No articulada.
Elisa	Mujer cisgénero lesbiana. 22 años. Residente en Lima. Estudiante de enfermería y trabaja en atención al cliente. NSE más bajo que el promedio. Conviviente. Católica. Feminista. No activista feminista ni LGBTQI+. Articulada 1 año y medio en voluntariado de educación sexual responsable.
Eider	No binarie queer pansexual. 25 años. Residente en Lima. Psicóloga. NSE promedio. Soltera. Agnóstica. Feminista. No activista feminista ni LGBTQI+. No articulada.
Gae	No binarie pansexual. 18 años. Residente en Lima. Estudiante de medicina humana. NSE más alto que el promedio. Soltera. Budista. No feminista. No activista feminista. Sí activista LGBTQI+. Articulada 1 mes en colectiva LGBTQI+ y dos meses en colectiva feminista.
Lai	Trans no binarie demisexual pansexual. 20 años. Residente en marcorregión Sur. Estudiante de teatro – actuación. NSE promedio. Soltera. No religioso. Activista anarco-feminista (anarco-marica) y LGBTQI+. Agrupade 4 o 5 años no formalmente en la colectiva trans-feminista.
André	Hombre cisgénero gay (bisexual, descubriéndolo). 30 años. Residente en Lima. Psicólogo. NSE más alto que el promedio. Soltero. Agnóstico. Feminista. No activista feminista ni LGBTQI+. Integrante de la ONG LGBTQI+ desde hace 3 meses y medio.
Mariela	Mujer cisgénero pansexual. 29 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Psicóloga. NSE más alto en comparación al promedio. Soltera. Agnóstica. Feminista. Activista feminista y LGBTQI+. No articulada.
Martina	Trans no binarie queer. 27 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Psicóloga. NSE más alto en comparación al promedio. Soltera. Agnóstica. Feminista interseccional. Activista feminista y LGBTQI+.
Teresa	Mujer cisgénero lesbiana. 45 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Supervisora de operaciones. NSE más alto en comparación al promedio. Soltera. Atea. Feminista. No activista feminista ni LGBTQI+. No articulada. Anteriormente participó en una organización feminista y LGBTQI+ por 5 años.

Participante	Datos sociodemográficos
Carlos	Hombre cisgénero gay. 26 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Entrenador de voley. NSE promedio. Soltero. Católico. Feminista. Activista feminista y LGTBIQ+. No articulado.
Raquel	Mujer cisgénero lesbiana. 25 años. Residente en marcorregión Norte. Estudios superiores completos. Comunicadora desempleada actualmente. NSE promedio. Soltera. No practica ninguna religión. No es activista feminista ni LGTBIQ+. No articulada.
Manuel	Hombre cisgénero gay. 24 años. Residente en marcorregión Norte. Estudios superiores completos. Emprendedor en agencia de publicidad. NSE más alto en comparación al promedio. Soltero. Agnóstico. Feminista. No activista feminista ni LGTBIQ+. No articulado.
Erick	Hombre cisgénero gay. 51 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Trabaja en fábrica de tejido. NSE promedio. Soltero. Católico. Feminista. Activista LGTBIQ+. No articulado en la actualidad. Anteriormente participó en una organización LGTBIQ+ por 8 años.
Midori	Mujer cisgénero lesbiana. 24 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Estudiante. NSE Promedio. Soltera. Católica. Feminista. Activista feminista articulada. Participa en una colectiva por 2 años.
Juan	Hombre cisgénero gay. 34 años. Residente en marcorregión Norte. Estudios superiores incompletos. Trabaja. NSE promedio. Soltero. Adventista. No activista.
Abraham	Hombre cisgénero gay. 29 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Estudiante. NSE promedio. Soltero. Agnóstico. Se considera feminista. No activista.
Aldebaran	Hombre cisgénero gay. 30 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Abogado. NSE más alto que el promedio. Soltero. Agnóstico. Feminista y activista por más de 4 años.
Paul	Hombre cisgénero gay. 25 años. Residente en marcorregión Sur. Estudios superiores completos. Abogado. NSE promedio. Soltero. Católico. Feminista y no activista.
Vitorio	Hombre cisgénero gay. 24 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Psicólogo. NSE promedio. Soltero. Católico. No feminista, ni activista.
Luciano	Hombre cisgénero gay. 29 años. Extranjero. Estudios superiores completos. Embajador. NSE más alto que el promedio. Soltero. Agnóstico. No feminista, ni activista.
Renzo	Hombre cisgénero gay. 24 años. Residente en marcorregión Sur. Estudios superiores incompletos. Estudiante. NSE promedio. Soltero. Agnóstico. Se considera feminista y no activista.

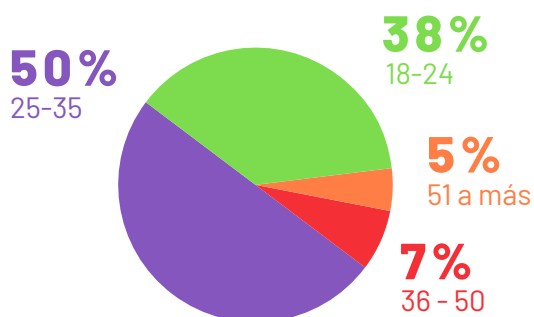
Participante	Datos sociodemográficos
Emilia	Mujer cisgénero pansexual. 27 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Psicóloga organizacional. NSE promedio. Soltera. Agnóstica. Se considera feminista. No se considera activista LGBTQI+. Participó en una colectiva por 5 meses.
Romina	Mujer cisgénero lesbiana. 23 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Bachillera en derecho. Soltera. NSE más bajo del promedio. Atea. Feminista. Activista LGBT y feminista. Articulada.
Nadia	Mujer cisgénero lesbiana. 25 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Egresada en geografía. Soltera. NSE muy alto. No practica ninguna religión. Feminista. Activista feminista. Articulada desde hace 2 meses. No activista LGBTQI+.
Irene	Mujer cisgénero lesbiana. 20 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Estudiante de veterinaria. Soltera. NSE promedio. Agnóstica. Feminista. No activista.
Lorena	Mujer cisgénero lesbiana. 30 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Docente de secundaria. Soltera. NSE promedio. Católica. Feminista. Activista feminista y activista LGBTQI+.
Kiara	Mujer cisgénero lesbiana. 23 años. Residente en marcorregión Norte. Estudios superiores completos. Licenciada en derecho y voluntaria en derechos humanos. Soltera. NSE promedio. Agnóstica. Feminista. Activista feminista y activista LGBTQI+.
Diana	Mujer cisgénero lesbiana. 31 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos, Ingeniera agrícola. NSE promedio. Soltera. No practica ninguna religión. No feminista. No activista.
Judith	Mujer cisgénero bisexual. 30 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Psicóloga social. NSE más alto a comparación al promedio. Conviviente. Atea. Feminista, militó en una colectiva feminista por 6 meses. No activista LGBTQI+, no participa activamente, pero si simpatiza con el activismo LGBTQI+.
Cinthia	Mujer cisgénero bisexual. 30 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Docente de secundaria. NSE promedio. Soltera. Agnóstica. No feminista. Militó en una organización LGBTQI+.
Sheyla	Mujer cisgénero lesbiana. 42 años. Residente en marcorregión Norte. Estudios superiores completos. Abogada. NSE promedio. Soltera. Atea. No feminista. No activista.
Leo	Hombre cisgénero gay. 35 años. Residente en marcorregión Norte. Estudios superiores completos. Arquitecto. NSE más alto que el promedio. Soltero. Agnóstico. Feminista. No activista.
Claudia	Mujer cisgénero bisexual. 21 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Estudiante de psicología. NSE promedio. Soltera. Agnóstica. Activista feminista. 1 año de militancia en una organización feminista. No activista.
Ramón	Hombre trans bisexual. 31 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Estudiante de educación y padre/madre. NSE más bajo en comparación al promedio. Conviviente. Agnóstico. Feminista. Participó de un encuentro de FTM, 1 año dentro del espacio virtual asistiendo a eventos de una colectiva, no activista.

Participante	Datos sociodemográficos
Manuela	Mujer cisgénero bisexual. 26 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Profesora de canto. NSE promedio. Conviviente. Católica no practicante. Participó 1 mes en una organización LGBTQI+.
Cris	No binarie androsexual. 21 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Estudiante de psicología organizacional. NSE promedio. Soltere. No practica ninguna religión. Feminista. No activista feminista. Activista LGBTQI+ desde hace 3 años.
César	Hombre cisgénero gay. 24 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Profesor de taekwondo y estudiante de psicología organizacional. NSE promedio. Soltero. Católico. No feminista. No activista.
Tomás	Hombre cisgénero bisexual. 25 años. Residente en Lima. Secundaria completa. Trabajador en carpintería. NSE promedio. Soltero. No practica ninguna religión. No feminista. No activista.
Alex	No binarie lesbiana. 50 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Profesora. NSE promedio. Soltera. Agnóstica. No activista. No feminista.
Nicolás	Hombre cisgénero gay. 24 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. NSE promedio. Soltero. Agnóstico. Feminista. No activista.
Henry	Hombre cisgénero gay. 28 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Médico. NSE promedio. Soltero. Ateo. No feminista. No activista.
Mariano	Hombre cisgénero gay. 61 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Jefe informático jubilado. NSE más alto en comparación al promedio. Soltero. Agnóstico. Vive solo. Activista LGBTQI+ en una asociación de activismo gay de Lima por 1 año.
Sam	Pansexual, género no binario o gender fluid. 38 años. Residente en Lima. Estudios superiores incompletos. Artista, traductora. Soltere. NSE más alto que el promedio. Vive con su padre y su madre. Ninguna religión (se considera una persona espiritual). Feminista interseccional. Activista (activismo por redes). Participó 3 años en colectiva feminista y en otra LGBTQI+.
Noa	Trans no binarie, bisexual. 25 años. Residente en marcorregión Sur. Estudios superiores incompletos. Literatura y lingüística, editor y corrector de textos. Vive con su familia. NSE más bajo que el promedio. Soltere. Budismo. Feminista (feminismo en general). Activista LGBTQI+.
Enrique	Hombre cisgénero gay. 30 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Publicista. Vive solo. NSE promedio. Soltero. Católico. Feminista (no activista feminista; a ninguna corriente en específico). No pertenece ni a pertenecido a ninguna colectiva. Sí activista LGBTI.
Chantal	Mujer trans heterosexual. 61 años. Residente en Lima. Estudios superiores completos. Jubilada (consultora). Sola. NSE más bajo que el promedio. Divorciada. Religión ninguna y todas; persona espiritual, rechazo a la iglesia católica. Feminista. Activista feminista y activista LGBTQI+.

Fuente: Elaboración propia

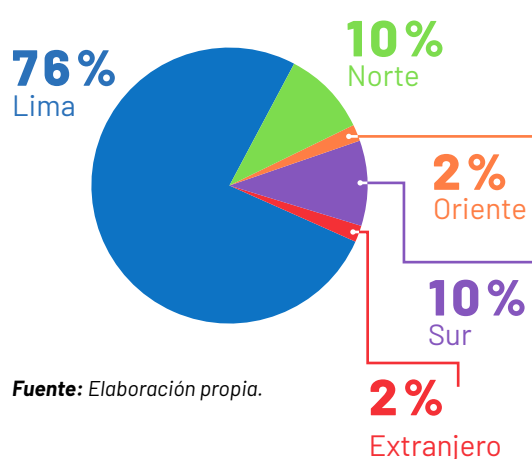
A continuación, de forma gráfica, se pueden observar algunas de las características mencionadas.

Gráfico 1:
Edad de las personas participantes



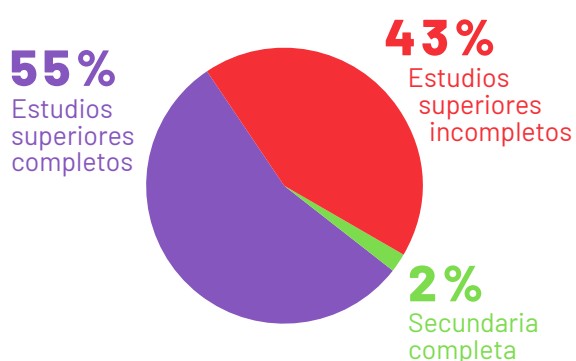
Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 2:
Región de residencia



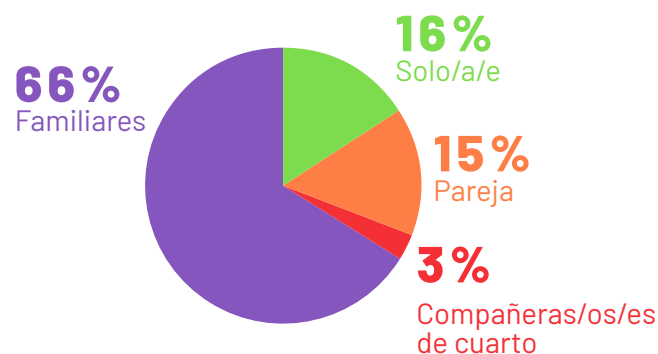
Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3:
Nivel educativo alcanzado



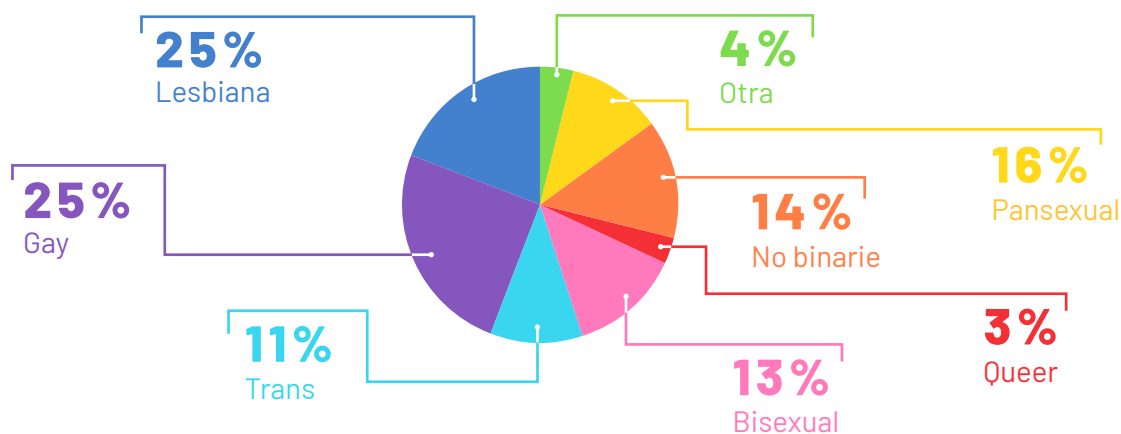
Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 4:
Personas con las que vive



Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 5:
Categoría con la que se identifica.



Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 6:
Nivel socioeconómico percibido

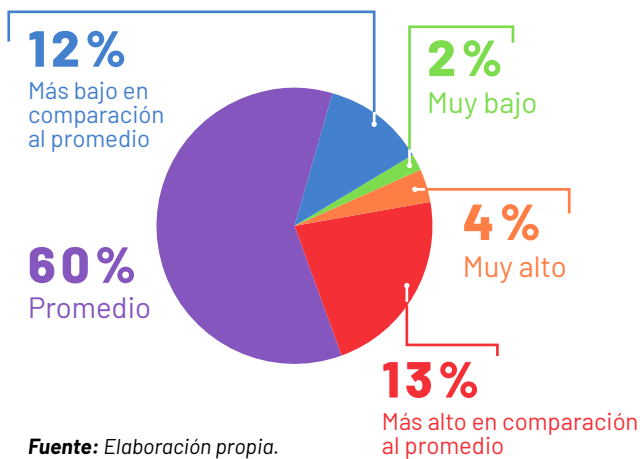


Gráfico 7:
Estado civil de las, los y les participantes

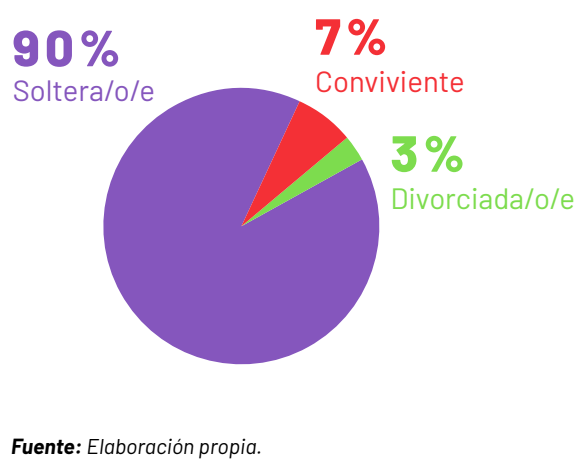


Gráfico 8:
Identificación religiosa

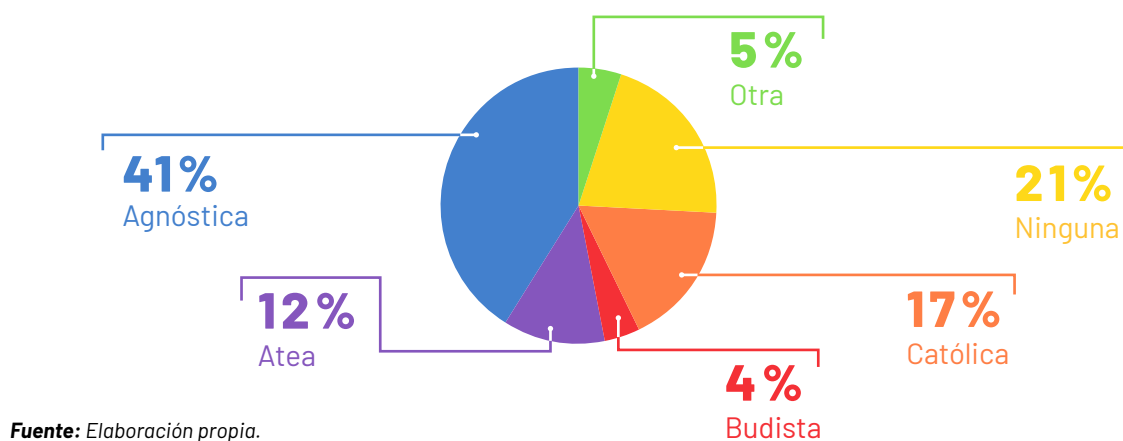


Gráfico 9:
Se considera feminista

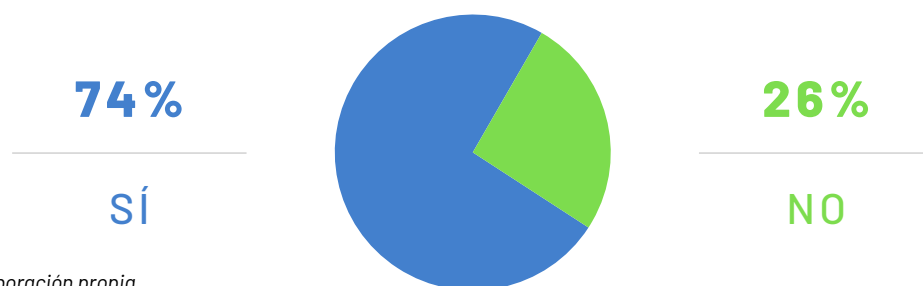


Gráfico 10:
Se considera activista feminista



Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 11:
Pertenece actual a organización o colectiva LGBTQI+



Fuente: Elaboración propia.

Solo participaron aquellas personas que aceptaron voluntariamente ser parte de la investigación. El carácter libre y voluntario, además de otras consideraciones éticas importantes, se hicieron explícitos mediante el uso de un consentimiento informado presentado y aceptado por las, los y les participantes.

Para finalizar con el rigor ético de la investigación, es relevante mencionar que se contó con un protocolo de contención y derivación al momento de la entrevista.

Además, la presente investigación fue presentada al Comité de Ética de la Investigación para Ciencias Sociales, Humanas y Artes de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP), obteniéndose el dictamen favorable con número de resolución N° 064-2021-CEI-CCSSHyaAA/PUCP.

Técnicas de recolección de información

En cuanto al abordaje del soporte social, se ha prestado especial atención a sus funciones, destacando tres:

Ficha de datos sociodemográficos: creada considerando los objetivos y criterios de inclusión/exclusión propuestos en la investigación.

Guía de entrevista en profundidad: se construyó una guía de entrevista semiestructurada para analizar las historias de vida de las personas LGBTQ+, la cual fue validada por juezas/jueces expertas en el tema y se hizo una entrevista piloto para realizar los ajustes pertinentes. La guía se estructuró siguiendo los dos constructos principales de la investigación, el bienestar psicológico y el soporte social percibido.

Procedimiento


Inicialmente, la guía de entrevista fue objeto de un proceso de revisión de juezas/ces con el fin de evaluar las propiedades de sus preguntas y áreas. A continuación, se realizó una entrevista piloto para comprobar que la metodología del estudio corresponde con los objetivos de la investigación. La convocatoria a participantes se hizo a través de diversas asociaciones de personas LGBTQ+, así como por redes sociales. Cabe señalar que las entrevistas, dada la coyuntura actual por la COVID-19, se realizaron de forma virtual a través de videollamadas y/o llamadas telefónicas.

Posteriormente, con la estrategia de bola de nieve, se alcanzó el número adecuado de entrevistas ajustado a los criterios de variación y saturación. Se tuvo especial cuidado en no seleccionar a personas con quienes se tenía un contacto previo sostenido. Se explicitaron las condiciones de la entrevista y se hizo lectura del consentimiento informado. A continuación, se hicieron las entrevistas y se transcribieron. Las transcripciones fueron preanalizadas para orientar y asegurar la selección de participantes, siguiendo los criterios de inclusión y exclusión señalados previamente. Los resultados fueron analizados y discutidos en contraste con la teoría sobre el tema. A partir de ello, se realizaron las conclusiones pertinentes y se identificaron las limitaciones del estudio. Para finalizar, y asegurar el cumplimiento de los estándares éticos, se realizó la devolución grupal de los resultados del proyecto con las, los y les participantes, así como la entrega de un formato documento gráfico informativo con los principales resultados de la investigación y recursos que puedan resultarles de utilidad.

▶ **Análisis de información**

La información obtenida se analizó a partir de un enfoque temático (Braun y Clarke, 2006; Pistrang y Barker, 2012) y utilizando el programa Excel. Esta técnica permitió que el equipo de investigación tenga la capacidad de establecer, de manera rigurosa, las ideas esenciales que guiaron en el trabajo de la investigación y la adecuada planificación de los procedimientos metodológicos, dando así la debida importancia al fenómeno de la investigación (Mieles et al., 2012).





RESULTADOS Y DISCUSIÓN

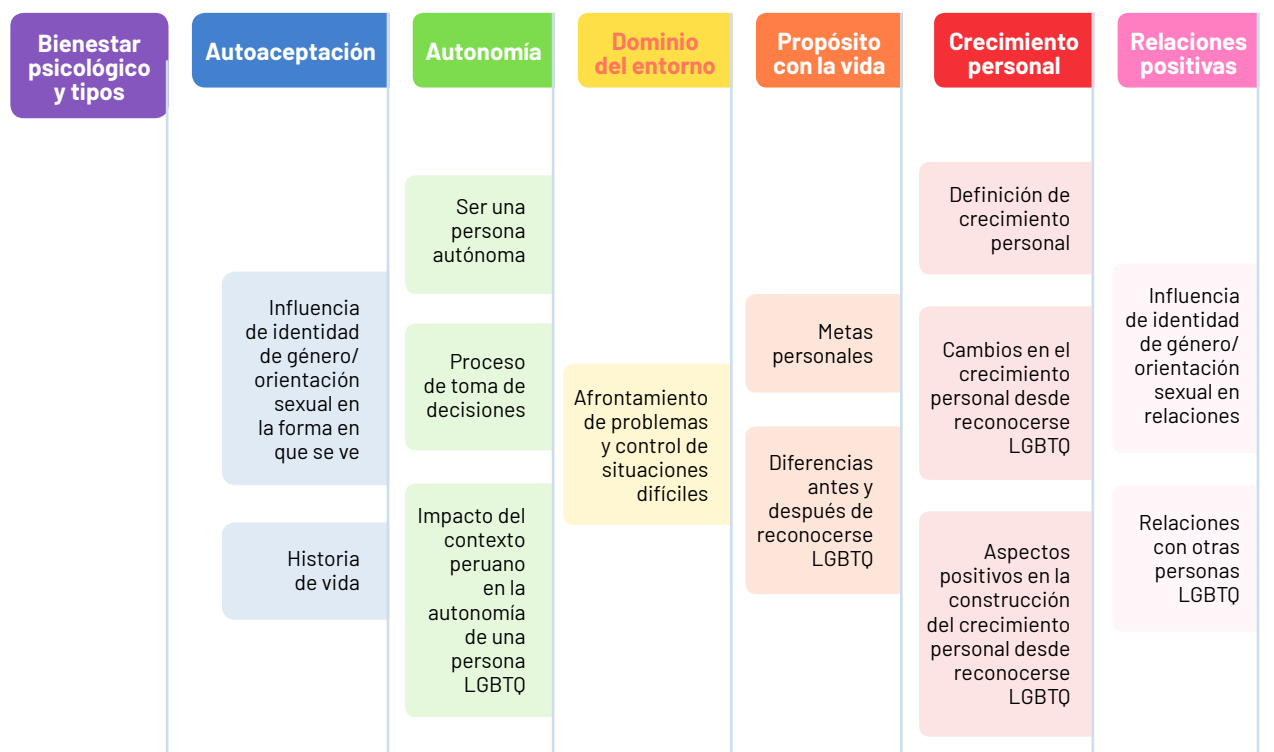
En esta sección² se expondrá los resultados y discusión a partir del análisis de información de las entrevistas realizadas mediante el análisis temático. Como conclusión de ello, y del proceso llevado a cabo, se obtuvieron las siguientes dos categorías: **bienestar psicológico y soporte social percibido**.

Bienestar psicológico

Esta primera categoría presenta dentro las siguientes subcategorías: 1) Bienestar psicológico y tipos, 2) Autoaceptación, 3) Autonomía, 4) Dominio del entorno, 5) Propósito con la vida, 6) Crecimiento personal, y 7) Relaciones positivas.

Para una mejor comprensión de la estructura de la categoría bienestar psicológico, se presentan las subcategorías y contenido de estas en el gráfico 12.

Gráfico 12. Subcategorías y temas dentro de la categoría bienestar psicológico.



Fuente: Elaboración propia.

² En esta sección se hará referencia al grupo de participantes con las siglas LGBTQ, pues no se contó con ninguna persona intersexual. Esto siempre con el objetivo de visibilizar, nombrar y respetar las identidades de las personas participantes.

1 ▶ Bienestar psicológico y tipos

La subcategoría *bienestar psicológico y tipos* aborda la definición que las personas participantes otorgaron al constructo. En primer lugar, señalaron que el bienestar implicaba un estado de equilibrio holístico donde se alcanza la conexión entre el cuerpo y la mente. Asimismo, supone mantener relaciones óptimas con las personas cercanas y sentir tranquilidad al respecto. A su vez, refiere a la ausencia de enfermedad tanto física como mental y es visto como algo momentáneo y que es variante a través del tiempo. De esta manera, no se mantiene durante un período largo de tiempo e implica que la persona se sienta y se encuentre bien. También se asocia a la satisfacción de necesidades tanto físicas (comer, dormir) como sociales.

Dentro de esta subcategoría, se identificaron diversos tipos de bienestar reportados por las personas que participaron en el estudio. El más saliente y señalado fue el físico, seguido del emocional y el psicológico. Además de estos, surgieron, en menor medida, el bienestar espiritual relacionado con creer en algo. Por otra parte, algo que señalaron las, los y les participantes fue la importancia del bienestar económico y laboral para poder acceder a los otros tipos; estos serían la base y son los más importantes específicamente para la población LGBTQ de la muestra. Relacionado con este, una participante señaló el bienestar sexual, que no es un tema del que se suele hablar, pero que es reconocido como vital. A su vez, las personas identificaron una tipología entre el bienestar personal y grupal que implica el cuidado por las relaciones y el conjunto al que se adscriben.



«[...] no lo veo tanto como un objetivo al cual hay que llegar, sino como un estado del que puedes entrar y salir. Van a haber momentos, etapas, en los que vas a tener un sentimiento de bienestar, porque el bienestar algo más que efectivo, creo que es paz. Que no haya nada que te esté carcomiendo, y esto es algo que puede venir de afuera, de algo que puedas introyectar del ambiente, y también de adentro de las cosas que nos sacan. Entonces creo que es una cosa de la que uno sale, y vuelve a entrar». **(Camila)**



«[...] Un ejemplo sería el bienestar económico. Ahorita con todos los problemas económicos en pandemia, todos buscan un bienestar económico, un trabajo asegurado. Son muy pocos los que aspiran a ser millonarios, por ejemplo, la mayoría está buscando tener un trabajo, tener comida, tener una casa y no morirse [...] tener un trabajo decente, bien pagado en un ambiente que se aleje de la toxicidad laboral, que se aleje del jefe mandón, de chismosos, de un horario súper exigente o sobre exigente». **(Leo)**

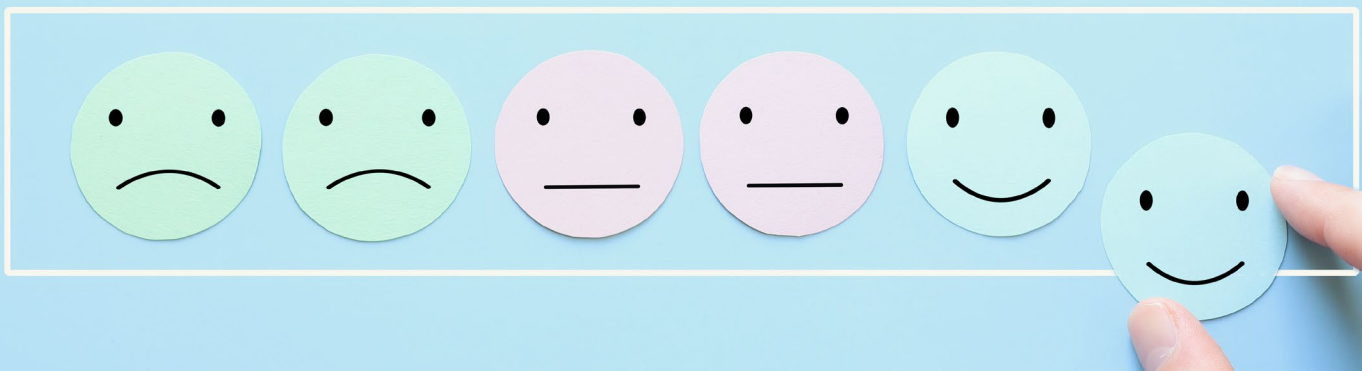
Por otra parte, las, los y les participantes esbozaron definiciones acerca del bienestar psicológico, asociándolo principalmente a la salud mental. Así, se erige como el estado de estabilidad emocional donde se han podido resolver y procesar los problemas. Algo importante a señalar es que, en casi todas las entrevistas, se resaltó la relevancia del acompañamiento psicológico como requisito para alcanzarlo al poder gestionar adecuadamente las emociones. De igual manera, se destaca que es esencial la ausencia de violencia y contar con los suficientes recursos tanto internos como externos para poder acceder a este estado.



«[...] Claro que una persona se encuentre estable mentalmente, cómo te repetía. Si bien puede tener, por ejemplo, ansiedad, depresión o trastornos psicológicos que reciba el tratamiento adecuado, tanto psiquiátrico como psicológico, psicoterapia y pueda tratar de estar estable, porque muchas veces es muy difícil». **(Romina)**

En línea con lo señalado anteriormente, el bienestar es comprendido como un estado ideal de equilibrio en diversos ámbitos. Lo que concuerda con lo señalado por Rohde et al. (2020) donde el bienestar desde la psicología aplicada es entendido como un estado que va más allá de la ausencia de malestar y genera emociones como la felicidad. En el mismo artículo se resalta que es un término que muchas veces es comprendido como sinónimo de salud y felicidad; por eso es importante conocer que principalmente lo reportado por las personas del estudio encajaría en la perspectiva eudaimónica³ relacionada con la autorrealización y el funcionamiento (Ryan y Deci, 2001). Esto encaja con los tipos de bienestar mencionados en el estudio donde se identifica que se necesitan de recursos a nivel social y económico para alcanzar la autorrealización, lo que las plantea como necesidades básicas indispensables para poder desarrollarse. El bienestar económico hace referencia a la posesión de dinero para comprar lo necesario y acceder a una vivienda, entre otros. En investigaciones que buscaban observar los efectos de la inequidad socioeconómica en grupos LGBT, el bienestar psicológico era más alto en grupos de mayores ingresos (Roberts y Christens, 2021; Wilkinson y Pickett, 2018). Por su parte, el bienestar social aborda las relaciones interpersonales, el contexto social y político que favorecen la tranquilidad de la persona.

Frente a lo reportado, se puede observar cómo el bienestar psicológico es conceptualizado como la valoración que realizan las personas sobre su contexto y su funcionamiento dentro de la sociedad en términos de su salud mental (Zubieta et al., 2012). Y es, a su vez, la expresión de placer que experimenta la persona al sentirse bien consigo misma, en sus relaciones interpersonales y la sociedad; cumpliendo el rol de hacerle frente a situaciones difíciles e imprevistas o reprimirlas para que no atenten contra su homeostasis y logrando el desarrollo de su potencial (Mingote, 2013; Vázquez et al., 2009). Lo que, lamentablemente, se constituye como un reto en el contexto peruano debido a los altos niveles de violencia (132 denuncias registradas en el año 2021) y exclusión que afrontan día a día por su orientación sexual y/o identidad de género (MIMP, 2022; Promsex, 2021).



3 Ryan y Deci (2001) explican que el concepto de felicidad eudaimónica deriva en bienestar psicológico (Ryff y Keyes, 1995), y está relacionado con el desarrollo, el crecimiento personal y el esfuerzo realizado; mientras que el bienestar subjetivo está más relacionado con estar relajado, sin problemas y feliz.

2 ▶ Autoaceptación

Esta segunda subcategoría aborda el proceso de las personas al autoidentificarse como LGBTQ. Para comprender mejor este desarrollo, se debe conocer qué concepciones sobre la identidad de género y la orientación sexual tenían quienes participaron en el estudio. Respecto a la primera, es comprendida como la autopercepción y autoidentificación dentro de un espectro de géneros. Este es resaltado como una característica intrínseca que va más allá de lo biológico. Mientras que la orientación sexual se entiende como el gusto, la atracción sexual, romántica, afectiva y/o psicológica dirigida hacia otra persona, y la denominación depende de quién te atrae en función de su género. Además, implica una vivencia más externa frente a la identidad de género. En esa línea, las personas suelen confundir ambas categorías y las entienden como sinónimos o equivalentes. Por otra parte, el identificarse como LGBTQ representa un sentimiento de realización al momento de aceptarse como tal. Aunque, este desarrollo también implica preguntarse cómo hubiera sido la vida si no lo fueran, lo que se atribuye a cómo la sociedad trata a las personas pertenecientes a esta comunidad.



«[...] Orientación sexual es hacia quien te sientes atraído, e identidad de género es como te identificas. O sea, el género es un constructo social que implica roles y varias cosas, y le explicaría que los más comunes son el de mujer y hombre porque son los que más se conocen, luego le explicaría que hay más». **(Iris)**

En la misma línea, se consultó sobre sus fortalezas y debilidades. Entre sus principales cualidades se encontraron como puntos en común la resiliencia, así como la madurez al enfrentar las situaciones de violencia. De igual manera, resaltaron como algo esencial la empatía para poder ser parte de un colectivo y relacionarse con otras/os/es. Otro aspecto importante es la reflexividad para poder evaluar lo que dicen, lo que hacen y evaluarse constantemente. Asimismo, el ser LGBTQ les ha brindado una oportunidad para reconocer su liderazgo y poder ponerlo en práctica en una causa que les afecta directamente. Frente a estos puntos fuertes que han identificado, señalan sentir satisfacción, alegría, orgullo, tranquilidad, paz y en general bienestar consigo mismas/os/es.



«[...] Yo creo que soy una persona bastante resiliente. O sea, en el sentido de que, a pesar de las dificultades, de los obstáculos siempre tiendo como a poder usar mis recursos o lo que yo tengo y lo que también me puede brindar el entorno, para poder superarlos ¿no? para poder lidiar con ellos [...] O sea, me siento satisfecha de poder tener eso para yo poder lidiar con varias cosas que me han pasado y alegría porque este... Como te dije ¿no? Sin esas fortalezas en verdad no sería casi nada de lo que soy hoy día». **(Claudia)**

Respecto a sus debilidades, la gran mayoría señala que posee una mirada negativa, pesimista y muchas veces conformista frente a la vida. Lo que se atribuye a las situaciones de violencia y el contexto en el que han vivido donde se identifica una gran inseguridad. Esto se acompaña de la "flojera" debido a que se encuentran en constante lucha y modo supervivencia. Asimismo, identifican que no cuentan con una adecuada gestión de emociones, lo que les genera malestar, frustración y tristeza. De igual manera, varias personas entrevistadas señalan que la ansiedad constituye un punto débil, la misma que se exagera al pensar en estos aspectos de mejora.

Además, la suelen relacionar con el no reconocer su valor debido a que es difícil el proceso de autoaceptación en una sociedad que no les acoge ni reconoce sus derechos. Otra característica relevante es que mencionan la necesidad de autocuidado, que es relegado frente al cuidado de las demás personas.



«[...] Yo tengo una frase que siempre menciono, es que yo creo que todos estamos rotos, pero tratamos de aparentar que somos un vaso de cristal intacto. Y es feo, porque tratamos de aparentar que todos estamos bien, y sería mucho más sencillo pedir ayuda decir “webón estoy mal, necesito que me ayudes”. Viviríamos en un mundo mejor si la gente hablara abiertamente de sus emociones». **(Nicolás)**

Por otro lado, se indagó en el segmento la *historia de vida* de las personas que participaron en el estudio, consultando sobre los sentimientos que tienen frente a ella y los elementos que cambiarían en la misma. Así, se obtuvieron respuestas polarizadas al indicar que sentían orgullo, empoderamiento y satisfacción al hacer el ejercicio de introspección. Sin embargo, fueron más las personas que manifestaron sentir rencor, dolor y frustración al no haber *salido del clóset* a edades más tempranas. En línea con ello, otros aspectos a cambiar en sus historias de vida fueron el fallecimiento de personas significativas, las situaciones de violencia y las relaciones con sus cuidadores. Un aspecto positivo que querían cambiar fue el conocer el feminismo antes para poder hacer frente a la violencia que vivían. Y en pocos casos, indicaron que no cambiarían nada en su trayecto personal.



«[...] Creo que también cambiaría el haberme reconocido como bisexual antes. O sea, creo que como siempre lo supe y nunca fue como un tema demasiado grande. Pero nunca le puse palabras hasta hace no tanto, y creo que el no ponerlo en palabras me desconectó un poco de varias cosas. Creo que también cambiaría eso Incluso de repente hasta me cortó un poco las alas para explorar más esos aspectos de mi sexualidad». **(Judith)**

En esa misma línea, identificaron tanto cambios significativos positivos como negativos. Respecto a los primeros, el más resaltante fue la visibilización de su orientación sexual y/o identidad de género. Este fue un momento crucial que implicó quiebres y que incluso muchas/os/es señalan que fue algo negativo, pero a la larga les trajo mucha satisfacción. Otro aspecto relevante para varias/os/es fue el conocer el feminismo al convertirse en una herramienta de lucha y comprender que merecen ser amadas/os/es. En esa misma línea, quienes han llevado procesos de acompañamiento psicológico manifiestan que fue un momento esencial en su construcción de vida. Sobre los cambios negativos, se encontraban las muertes de personas significativas, las mudanzas forzadas y, para muchas de las personas, el regresar a casa de sus cuidadores y/o familia debido a la pandemia.



«[...] Creo que uno de los momentos más significativos, de hecho, fue el año pasado, fue hacerme visible como activista. Soy un hombre trans visible, en mi comunidad, en mi universidad, con mis amigos. Así que creo que un cambio significativo fue ese. Empezar a usar mis pronombres, empezar a usar mi nombre en todo lado que iba, no importaba si era universidad. En general, *salir del clóset*, y ser visible creo que fue un cambio significativo. Más libre, porque nos pasa a muchas personas, especialmente a las personas trans, que aparte de doloroso, todos los años que puede ser que utilicen los pronombres, o nombres equivocados con nosotros. Entonces, uno se siente mucho más conectado con su comunidad, con sus amigos, con su familia, si la familia logra ser un soporte. Es un sentimiento reconfortante, es un paso bastante, de felicidad, también diría, y libertad, porque uno puede empezar a ser uno mismo». **(Álvaro)**

Con base en lo indicado por las personas que participaron en el estudio, es importante destacar cómo han identificado el proceso de su *salida del clóset* y visibilización, señalando como último paso la autoaceptación. Esto dialoga con lo planteado por Sandler (2022) quien señala que la persona *sale del clóset* realizándose y reconociendo internamente que posee una orientación o identidad no normativa. Aunque también desata sentimientos de miedo y desesperanza debido a que se da en entornos que no son acogedores, y que son discriminatorios, (re)victimizantes y de exclusión. Esta experiencia es diferente para las personas trans debido a que no es una opción *salir del clóset* al no poder ocultar su expresión de género y ser identificables, sufriendo una mayor violencia debido al estigma y los estamentos presentes en la sociedad binaria (Bachmann y Gooch, 2018; Sandler, 2020).

De esta manera se constituye como una etapa que contempla efectos negativos como el *bullying*, la violencia ejercida por familiares, autoridades, los intentos de suicidio, entre otros (Garrett, 2018; Stewart, 2018). Así, las/los/les participantes señalaron sentir rencor y dolor al recordar lo acontecido. Pese a ser un proceso duro, la mayoría de las personas concuerda en que les brinda elementos positivos que no cambiarían. Lo que tiene relación con lo planteado por Rouse et al. (2021) donde en el recuento de historias de personas LGBTIQ+ se reconocían factores positivos vitales; entre ellos se encontraba un mayor empoderamiento que les permitió sentirse mejor respecto a su propia identidad, autodeterminación y la mejora de su salud mental. Esto último guarda relación con el señalamiento del inicio de procesos de acompañamientos como aspectos importantes en sus trayectorias de vida.

Frente a lo abordado, se puede observar que la autoaceptación involucra que las personas realicen una autoevaluación identificando aspectos negativos y positivos de acontecimientos tanto pasados como actuales con relación a su identidad (García-Alandete, 2013). De esta manera, se presenta de forma particular en las personas LGBTQ debido a que se enfrentan a muchas situaciones hostiles y encuentran sus fortalezas en la resiliencia y en la resistencia frente a la sociedad y las personas cercanas que las/los/les violentan.

3 ▶ Autonomía

Por su parte, esta subcategoría hace referencia a las acciones que realiza la persona para poder adaptarse a diferentes situaciones y contextos, esto a partir de convicciones propias, resistencia a presiones sociales y manteniendo sus propios estándares personales (Ryff, 2014). Lo anterior es corroborado por lo mencionado por las, los y les participantes, quienes definen la autonomía como «**Ser dueño de tu mente y tus actos. No solo de lo que haces, sino lo que piensas, todo lo demás**» (Renzo).



«[...] La autonomía es de uno mismo, de poder ayudarse uno mismo, valerse por sí mismo, tener la capacidad de poder valerse por sí mismo. En un trabajo, en el aspecto económico, autonomía económica que uno mismo con sus ingresos. Autonomía laboral, manejarse uno en su trabajo, organizarse uno mismo. Eso pienso que es la autonomía, el manejarse uno en todos los aspectos de su vida. Ser libre, de cierta forma, de cierta manera ser libre, tener la libertad para poder hacer, decidir». **(Rita)**

En cuanto a ser una persona autónoma, se intenta explorar cómo es que las, los y les participantes contemplan poner en práctica su autonomía en su vida cotidiana. En función a ello, se presentan resistencias a las expectativas sociales, mencionando que intentan ejercer autonomía tratando de vivir en función a sus ideales.



«[...] Yo creo que ejerzo mi autonomía de manera que, me deslindo de lo que se supone se espera de mí, en términos muy tradicionales. Yo tengo principios muy fuertes, creo que soy una persona con carácter bastante fuerte, no en el sentido malo, sino que soy muy obstinado en el sentido de lo que yo creo y lo que yo quiero hacer. Por ejemplo, si a mis padres no les gusta mucho el tema de representación estudiantil, yo no. Esto es lo que estoy viendo, es lo que yo quiero hacer y lo que yo veo beneficioso para mí y para los demás, y porque lo puedo hacer, porque tengo el poder de decisión y porque sé que tengo la capacidad para, y yo creo que es una de las maneras en las que ejerzo mi autonomía». **(Álvaro)**

De igual forma, existen posturas que tratan de alejarse de aquello que esté en contra de los valores, ideales o gustos personales. Esto se corrobora con la idea de ejercer su propio bienestar, en función al cumplimiento de sus objetivos personales, sin presiones o negando sus convicciones.



«[...] El hecho de que no me puedo quedar callada frente a algo que me genera ruido. Entonces siempre intento actuar como en coherencia con mis convicciones y con lo que defiendo con mis posturas. Luego, también sí hay situaciones como que van en contra de los valores que yo tengo. También es como que me retiro porque probablemente sí me está haciendo cuestionar mis valores o flexibilizarlos hasta cierto punto de una manera que empieza a generar un conflicto, probablemente no deba estar ahí o no deba estar involucrándome. Lo otro es el hecho de que me intereso al momento de realizar mis actividades en base a lo que a mí me gusta y que me permiten como desarrollarme de manera plena». **(Luz)**

Sin embargo, también existe una percepción negativa sobre el poco ejercicio de la autonomía, esto por la constante presión de la familia o el contexto en el que se encuentra la persona. Con ello, se puede vincular la ausencia de soporte emocional o instrumental que caracteriza a las personas LGBTQ (Silva, 2018), lo cual también tiene relación con la concepción de una construcción de la identidad como un proceso difícil y lleno de obstáculos para el desarrollo de una autonomía adecuada (Vinces, 2016).



«[...] Yo siento que no tengo autonomía. Porque a veces siento que ahora por la mañana, por ejemplo, me gustaría por ejemplo terminar mis clases, bañarme y largarme a Miraflores a caminar o irme al centro a jironear y después regresar a mi jato para almorzar, tal vez. Pero siempre está el hecho de que, si quiero salir, mi vieja está como “¿hasta qué hora vas a salir? ¿pero con quién vas a ir? ¿pero va a estar acá?”... muchas cosas como que ya. Ahora último como que estoy saliendo los domingos solos, pero hasta cierto punto siento ansiedad y es lo que me jode que cuando digo que voy a salir solo y en realidad quiera salir con alguien es como que uhm... ¿No sé, es como que tal vez me quiera mover un poco más, pero sé que mi vieja va a comenzar a decir que por qué no llegas, con quién estás?, etc. No lo sé». **(César)**

Esto se vincula con lo que menciona Gómez Aguayo (2017), quien señala que la autonomía es una de las dimensiones más afectadas cuando se trabaja con personas de la diversidad. Lo que se debe al contexto y los factores mediadores (familia, escuela, grupo de pares) para un desarrollo adecuado de la vida de una persona LGBTQ. Siguiendo esa línea, Saavedra (2020) menciona que la falta de apoyo de los círculos cercanos también dificulta el propio proceso de independencia y/o autonomía, por lo que se encuentran espacios menos favorecidos en comparación de una persona cisheteronormada. Adicionalmente, como menciona Borja (2021), las, los y les integrantes de la comunidad se ven en la obligación de asumir una serie de conductas de riesgo para poder vivir su propia orientación o identidad, lo cual puede perjudicar su bienestar y, por ende, el ejercicio de su autonomía.

El segmento *proceso de toma de decisiones* busca indagar acerca del proceso de la persona para poder decidir. En ello, se presenta una diferencia clara entre decisiones importantes y las que no lo son. Así, se puede observar que existe una visión de un otro para poder evaluar una decisión, esto puede ser debido a culturas colectivistas como la peruana, en donde la mirada de la comunidad es fundamental para el desarrollo de la persona (Borja, 2021; Genna y Espinosa, 2012).



«[...] Si es una decisión bastante importante. Creo que primero yo me considero una persona bastante sentimental, entonces pienso bastante cómo va a afectar mi decisión, cómo va a impactar, no solo en la situación, sino también en las personas, porque me importa mucho no pasar los límites, no dañar a alguien. Así que sí es un tema así, o si de repente estoy tomando una decisión de representación, de repente de un grupo, una comunidad, o más, eh...la representación mía, suelo analizar bastante las cosas, soy muy cabeza fría en ese sentido también. Me gusta mucho pensar antes de tomar alguna, no me gusta lo precipitado». **(Álvaro)**

Asimismo, se encuentran posturas alineadas al contexto, donde se establece un ideal de complacer a otras personas. Esto se relaciona con lo que menciona Perez-Wicht (2017), ya que, debido a la homofobia reportada en sociedades como la peruana, existe una fuerte necesidad de aceptación y, por ello, se elaboran las decisiones en función de la aprobación de los demás. Así, como plantea Borja (2021), que ante una preocupación excesiva por encajar dentro de los estándares socialmente aceptados, se podría evidenciar una ausencia de bienestar frente a las decisiones que se puedan elaborar.



«[...] Me cuesta mucho tomar una decisión. Me siento... Siento que me puedo equivocar ahora, de hecho, estos últimos años porque antes era como yo... A eso justamente iba con lo que digo impulsiva y decidía, pues ¿no? Yo sola y no preguntaba a nadie. Por más que alguien me diga algo, yo lo hacía, pero ahora es como que pregunto, me dicen algo y yo fui... Me bajoneo y lo dejo de hacer». **(Manuela)**

Además, como indica Vines (2016), ante experiencias negativas por parte de la sociedad o el contexto en el que coexiste, la persona tiende a configurar relaciones significativas con el grupo de pares o la pareja. Esto puede relacionarse a lo mencionado por Puestas (2020) en donde el soporte por parte de estos grupos favorece el desarrollo de una percepción de bienestar.



«[...] Hay decisiones que uno toma en todo el día, automáticas, pero decisiones trascendentales. Las pienso y de repente, tomo una decisión, pero también las comento: "me pasó tal cosa" a mi círculo cercano que es mi pareja. A veces me dice lo que yo he pensado o es otro punto de vista, entonces me ayuda un poco a tomar la decisión; pero, como te digo, hay algunas que son automáticas, otras que sí que las medito un poco, primero conmigo misma y después se la consultó a mi padre. Además de consultarle a mi pareja, lo consulto a otras personas. A mi familia, en este caso, antes era mi familia, a mi padre». **(Teresa)**

Con relación al segmento *impacto del contexto peruano en la autonomía de una persona LGBTQ*, se puede observar que existen estereotipos y prejuicios que funcionan como una suerte de barrera en contra del desarrollo de una autonomía. Esto también repercute en el propio autoconcepto de la persona, puesto que se reciben una serie de concepciones de lo que se puede y lo que no (Borja, 2021). Por lo que, al ser una sociedad altamente homolebobitranfóbica, terminará afectando de manera negativa al desarrollo del bienestar de la persona. Además, se puede evidenciar que esto tiene repercusión en varias zonas del país, puesto que el discurso de las, los y les participantes es similar, los cuales incluyen vivencias de discriminación y como consecuencia, miedo de vivenciar su identidad u orientación.



«[...] Sí, la sociedad peruana... ¡Ay, dios mío! Es machista, es homofóbica es... Está literalmente muy retrasada, estamos en un país muy conservador, demasiado conservador que literalmente hace mucho daño de verdad. Muchas veces también cuando estaba agarrada de la mano de mi pareja... Bueno menos mal ella y yo nos defendemos pues, ¿no? Pero de verdad de alguna manera sí... Este... Uno se siente como que, presionada, vista, atacada ¿no?». **(Manuela)**

Asimismo, al ser un estudio exploratorio multirregional, es necesario poder visibilizar las diferencias regionales que se encontraron. Esto debido a que existen vivencias distintas en el territorio peruano. Si bien se encuentra que todo el Perú está marcado por un pensamiento cisheteronormativo, se puede identificar que, en zonas de la sierra central, así como de la selva y de la costa sur existen ideales más marcados con respecto a lo que significa ser una persona LGBTQ. Además, se identificó que en la capital existe una mayor aceptación en comparación con las demás regiones del país. Sin embargo, aún se perciben indicadores de violencia y rechazo hacia la diversidad. **«[...] En cambio, en Lima es como una población más grande, es más difícil ignorarnos. [...] En cambio, en Lima es más abierta, pero ... porque hay mucha más visibilidad».** **(Leo)**

Esto se corrobora con los estudios de No tengo Miedo (2016) y la Encuesta Virtual para Personas LGBTI (INEI, 2018), en los cuales también se encuentra una marcada violencia en regiones de la sierra o selva. Asimismo, una invisibilización de la problemática en todas las regiones, además de pocas iniciativas o un marco legal que brinde protección a la población frente a estos actos violentos (Promsex, 2018). Lo cual también es un indicador de que la percepción de la violencia en otras regiones se encuentra marcada por las vivencias de las, los y les participantes.



«[...] En Huancayo está el machismo más marcado. Parte de la familia de mi mamá son de Huancayo. Eres hombre o mujer, no existe hombre trans, ni mujer trans, existe hombre y mujer, y se cierran en eso. Más que nada las personas mayores que están en 50 o 60. En cambio en Lima no lo toleran, pero usan la burla, y eso es una forma. Dicen “ah, ese maricón”, “ese cabro”, esas cosas». **(Gabriela)**



«[...] Creo que se da de maneras bastante particulares. Yo soy de Arequipa, porque mi familia se ha venido acá, pero toda mi familia es cusqueña y apurimeña, vienen de lugares bastante rurales, y la experiencia de ahí es totalmente diferente. Aquí por lo menos se tiene el privilegio de acceder a cosas fundamentales, como lo es la educación, y eso es algo que creo que muchas personas no entienden, que para poder entender de extensa manera toda la diversidad, también creo que es un tema de educación, y en general, si es todo un universo de desigualdad en nuestro país. No podemos contar todos con las herramientas para poder acceder a esa información, ya sean personas que quieran ser aliadas, o personas de la misma comunidad, es muy diferente». **(Álvaro)**



«[...] Bueno he viajado a Iquitos y hay una gran comunidad de homosexuales. Y le atribuyen con una forma de sarcasmo al aguaje, que de niño le han dado mucho aguaje y por eso es como tiene hormonas femeninas, ya. Por eso se volvió homosexual. Entonces ahí va ahí también van discriminando con esos comentarios homofóbicos. Entonces ahí se genera una cierta discriminación. Por regiones, creo que hay más discriminación. Aunque en Lima también creo, una gran parte por la cantidad poblacional que tenemos». **(Diana)**

Frente a ello, se puede evidenciar que, pese a las diferencias sociodemográficas, la sociedad peruana configura vínculos interpersonales orientados a la discriminación de la diversidad sexogenérica. Esto se corrobora con los resultados de la Encuesta de Salud Mental (Más Igualdad, 2021), en donde se manifiestan una diversidad de experiencias relacionadas con la dificultad para el desarrollo de una identidad libre de prejuicios. Además, puede atribuirse a la escasa intervención por parte del Estado, frente a una clara problemática evidenciada.

4 ▶ Dominio del entorno

Esta subcategoría hace referencia a la capacidad de la persona para elegir o crear espacios que permitan satisfacer sus propias necesidades (Rodríguez-Polo et al., 2017). Existe evidencia de que un adecuado dominio del entorno social tiene relación con el bienestar emocional, dado que se satisface la necesidad de aceptación y se propone un espacio para que la persona se desarrolle de manera adecuada (Meyer, 2003). Para las personas del presente estudio existen posturas diversas respecto a la percepción de control sobre su entorno, lo cual también se sugiere en una suerte de espacio-tiempo, puesto que existe un antes y un después de reconocerse como parte de la diversidad, y con ello, un cambio en esta.



«[...] Las personas tenemos miles de situaciones y reacciones, creo que decir siempre respeto es hipócrita, también se puede salir de control también, pero también cuando me han llevado al límite. Porque lo que yo hago es callarme y avanzar, pero si esa persona sigue, sigue, sigue, ya pues, tampoco soy tonta, no voy a ser una esponja de estar absorbiendo y absorbiendo sin decir nada, también tengo que responder». **(Gabriela)**

5 ▶ Propósito con la vida

Esa subcategoría se caracteriza por explorar el plan de vida y los objetivos que otorgan sentido a esta (Ryff, 2016). Así, poseer metas estructuradas en plazos u objetivos definidos favorece el bienestar de una persona, mientras que el no contar con ideales o expectativas a futuro podría estar incidiendo negativamente en la percepción de salud emocional y psicológica. Además, existe evidencia que señala que el sostenimiento de metas propicia espacios en donde la sintomatología depresiva se encuentra en remisión (González-Rivera et al., 2019).

Frente a ello, se tiene el segmento *metas personales*, la cual intenta explorar los diferentes objetivos que se proponen las, los, les participantes. Es así como se encuentran metas relacionadas con lo personal, con el activismo, metas propias de ser una persona LGBTQ, metas relacionadas con sanar las diferentes experiencias que se viven al ser parte de la comunidad, entre otras. En cuanto a las expectativas personales, se puede evidenciar un continuo entre aquellas personas que desean deslindarse de sociedades como la peruana y manifiestan ideales de salir del país, debido a lo difícil que resulta vivenciar su identidad, así como las oportunidades de mejorar su calidad de vida. En cambio, otras evidencian una necesidad de acción para ejercer un cambio en pro de la comunidad, dentro del propio contexto peruano.



«[...] Con mi organización, he pensado trabajar más, y que nos puedan financiar una casa, máquinas de costura, o un horno panadero, y que las chicas trabajen ahí. Hacer prendas de vestir para el MINSA, como son sacos, hacer los que son para la cabeza, gorras, mandiles, y venderlos, hablar con el Ministerio de Salud, en el extranjero, porque hay chicas que saben esas cosas. O también hacer nuestra marca de postres, pasteles, tortas, todo eso. Es lo que pienso trabajar con ellas, y aparte hacer charlas de empoderamiento, traer personas que nos puedan enseñar cómo responder, esas cosas, darnos a conocer nuestras leyes, como seres humanos, como mujeres, y eso es lo que busco en mi plan a futuro con la organización». **(Gabriela)**

En función al segmento de *diferencias entre antes de reconocerse como persona LGBTQ y después del reconocimiento*, se evidencia un flujo entre el reconocer las diferencias y aquellas en las que no se da este proceso. Asimismo, se repite la idea de tener que salir del país para poder cumplir sus metas, en especial aquellas que están relacionadas con la pareja, como el casarse o tener hijas/os/es. Además, están las personas que están visibilizando su orientación, por lo que identifican diferencias a partir de estos pasos. Por otro lado, las personas trans reconocen decisiones en función al cambio corporal o al consumo de hormonas y priorizan esto como parte de sus metas y, por ende, un adecuado bienestar.



«[...] Yo pienso que hay un cambio bastante significativo porque hacerse visible es tomar ese paso importante, que es reconocerse, y dejar que otros te reconozcan y te acepten como tal. Te abre muchas más oportunidades, y cosas que no vemos cuando *estamos en el clóset*, cuando somos invisibles, cuando nos sentimos amenazados, así que, yo diría que puede que cambie bastante su perspectiva y metas en general». **(Tomás)**



«[...] sí, en algún momento estaba la posibilidad todavía de yo querer casarme, ya con eso se eliminó por completo. Es algo que no voy a poder hacerlo jamás acá o, si en algún momento quería adoptar a alguien, si en algún momento había pensado en adoptar a una niña, sé que aquí no podría, los trámites no te permiten como mujer soltera. Sí, de todas maneras cambia. O como te digo, una meta ya es para muchas personas LGBTIQ+ salir de país porque sabes que aquí es como una situación que no se puede, o sea ya sale de tus manos el control de tener acceso a eso». **(Alex)**



«[...] Bueno, quizás la incertidumbre del qué será y qué vendrá. Eh... sí se está avanzando poquito a poco en la visibilidad y todo eso, pero aun así hay mucha gente que no lo entiende; quizá poquito a poco, es una incertidumbre, no es que cambie tal cual yo en contenido porque sí lo quiero hacer, pero, o sea, no sé, eso». **(Nicolás)**

6 ▶ Crecimiento personal

En cuanto a este segmento, es entendido como el continuo desarrollo de potencialidades (Rodríguez-Polo et al., 2017). Para ello, se exploró qué entienden las, los y les participantes acerca del concepto, evidenciando su relación con el logro de las capacidades, así como el desarrollo de estas. Asimismo, el soporte social tiene un vínculo, puesto que reconoce la importancia de mantener relaciones positivas y una postura asertiva frente a las demás personas. También, se relaciona con la capacidad de reflexionar sobre el pasado, reconociendo las decisiones positivas y negativas que se tomaron. Además, está vinculado con superarse a una/o/e mismo, tratando de vencer los obstáculos contextuales y personales.



«[...] Creo que crecimiento personal, para mí, es llegar en un sentido de, no solo satisfacción, logro, no cosas de renombre; si no, poder estar bien, poder tener un buen cuidado de su salud mental, integridad física, y sus relaciones interpersonales, de cómo se sienten con la sociedad, porque es un sentimiento bastante humano, y toda esta dinámica. Justamente este proceso, de que va a mejorando poco a poco, en ese sentido, yo creo que es crecimiento personal». **(Mariela)**

En esta línea, se buscó indagar sobre los *cambios en el crecimiento personal desde reconocerse como persona LGBTQ*. Cabe mencionar que, al no contar con evidencia empírica que permita contrastar los resultados, este segmento tiene una funcionalidad exploratoria. Por ello, se puede evidenciar que las personas entrevistadas configuran ideales diversos acerca de lo que es el crecimiento personal. Por un lado, se reconocen la individualidad y la subjetividad que está presente en el desarrollo de metas y que cada persona está en la capacidad de proponerse objetivos acordes a su realidad. Por otro lado, se enfatiza una necesidad de levantarse frente a la opresión, lo cual lo relacionan con mayor autonomía. Así, también existe una percepción de cambio favorable frente a las dificultades presentadas.



«[...] Ha sido un proceso bastante complejo. Yo siento que he cambiado bastante. Aunque aún me falta mucho, pero sí siento que al momento actual me conozco mucho más. Hice lo que necesito en ciertos momentos, lo que quiero. Sé manejar mejor ciertas situaciones. Porque ya cuento con las herramientas para hacerlo. Y entonces sí, o sea, yo sí siento que he cambiado un montón a partir de todas las cosas que he vivido. Y, sobre todo, de las decisiones que he tomado en situaciones en las que me he sentido como Superman. A pesar de no haber tenido una orientación como tal en ese momento. Siento que he tomado las mejores decisiones que pude haber tomado en ese momento, con lo que tenía a mi alcance. Ahora yo miro hacia atrás hace 4 o 5 años o incluso desde antes de la pandemia digo hoy has crecido, mira cuánta has avanzado. Y es como esta palmadita en el hombro de qué estás haciendo bien». **(Gabriela)**

La presente investigación se caracteriza por tener un enfoque positivo, de potencialidades de las personas más allá de lo evidentemente difícil y duro que es transitar en un contexto que te discrimina y violenta sistemáticamente, por lo que se propuso el segmento *aspectos positivos en la construcción del crecimiento personal desde reconocerse como persona LGBTQ*, con el objetivo de encontrar pros en función de la vivencia de ser una persona de la diversidad. Por ello, se reconoció la existencia de cierto bienestar al haber *salido del clóset*, puesto que relacionan la experiencia previa como una etapa de dolor. Asimismo, esto es favorable debido a que se normalizan las relaciones homobisexuales, lo cual puede ser un camino favorable para nuevas generaciones con mayor apertura. Esto, además, está relacionado con un componente de salud mental, de contención emocional y soporte social (Puescas, 2020). Por último, se reconoce que existen diferencias a corto y largo plazo, debido a que al inicio puede resultar negativo en función de las expectativas y discriminación frente a la diversidad, pero que repercute positivamente en el desarrollo autónomo de su identidad, aquello que también se relaciona con una afirmación positiva de su diversidad (Borja, 2021).



«[...] Puede haber cambios negativos a corto plazo; pero, a largo plazo no hay nada más que beneficios. Eso es así y lo sé de primera fuente. Es un camino que tienes que recorrer porque si no lo recorres no vas a ser tú mismo porque hay una parte que vas a estar negando de ti. Es como que estás protegido, pero a la vez no eres tú mismo. Hay que hacerlo. Claro que yo digo que a nadie hay que obligarlo hacerlo, ¿no? Pero creo que es muy beneficioso hacerlo. Simplemente al inicio puedes tener muchas dificultades, pero a la larga encontrarás recompensas. En mi caso, yo creo que la mayor recompensa es mirar de frente a todo el mundo y decirles esto es lo que soy. No oculto nada, no tengo nada que ocultar. La gente me mira y claro que tampoco pongo un letrero ¿no? “Yo soy gay” (risas). Tampoco es así ¿no? Pero, por ejemplo, donde vivo la gente sabe. Mi familia sabe y me quiere así como soy. Sé que no soy una moneda de oro. No somos monedas de oro tampoco. Va a haber gente a la cual no le vamos a caer y eso es así seas o no seas gay. Finalmente, las personas te van a querer por lo que eres. De repente al inicio les puedes extrañar, pero luego, si te conocen bien, van a saber la calidad de persona que tú eres ¿no? Al final les puedes sorprender, pero no te van a dejar de querer ¿no?». **(Mariano)**

7 ▶ Relaciones positivas

Por otro lado, las relaciones positivas de esta última subcategoría son identificadas como aquellas en las que se les respeta y, en casi todos los casos, se señala que son pocas y de grupos pequeños. Cabe resaltar que, al consultar sobre las personas con las que suelen relacionarse, muchas/os/es señalaron que tienen que lidiar día a día con quienes no aceptan su orientación sexual y/o identidad de género. Es así como al momento de develar que eran LGBTQ, sus relaciones cambiaron de una manera importante, generándose quiebres y alejamiento de algunas personas, cuando fue posible. También se generaba incomodidad al no poder expresarse libremente. Sin embargo, en muchos casos, el *salir del clóset* fue un elemento que fortaleció las relaciones con las que contaban y permitió que entablen otras. Estas relaciones que se identifican como “positivas” son señaladas como vitales, aunque en algunos casos, se ve la dependencia generada en ellas de manera negativa.



«[...] Yo en mi familia no confío, en casi nadie. Yo no les cuento nada de mis cosas. Siempre actué a espaldas de ellos, no para hacer cosas malas, sino para hacer libremente mis cosas, sin que me tengan que decir nada o hacerme sentir mal. Sí los quiero, sí los amo a todos, pero por el hecho de que son bien conservadores, machistas, y yo soy ... Mi orientación es muy distinta a la de ellos, y viendo como ellos se expresan de nosotros, me genera miedo, me genera desconfianza. Y también me duele, algún día se van a enterar y no sé qué pueda pasar. [...]. Con respecto a mis amigos, no soy de tener muchos. Soy de poquísimos amigos, pero ellos sí saben mi orientación y normal. Mi familia es ellos realmente, porque a ellos los amo, saben toda mi vida. Son tres amigos con los que paro para todos lados. Es buenísima la relación con ellos. Tenemos planeado vivir juntos. La confianza y el cariño es muy fuerte». **(Manuel)**

En la misma línea, se les solicitó indicar qué acciones realizan para mantener estas relaciones positivas con las que cuentan actualmente; entre ellas, dedicar tiempo a través de enviar mensajes, realizar visitas, mostrar preocupación por su bienestar, entre otras. Aunque para muchas personas, desarrollar estas actividades implica un gran esfuerzo al reconocer que han tenido problemas para mantener las relaciones a lo largo de su vida. Se destaca que identifiquen el periodo de la pandemia como retador para las relaciones, ya que no podían encontrarse ni estar físicamente cerca. Lo más importante a señalar es que la orientación sexual y/o identidad de género influyó en sus relaciones al generar que estas acaben debido a la presencia de violencia, ejercida principalmente por familiares. La develación acerca de ser LGBTQ se efectuó principalmente a amistades, pareja, familiares y compañeras/os/es de trabajo. En esta línea, se indica que la sociedad machista genera que muchos de los entornos en los que se desarrollan sean hostiles y llenos de violencia.



«[...] Todavía estoy procesando bastante del daño que ellos hicieron. Creo que eso les pasa a muchas personas de la comunidad, pero, ahora, al menos están empezando a utilizar mis pronombres; pero sí, yo diría que ha sido bastante tóxica, porque mi familia siempre ha sido disfuncional. Así que sí, no muy buena, digamos». **(Álvaro)**



«[...] Me cohibía mucho cuando conocía gente, que tomen mal mi orientación, sobre todo cuando eran hetero. Algunos cuando se enteraban como que se sorprendían; a otros les causaba gracia; a otros, nada. Pero sí, me cohibía bastante en este aspecto. Pero ahora ya no, ya no, me refiero cuando tenía 20 o 30 años, pero ahora ya no, ya me llega todo». **(Erick)**

Otro aspecto para resaltar es que las/os/es participantes señalaron encontrar diferencias entre las relaciones que mantienen con otras personas LGBTQ frente a aquellas que son cisheterosexuales. Fueron varias las que señalaban que dentro de la comunidad podían encontrar mayor respaldo y un espacio más seguro. Aunque en algunos casos, se identifican que los entornos LGBTQ pueden ser problemáticos y se presentan estereotipos en los que no quieren o no logran encajar, evidenciando así un rechazo al grupo como tal. Y dentro de estos entornos, se identifican grupos que son más afines en relación con su orientación sexual y/o identidad de género.



«[...] Porque al ser personas disidentes estamos constantemente en peligro y es... como te decía es agotador y para mí es importante tener estas relaciones. Estos vínculos con personas eh... diversas, que me hacen... que son un soporte, son un soporte inmenso, mucho, mucho, y estoy muy agradecido siempre con todes mis amigos LGBT porque... quizás si no fuera por ellos, ellas, ellos, no... no estaría aquí. [...] hay más comprensión en... personas de la diversidad, que en... en personas cishetero, ¿no?». **(Lai)**



«[...] Sí, para empezar que los gays son más aceptados, entre comillas, a nivel social. [...] Una cosa es ser trans, pero otra cosa es ser trans y operarte, trans y hormonarte, que son otra cosa. También dentro de la misma comunidad que sí he escuchado por ahí entre mis compañeros que me dicen que algunos se sienten presionados, de manera indirecta, a pasar por una transición, ¿no? Por el tema de que, para darle validez a sus sentimientos de ser trans, por ejemplo». **(Ramón)**

En línea con lo señalado por las personas entrevistadas, el proceso de identificarse como LGBTQ implica un proceso de reajuste en el ámbito de las relaciones interpersonales que se mantienen. Así, por un lado, se presentan aspectos negativos en ellas debido a que no se acepta su identidad sexo-genérica, se cuestiona, se realizan comentarios negativos y se producen manifestaciones de violencia. Muchas de ellas no se pueden controlar y se tiene que convivir con estas personas en diversas ocasiones por factores económicos, sociales, entre otros. Esto tiene un efecto negativo en las personas LGBTQ al atender contra su bienestar (Manning, 2015; Roe, 2017). Mientras que, por otro lado, se fortalecen o se forman nuevas relaciones de una manera más auténtica y se logra experimentar una mayor conexión con su círculo más cercano (Rouse et al., 2021).

Justamente las relaciones positivas son entendidas como aquellas que son auténticas y brindan satisfacción al ser comprendidas como redes de apoyo basadas en la empatía, afecto e intimidad (García-Alandete, 2013). Estas se constituyen como un factor protector, especialmente cuando implican la relación con comunidades conformadas por otras personas que comparten su identidad sexo-genérica. Y esta conexión con otras/os/es LGBTQ es un elemento mediador para alcanzar el bienestar (Poteat et al., 2017; Roberts y Christens, 2021). Esto debido a que *salir del clóset* y ser aceptada/o/e por otras personas LGBTQ predice en mayor medida el bienestar al ser un grupo que satisface necesidades que otros grupos cisheteronormativos no pueden (Rouse et al., 2021). Aunque también las/los/les participantes reportan que estos entornos pueden ser violentos al estar cargados de estereotipos y estándares que no pueden alcanzar. Esto dialoga con lo encontrado por Puescas (2020) y Borja (2021) donde se reproducen las dinámicas violentas debido a la normalización de esta. Así, se piensa como única forma de relacionarse que es aceptada entre pares y establece cánones de cómo deben verse y actuar (Cariás, 2010; Echeburúa y Redondo, 2010). Sobre este punto, la información aún resulta escasa y limitada.

De esta manera, se ha visto cómo muchas personas identifican que sus relaciones han mejorado y son importantes; mientras que otras, no cuentan con estos espacios o les es difícil entablar estos lazos. Entonces, como señalan Rouse et al. (2021), el proceso de identificarse como LGBTQ puede tener dos funciones: interpersonal e intrapersonal. Es decir, para algunas personas permite el fortalecimiento de sus relaciones y sienten que se encuentran más cercanos/as/es a las otras personas al mostrarse auténticamente. Mientras que, para otras personas, este es un medio para comprenderse mejor y distinguir las competencias que ya poseen para lograr empoderarse personalmente.



Soporte social percibido

La segunda gran categoría encontrada en la presente investigación describe y analiza el **soporte social percibido** por parte de la comunidad LGBTQ, el cual se vincula con las dimensiones exploradas previamente del bienestar psicológico. De esta manera, se hallaron las siguientes subcategorías que permiten comprender cómo se presenta: 1) Definición e importancia del soporte social, 2) Influencia de la identidad de género y orientación sexual en el soporte social, 3) Integrantes de la red de soporte social, 4) Relevancia del soporte brindado por personas LGBTQ+, y 5) Expectativas sobre la red de soporte social.

1 ▶ Definición e importancia del soporte social

En relación con este primer segmento, se desarrollan las principales características que conforman la concepción de soporte social y la relevancia que se le otorga dentro de su bienestar. De acuerdo con las personas entrevistadas, el soporte social es entendido, principalmente, como una red de ayuda en la cual se enfatizó la incondicionalidad, al igual que la confianza y la necesidad de un espacio seguro para expresarse libremente y ser escuchada/o/e, tal y como menciona esta participante: «[...] **Necesitamos de esos vínculos, necesitamos tener un espacio seguro donde podamos ser realmente quiénes somos y nos mostremos así tal cual**» (Martina).

De igual forma, se resaltó el apoyo emocional brindado por el círculo más cercano como una de las principales formas de soporte social, vinculado a la contención y el afrontamiento de situaciones difíciles. Algunas de estas fueron momentos incómodos, situaciones violentas, crisis y necesidades personales. Siguiendo esa línea, el soporte social también fue relacionado con el afecto, el cuidado, las relaciones sanas, la validación y la aceptación.



«[...] El afecto, el sentirse querido, querida, queride también. Creo que sí es importante el afecto, el sentirse dentro de... de pertenecer a algo, sin mencionar lo de la identidad, sobre quién eres, pero también a dónde perteneces, con qué te identificas». (Elisa)

De acuerdo con la literatura, el soporte social posee distintos tipos como el emocional, que implica las expresiones y acciones que demuestran una preocupación por la persona (Rodríguez y Cohen, 1998, como se citó en Baptista et al., 2012). Según Sarason et al. (1983, como se citó en Silva, 2018), este tipo de soporte supone la valoración y las muestras de afecto hacia una persona, se caracteriza por la confianza, el cuidado, el cariño y el aprecio hacia el otro. Dicho soporte resulta de suma importancia para las personas LGBTQ porque permite sobrellevar situaciones de rechazo o discriminación relacionada con el rompimiento de las normas cisheteronormativas (Alencar et al., 2016; Weeks, 2000, como se citó en Puestas, 2021).

Por otra parte, algunas de las personas entrevistadas resaltaron que el soporte social involucra el respaldo y el apoyo recibido por el Estado. En ese sentido, señalaron el respeto de sus necesidades básicas mediante los servicios que brindan, así como el rol que juega con respecto a la integración y el sentido de pertenencia de las personas LGBTQ en la sociedad peruana. Por su parte, otras personas consideraron que el soporte social puede ser también a través del apoyo económico y las redes de contactos laborales.



«[...] Apoyo de la comunidad, de las autoridades, de la familia, todo el respaldo que una persona necesita, no solo de la comunidad, sino todo el respaldo que una persona necesita para ser parte precisamente de la sociedad». **(Leo)**

Lo mencionado en líneas anteriores hace referencia al soporte social de tipo instrumental, que es entendido como el sentido de pertenencia al obtener consecuencias y beneficios tangibles por parte del grupo (Caplan, 1974; Sarason et al., 1983, como se citó en Silva, 2018). Es así que la sociedad y el Estado son concebidos como entes que deben brindar este soporte, dado que su obligación es proveer el acceso a derechos y servicios públicos acorde a las necesidades de la comunidad LGBTQ.

De acuerdo con la literatura, el apoyo y los beneficios tangibles refuerzan la identificación con la sociedad y la disminución de estresores a los que comúnmente está expuesta la persona (Durá y Garcés, 1991; Puestas, 2021). Por ello, el apoyo estructural de la sociedad y el Estado se contemplan como fundamentales para poder sentirse parte de la ciudadanía, repercutiendo este vínculo en el bienestar psicológico al reducir las dificultades de la comunidad LGBTQ.

Con respecto a la relevancia del soporte social en la vida de las personas LGBTQ, esta es concebida como una **“herramienta para afrontar el conflicto”**, puesto que son espacios a los cuales pueden recurrir ante problemas y recibir apoyo para lograr sus metas. Bajo esa misma línea, su importancia se vincula con la seguridad y la comodidad que el soporte social les hace sentir para poder comentar sus dudas y recibir consejos. Lo anterior, se refleja en la siguiente cita: **«[...] donde tú puedes recurrir si es que tienes algún problema, una situación o si de pronto no saben qué hacer, ese grupo puede estar ahí para darte ese apoyo eventualmente puedes hacer tus actividades autónomamente» (Cris).**

Esto resulta congruente con el soporte social de tipo informacional que consiste en aportar sugerencias en la toma de decisiones ante situaciones adversas (Baptista et al., 2012). Este soporte permite que los niveles de estrés disminuyan y se perciba una sensación de control sobre las dificultades cotidianas; lo cual se convierte en un factor protector para la salud mental (Cohen y Wills, 1985, como se citó en Selkie et al., 2019). En ese sentido, este tipo de soporte es importante en el caso de la comunidad LGBTQ, ya que ayuda a afrontar el estrés social derivado de la constante estigmatización que reciben y los recursos limitados para hacer frente a este (Frost et al., 2016).

Siguiendo con lo anterior, se resaltó que su importancia se relaciona con la satisfacción de una necesidad humana básica; por lo cual, diversas personas entrevistadas enfatizaron que crear redes positivas, sentirse acompañadas/os/es y ser parte de un grupo con mismos valores que proporcione apoyo, afecto y retroalimentación es vital porque les ayuda a tener más confianza en sí y sus decisiones.



«[...] Que es algo necesario en el ser humano, el ser humano es un ser social, el ser humano tiene una necesidad de pertenencia y afecto. Entonces, todos buscamos eso. [...] Te ayudan a sentirte parte de un grupo, te ayudan a tomar decisiones, te ayudan a sentir que no estás solo». **(Mariela)**

Vinculado a ello, consideraron que el soporte social también es necesario para el crecimiento personal. Dicho de otra forma, es por medio del compartir con el círculo cercano que las personas aprenden y fortalecen su propia seguridad. Esto se relaciona con lo encontrado en el estudio de Lee et al. (2017), en el cual se reconoce que tener soporte social permite que la persona explore y se proponga metas que favorezcan su desarrollo. Lo anterior es posible, dado que el soporte social fomenta sentimientos de autoconfianza y tener mayor disposición a lograr sus objetivos.



«[...] Eh... me ha ayudado a crecer, entiendo también un poco más, tal vez de la misma situación propia que en ese momento sucede, o en general también el proceso por el cual cada uno pasa. A veces, nosé, se comparten experiencias, entonces dices "oye, a mí me pasó casi algo similar", o también "no, yo no pasé por eso, pero [wau], qué difícil pudo haber sido». **(Elisa)**

2 ▶ Influencia de la identidad de género y orientación sexual

Con respecto a esta subcategoría, se refiere a las percepciones de las personas participantes sobre cómo sus orientaciones o identidades han cambiado o no el soporte que reciben. Es así como la mayoría de las personas entrevistadas identificó que la orientación sexual y/o identidad de género puede tener cierto impacto en el soporte social de su entorno o seres cercanos, ya sea durante la *salida del clóset* o luego de esta. Sobre estos efectos, reconocieron que visibilizarse dentro de sus círculos sociales puede ser una experiencia negativa o positiva para el bienestar de las personas LGBTQ, dependiendo de las creencias de sus círculos cercanos.

Con relación a las vivencias negativas vinculadas a la *salida del clóset*, se identificaron cambios en el soporte que han recibido por parte de su entorno. En ese sentido, se comprobó que este disminuyó porque sus amistades o familiares optaban por distanciarse o alejarse de dichas personas.



«[...] Sí, he visto chicos que han perdido a sus familias, los han alejado totalmente de la familia. Les han dicho literalmente "tú estás muerto para nosotros", así con esas palabras. Que de un momento a otro se vieron en la calle, solos. Sí, lo he visto, Ser parte de la comunidad no implica recibir o perder apoyo, pero abrirse como parte de la comunidad sí. Abrirse a la familia, los amigos, he visto relaciones destruidas por eso, por abrirse». **(Leo)**

Como se puede observar, el *salir del clóset* o presentarse como parte de la comunidad LGBTQ conlleva al riesgo de la pérdida del soporte social (Bonet et al., 2007; Harrison, 2003). Acorde a la literatura, para la comunidad LGBTQ, la experiencia más compleja de afrontar es el revelar su identidad u orientación a la familia, puesto que puede implicar exponerse a violencia y pérdida

del hogar o sustento económico (Ali, 2017; Mills-Koonce et al., 2018; Švab y Kuhar, 2014; Zavala, 2020). Por tal motivo, las personas que no han *salido del clóset* pueden tener temor a la violencia y al rechazo por parte de su red de soporte, por lo que prefieren no ser reconocidas como parte de la comunidad LGBTQ. Esto último puede verse reflejado en la siguiente cita:



«[...] Si es que te das cuenta de tu orientación cuando tienes 15, y estás en un grupo lleno de homofóbicos. O sea, va a influir bastante porque en algún momento te puedes quedar sin amigos. Y con tal de no quedarte sin amigos *te metes más al clóset*». **(Gae)**

En esa misma línea, surgen comentarios por parte de su entorno vinculados a la culpabilización de situaciones violentas o discriminatorias debido a la orientación sexual o identidad de género de la persona.



«[...] Antes de públicamente ser parte de la comunidad LGBT, como que... si yo tenía un problema, mis papás me decían “oye puede haber sido por esto, puede haber sido por esto, qué ha pasado, blablablá”. Ahora tienen que considerar también la variable LGBT, ¿no? Cuando me dan un apoyo, un consejo “oye, pero cierto, mejor no lo menciones, no te vayas a exponer, esto que el otro”. O ya, por ejemplo, si alguien me trató feo, me trató mal en la universidad o algo, me dicen como que “¿no será por esto?, ¿no será porque eres pansexual?, ¿no será por esto, porque el otro?”». **(Alicia)**

Siguiendo lo anterior, algunas de las personas entrevistadas resaltaron también una falta de empatía y desinformación al momento de recibir soporte. Ello fue expresado a través de comentarios negativos, invalidación de emociones e indiferencia.



«[...] La empatía y al no estar identificados con nosotros. Si no te has identificado o no sabes escuchar lo que en serio podemos pasar o informarte, pues vas a decir “ah, está llorando por algo tonto”, “ya se le va a pasar”. No saben en realidad lo que nosotros pasamos. [...] cuando no están bien informados, no se ponen en tu lugar, no son un soporte en realidad». **(Carlos)**

Cabe mencionar que tales actos y actitudes se encuentran basados en el prejuicio, que es entendido como las evaluaciones negativas hacia un grupo que se percibe como diferente (Allport, 1979, como se citó en Morrison et al., 2018). Por tanto, la comunidad LGBTQ es concebida a partir de prejuicios sustentados en valores conservadores considerados como legítimos y superiores (Castañeda, 2006; Rottenbacher, 2011; Rottenbacher et al., 2012;). Ello ocurre en el contexto peruano y trae como consecuencia que la sociedad reaccione desde la hostilidad hacia las disidencias sexuales por incumplir las normas basadas en la cisheternormatividad (Avellanada, 2020). En otras palabras, se establece una relación jerárquica que impide conductas de ayuda

y soporte social. Es importante señalar que ello conlleva una afectación en su bienestar, lo que podría tener distintas implicancias en el proceso de auto aceptación, el afrontamiento de situaciones de violencia y la salud mental de las personas LGBTQ.



«[...] Muchas veces se ha romantizado la idea de la familia. Muchas personas piensan que la principal fuente de soporte es su familia, pero al momento en el que *sales del clóset* sientes que te quedas sin eso. Muchas familias no siempre le aceptan, entonces te pones a pensar “y ahora a quién recurro” [...]. A muchas personas LGBTQ+, cuando he estado en diferentes espacios, principalmente en personas trans, el tener este rechazo hace que sientan que están soles en la vida, y que no tienen a dónde recurrir si algo malo les pasa. Y eso les pone mucho más en situaciones de violencia, de aguantar estar en situaciones de violencia porque piensan que esa es la manera en la que debería ser, que el único soporte puede venir de ese lugar, o de una pareja y la pareja también puede ejercer violencia». **(Martina)**

Ello coincide con la bibliografía, dado que la falta de soporte social se encuentra relacionada con el riesgo al suicidio, la baja autoestima, el aislamiento, los niveles de depresión y ansiedad, al igual que a malestares físicos (Cohen et al., 2000; Chow y Cheng, 2010; McDonald, 2018; Wilson y Cariola, 2020; Wright y Perry, 2006). Dicho de otra forma, que el entorno de las personas LGBTQ sea percibido como excluyente y que no brinda el soporte social que necesitan, trae como consecuencia menores niveles de bienestar psicológico (Gómez Aguayo, 2017). Por el contrario, el soporte social se asocia a una mayor satisfacción con la vida y funciona como un factor protector ante estresores cotidianos generados por el estigma social, el estrés, la discriminación y los prejuicios hacia la comunidad LGBTQ (Domínguez-Fuentes et al., 2012; Puentes, 2020). Asimismo, el ocultar la orientación o la identidad no permitirá que la persona acceda a algún tipo de soporte social, lo cual exacerba emociones como vergüenza, autocrítica excesiva, frustración y desesperación (Schrimshaw et al., 2013).

Además de lo anterior, las personas LGBTQ entrevistadas mencionaron el rechazo por parte de la sociedad peruana, que representa una manifestación de la falta de soporte social recibido en distintos contextos públicos y privados. En ese sentido, se refirieron a instituciones educativas, centros de salud, instancias policiales y espacios de libre tránsito.



«[...] En la sociedad todavía no hay mucho soporte social porque no hay ese, no hay ese contexto de, de igualdad, ¿no? Siempre cuando, por ejemplo, a mí me ha tocado cuando mi expareja, estuve agarradas en la calle agarradas de la mano, eh, simplemente por agarrarnos de la mano y caminar nos decían “Ey, suéltense...” o sea, sí tuvimos discriminación como, como cualquiera, ¿no? Aquí en Cercado o en Miraflores, en todas partes va a haber eso. Pero, este y esos enfrentamientos como que, no a mí, yo le ponía audífonos a mi pareja y escuchábamos música. O sea, nunca, nunca le llevábamos la contra». **(Dani)**

Es relevante señalar que este rechazo puede ser diferenciado en el ámbito laboral. Es decir, se reconoció un menor soporte social por parte de la sociedad a las personas trans para poder acceder al trabajo. Ello trae como consecuencia menos oportunidades laborales o trabajos en situaciones de precarización.



«[...] Creo que en el tema de las personas transexuales, la ayuda no es mucha porque un homosexual tiene más posibilidad de conseguir un trabajo, o un empleo, que una mujer trans. Como gay nunca he tenido un “pero” para trabajar, siempre me han aceptado, en buenos trabajos. Pero como trans he visto todas las deficiencias posibles, y creo que el ser trans, no es lamentable, sino que es muy limitado para muchas, hay que tener suerte para conseguir trabajo». **(Gabriela)**

A partir de ello, se desprende que el Estado y la sociedad a nivel estructural no cumplen con la función de soporte social que las personas LGBTQ demandan y necesitan porque no contribuyen a la satisfacción de necesidades ni les brindan beneficios tangibles (Caplan, 1974; Sarason et al., 1983, como se citó en Silva, 2018). Es decir, el rechazo por parte de la sociedad y los servicios que brinda el Estado son una manifestación de la ausencia del soporte social que perciben las personas de la comunidad. Acorde a lo expresado por las personas participantes, el Estado no garantiza el acceso a derechos básicos, sobre todo a la población trans. Es más, promueve condiciones para el desarrollo de estresores cotidianos y actos de violencia que afectan directamente el bienestar psicológico de las personas LGBTQ. Esta realidad ha sido documentada previamente en diferentes informes realizados por organizaciones civiles e instituciones no gubernamentales peruanas tales como Promsex (2021), el Instituto Internacional sobre Raza, Igualdad y Derechos Humanos, (2021), Más Igualdad (2021) y No Tengo Miedo (2014, 2016).

En cuanto a los cambios positivos, se puede observar que las personas LGBTQ percibieron que existía una intención por entender mejor sus experiencias para brindar un mejor soporte de parte de su entorno. En ese sentido, comentaron que sus relaciones con algunas personas del entorno mejoraron luego de visibilizarse como parte de la comunidad.



[...] Se reforzó la confianza, y la apertura de contarle a mis amigos mi vida sentimental, porque eso para mí es esencial, porque un problema, no tengo a mi familia, entonces voy a confiar en mis amigos, que me pueden aconsejar, y me dan sostén y apoyo. En los cercanos que se han quedado, ha mejorado la relación al enterarse. **(Luz)**

Según lo documentado en investigaciones previas, el proceso de *salir del clóset* acompañado de una red de soporte social fomenta condiciones propicias para el fortalecimiento de relaciones amicales y familiares en las personas LGBTQ; lo cual genera una serie de beneficios para el bienestar, un mayor sentido de pertenencia y mayor nivel de crecimiento postraumático (Solomon et al., 2015; Zavala, 2020). Por tanto, tener acceso al soporte social posibilita que la *salida del clóset* sea una experiencia percibida como positiva y gratificante. Asimismo, el *salir del clóset* bajo dichas condiciones se vincula con sentimientos de apertura, autenticidad, honestidad hacia el entorno, así como el desarrollo de autoestima y de una identidad positiva (Cohen y Savin-Williams, 1996; Savin-Williams, 2001; Zavala, 2020).

3 ▶ Integrantes de la red de soporte social

Con relación a esta subcategoría, se reconocieron y analizaron la conformación, las demostraciones de apoyo y los sentimientos generados por la red de soporte social de las personas LGBTQI+. En ese sentido, las personas participantes consideraron como parte de su círculo de soporte social principalmente a las amistades, familiares y a la pareja. Sin embargo, algunas personas de la comunidad LGBTQ entrevistadas han resaltado a ciertos grupos o agentes de su círculo social. Es así como la mayoría se refieren a sus amistades como “la familia elegida”, quienes las entienden, aconsejan y a las que recurren en situaciones difíciles. Dichos elementos son característicos de la concepción de soporte social.



«[...] Eh, con respecto al entorno social, creo que con las amistades más que nada. Hm, yo tengo un grupo de amistades con el que, es como un grupo de apoyo con el que me siento [...] Hace tiempo que no tenía uno así, con el que me siento cómodo en sí también, me siento querido, me siento bastante reconfortante y siento que es como una familia inclusive, que me acepta como soy, que me quiere como soy, que me apoya en los momentos que me da ciertas crisis o es que no me juzga en sí. Creo que lo veo por ese lado». **(Pau)**

Cabe resaltar que el círculo amical se considera fundamental, sobre todo para aquellas personas de la comunidad LGBTQ que carecen de soporte familiar.



«[...] Creo que ha sido básico en las situaciones que he tenido que afrontar familiarmente. Mi círculo social, de amigos, también, es necesario, porque cuando *salí del clóset*, mis amigas estuvieron hablando conmigo, haciéndome sentir bien, diciéndome que iba a pasar, que mi familia lo iba a aceptar e iba a estar mejor. Y sí, ha sido muy necesario». **(Luz)**

Lo encontrado en las entrevistas confirma lo hallado en la literatura, dado que las amistades son quienes brindan mayor soporte social al ser las familias un posible espacio de rechazo (Dominguez-Fuentes, 2012; Silva, 2018). Es decir, al existir una relación de reciprocidad y horizontalidad, los vínculos amicales suelen ser sus principales referentes de soporte social en el proceso de *salida del clóset* (Heaphy, 2009; Silva, 2018). Asimismo, las amistades toman un rol fundamental para la revelación de la orientación sexual e identidad a otras personas del entorno, mientras que la familia influye más en el proceso interno de la autoaceptación (Shilo y Savaya, 2011).

Además del soporte emocional que brindan, una de las personas participantes enfatizó que también pueden apoyar económicamente o en el ámbito laboral. Esto es de suma importancia, dado que ser parte de la comunidad LGBTQ obstaculiza la inserción profesional y, por ende, les sitúa en una posición de mayor desigualdad económica (Instituto de Estudios Sindicales, 2021). Es necesario recordar que, en investigaciones donde se observan los efectos de la inequidad socioeconómica en grupos LGBT, el bienestar psicológico era mayor en grupos con ingresos más altos (Roberts y Christens, 2021; Wilkinson y Pickett, 2018). Por lo tanto, la necesidad de este tipo de soporte social se entiende como una forma de mantener su bienestar a pesar de la discriminación cotidiana.



«[...] Ellos te dan soporte emocional sea como sea. Financieramente también, ante cualquier suplicio financiero uno le dice a un amigo, préstame o ayúdame en esto. También laboralmente me he dado cuenta ahora, que entre nosotros nos podemos recomendar para algún trabajo, sobre todo mis amigos son de la universidad, y estamos saliendo de la carrera, entre nosotros nos hemos apoyado por aquí, recomendarte aquí, ayudarte a que estés en un puesto laboral». **(Luz)**

Por otra parte, algunas personas LGBTQ destacaron el apoyo recibido por parte de sus familias, mayormente, de sus madres o hermanas. Dicho soporte se caracteriza por brindar consejos y acompañamiento cuando ellos lo necesiten.



«[...] Creo que nuestra comunicación de alguna manera ha mejorado, siento un poco más de libertad de contarle algunas cosas a mi mamá, y he sentido que trata de acercarse más a nivel personal. Ahora más que nunca me recuerda que es mi madre y me va a apoyar en todo momento, dentro de todo bonito». **(Nicolás)**

Asimismo, las personas LGBTQ entrevistadas destacaron el apoyo que les brindaron sus mamás y hermanas para comunicar su orientación o identidad de género a otras personas pertenecientes al entorno familiar. También, como parte del soporte social recibido, se comentó sobre el proceso por el cual algunos miembros de sus familias han aceptado su *salida del clóset*. Cabe resaltar que, acorde a la literatura, contar con las redes familiares es de gran relevancia para la posterior adaptación social y la autoaceptación (Ceballos-Fernández, 2014; Shilo y Savaya, 2011). Es decir, su soporte tendrá un impacto en las experiencias y procesos personales de las personas LGBTQ. Ello se puede observar en las siguientes acciones de soporte que contribuyen a dicho proceso.



«[...] Yo salí del clóset con ella (hermana) cuando tenía 13 o 12 años, así que creo que no cambió mucho nuestra dinámica, porque ella estaba en Lima, yo en Arequipa, y o sea, pero igual creo que seguimos siendo cercanas. Buscó más del tema, me empezó a hablar, me empezó a apoyar, también cuando *salí del clóset* con mis padres ella me apoyó bastante». **(Álvaro)**

Por lo tanto, se puede observar que el soporte de la familia es considerado como un factor protector para las personas LGBTQ. Tal como lo reporta la teoría, el soporte familiar mitiga las consecuencias del rechazo de la sociedad y la discriminación (Nesmith et al., 1999, como se citó en Doty et al., 2010). Asimismo, permite que se cuenten con mayores niveles de bienestar y autoestima, menores conductas de riesgo, un mejor ajuste psicológico y un estado de equilibrio físico (McDondald, 2018; Padilla et al., 2010; Ryan et al., 2010; Shilo y Savaya, 2011; Snapp et al., 2015).

Otras personas que fueron mencionadas como parte de las redes de soporte social fueron la pareja, las compañeras/os/es de colectivas y de trabajo, como en la siguiente cita, **«[...] Podría agregar, claro, también compañeros de trabajo, algunos, tengo buena relación, por lo menos con mi jefa directa, que también es psicóloga. Ella me brinda bastante apoyo emocional en algunos**

momentos» (Luz). Dichos agentes tienen en común que son percibidos como espacios seguros a los cuales recurrir por ayuda y que han estado presentes en aquellos momentos en los que no tenían otras figuras de soporte.

Cabe señalar que la literatura considera que dichos círculos también son parte de lo conocido como “familia elegida”. El soporte que brindan es, sobre todo, de carácter instrumental y emocional, como se evidencian en las citas previas (De Vries y Megathlin, 2009; Orel, 2017). Asimismo, tanto la pareja como compañeras/os/es de trabajo, construyen un ambiente propicio para el desarrollo personal, por lo que son considerados factores protectores ante el estrés de minorías (Baams et al., 2014; Lampis et al., 2020, Orel, 2017). Adicionalmente, es relevante resaltar el rol que juegan las colectivas para las personas LGBTQ. Esto debido a que su apoyo aumenta la confianza personal, la autoestima y la satisfacción con la vida (Silva y Cerqueira-Santos, 2014). Además, a través del soporte social que otorgan, permiten desmitificar mutuamente las normas cisheteronormativas interiorizadas, generando un vínculo de aprendizaje (Costa y Dell’Aglío, 2009, como se citó en Silva y Cerqueira-Santos, 2014; Soares et al., 2011).

A partir de lo anterior, se puede desprender que los círculos cercanos de las personas LGBTQ proporcionan un soporte social de carácter informacional (Sarason et al., 1983, como se citó en Baptista et al., 2012). Es así como resaltaron la escucha activa, el brindar consejos, el estar presentes y el tener tiempo de calidad junto a estas personas, como se mencionan en las citas a continuación:



«Creo que principalmente con su existencia. O sea, con saber que, si sucede algo difícil, van a estar ahí para mí, me hacen feliz, me entretienen, me hacen reír, me acompañan, son también como una constante en mi vida, eso también me da una sensación de estabilidad, de incluso si otras cosas cambian, si otras cosas se tambalean, esto se mantiene ahí».
(Judith)

Frente a dichas demostraciones de soporte, los sentimientos reportados por las personas entrevistadas fueron, predominantemente, calma y tranquilidad. De igual forma, mencionaron sentirse felices, queridas/os/es y aliviadas/os/es, dado que se sienten en compañía al compartir sus dificultades y sienten que pueden encontrar las soluciones que necesitan, tal y como se puede ver en esta cita «[...] Mejor me siento feliz porque me doy cuenta de que tengo personas que me ayudan y que no estoy sola y siento que todo va a tener solución (Romina)». Tales emociones y afectos relacionados con el cuidado demuestran el rol que juega el soporte social en el bienestar y la estabilidad de las personas LGBTQ (Budge et al., 2014; Chávez et al., 2018).



«[...] Como que me recuerda el cariño que tengo, el amor que tengo y que todo va a estar bien. Me da esperanza de que, como que me hace sentir un poquito mejor. O sea, no borra lo que sucede, no borra la situación discriminatoria, no borra la dificultad que pasé, pero siempre se siente mejor cuando tienes el apoyo de alguien que te quiere y que, o sea, que protege emocionalmente, como que te abraza y ya todo va a estar mejor. O sea, aunque no, pero te hace creer ese sentimiento que todo va a estar mejor y es agradable».
(Alicia)

4 ▶ Relevancia del soporte brindado por personas LGBTQ

La presente subcategoría comprende el análisis de las diferencias entre el soporte brindado por las personas que pertenecen a la comunidad LGBTQ frente a las que no lo son, así como su importancia. En relación con esto, se reconoció la presencia de dos posturas respecto a las distinciones mencionadas. Por un lado, algunas personas percibían diferencias en el soporte recibido; es decir, identificaron un mejor entendimiento y soporte con quienes pertenecen al colectivo LGBTQ. En ese sentido, se resalta la relevancia del soporte social por parte de integrantes de la diversidad sexual y de género.



«[...] Sabes qué, es el hecho de que sí te escuchan, lo van a entender y no lo van a juzgar necesariamente porque saben a qué se refiere uno. No es que haya que explicar mucho, me da esa impresión, ¿no? que con menos palabras sabes tú que esa persona te entiende. Que no es el mismo cuando sabes que es una persona que no lo ha vivido, entonces tienes que explicar mucho más. Y tu trabajo de repente si estaba haciendo una persona sensible tienes que comerte tu sensibilidad para educar a la otra persona para que te pueda acoger. Que creo que ahí hay una diferencia cuando vas y sabes que te va a acoger sin necesidad de explicarlo». **(Ramón)**

Dichas actitudes representan una diferencia por las personas participantes con respecto a las relaciones que mantienen con personas LGBTQ. De tal manera que perciben en ellas una nueva red a la cual acudir cuando su entorno ha retirado el soporte.



«[...] ellos van a tener que buscarlo, encontrarlo en de repente en personas de la misma comunidad. Creo que eso pasa más de repente en la comunidad trans, es una comunidad bien unida. Son su familia entre ellos, porque muchos han sido rechazados por sus familias y amigos. Entonces, ellos son sus familias». **(Lorena)**

Asimismo, identificaron que podrían existir diferencias en aquellas situaciones «ligadas a la comunidad LGBTQ, pero más allá de eso, no» (Claudia). Tales expresiones continúan reforzando la importancia de las personas LGBTQ dentro de los círculos de soporte social para sentirse comprendidas y apoyadas con menor esfuerzo, en comparación con personas que no pertenecen a la comunidad.



«[...] Creo que va a depender mucho del problema, ¿no? O del conflicto del problema. Si es un problema que está mucho más relacionado con mi identidad, claramente estoy seguro de que mi amigo homosexual o mi amiga lesbiana, me van a dar un mejor consejo o una mejor pauta de qué puedo hacer. Creo que solamente en ese sentido, en cualquier otro, pesan otras cosas». **(Henry)**

Acorde a lo expuesto, el soporte brindado entre las personas de la comunidad LGBTQ posee una mayor relevancia en sus círculos sociales. Ello debido a que tienen vivencias similares por no pertenecer a la sociedad cisheteronormativa y se encuentran más expuestas a la exclusión, discriminación o violencia (Christie, 2020). En esa línea, el soporte que se brinda entre integrantes de la comunidad LGBTQ se caracteriza por un mayor entendimiento y validación hacia su identidad u orientación, al igual que por consejos más pertinentes y adecuados a la situación, con menor esfuerzo (Christie, 2020; Grossman et al., 2011). En ese sentido, compartir dichos vínculos refuerza la relación existente entre el soporte social y el bienestar psicológico (Budge et al., 2014).

Por último, algunas de las personas entrevistadas mencionaron que no han percibido diferencia alguna en el soporte social por parte de personas de la comunidad LGBTQ y quienes no lo son. Precisaron que la orientación sexual o la identidad de género no influye en el apoyo o ayuda que se les da. Es relevante señalar que dichas expresiones suelen ser comentadas por grupos dentro de la comunidad que no han reconocido dificultades por su orientación o identidad o deciden no ser visibles en su entorno, «[...] Yo creo que no, porque al fin y al cabo son personas» (Gae).



«[...] O sea, dentro de mi círculo cercano, diría que no, porque incluso quienes no pertenecen a la Comunidad son personas como que igual aceptan a la Comunidad y activan para la Comunidad. O sea, es un círculo como abierto en ese sentido, en términos de mi círculo social cercano, diría que no». **(Judith)**





CONCLUSIONES, APORTES Y LIMITACIONES

A partir de los hallazgos de la investigación, se pueden extraer las siguientes conclusiones, así como importantes aportes y algunas limitaciones que merecen ser tenidas en cuenta para otros trabajos en el futuro:



En el grupo de personas LGBTQ entrevistadas, el bienestar psicológico se encuentra muy ligado a contar con recursos básicos para lograr ser estable económicamente y explorar aquello en lo que pueden mejorar para tener estabilidad a nivel emocional. Además, se reconoce el acompañamiento psicológico como fundamental para poder afrontar situaciones de violencia, reconociéndose como un privilegio al que pocas personas pueden acceder. Por ello, debe ser cubierto por el Estado al ser un derecho fundamental.



Contar con una red de soporte para la comunidad LGBTQ+ es de suma importancia para su bienestar, puesto que se considera como un factor protector durante y luego de la *salida del clóset*. Es decir, esto les ayuda a afrontar las constantes situaciones de violencia en sus diversos contextos sociales. Asimismo, se resalta la importancia de la familia y la “familia elegida”. Esta última integrada por amistades y por quienes conforman su círculo de trabajo y colectivas. Tales agentes son significativos, debido a que representan las principales personas a las que recurren cuando necesitan soporte. Dentro de los tipos de soporte que dichas personas les brindan, se encuentran el soporte emocional, seguido del informacional y el instrumental; los tres son considerados esenciales para quienes han participado.



Las personas participantes de la comunidad LGBTQ encuentran un discurso patologizante, biologicista y binario en las diferentes instituciones y especialistas de la salud mental. Incluso, se hace evidente que aún existen las mal llamadas *terapias de conversión*. Esto refleja la urgencia de capacitación y sensibilización del personal de dichas instituciones y de las, los y les profesionales de la salud mental en torno a los derechos y vivencias de esta población, desde un enfoque de derechos humanos, género, de diversidad e interseccional.



Cabe resaltar que el soporte percibido por parte de la sociedad y el Estado es ineficiente para las personas entrevistadas, dado que no han tomado acciones con las cuales se garanticen sus derechos. Por el contrario, son tanto las instancias públicas como las privadas, espacios en los cuales se violenta y discrimina a las personas LGBTQ.



La mayor parte de las personas entrevistadas reporta y reconoce haber sufrido situaciones de violencia de diferentes tipos y por diversos grupos. De nuevo, aquí se destaca la necesidad de aportes estatales para visibilizar, nombrar y aprobar políticas públicas que protejan a las personas LGBTQ+ de la violencia sistemática y estructural de la que son objeto.



La investigación representa un aporte a la literatura porque no ha sido estudiada la relación entre el bienestar psicológico y el soporte social en la comunidad LGBTQ+. Asimismo, es un estudio que ha logrado recoger las opiniones y percepciones de personas procedentes de distintas partes del país y de diferentes estratos socioeconómicos o nivel educativo alcanzados. Por ende, es una primera aproximación a las necesidades respecto al soporte de las personas LGBTQ en el contexto peruano.



Una limitación identificada fue la dificultad para concretar ciertas entrevistas. Si bien hubo una gran cantidad de personas que deseaban participar, el aumento de casos por COVID-19 impidió la realización de algunas de ellas. Asimismo, el contexto de pandemia también dificultó la posibilidad de tener las sesiones de manera presencial, lo cual aporta en el análisis del lenguaje no verbal y brinda mayor información al equipo de trabajo. Por otro lado, no se contaban con investigaciones previas o referencias para el análisis de la información, en especial para la población en mención.



Sería importante analizar estrategias de aproximación a las personas intersexuales. Si bien se tuvieron reuniones con alguna colectiva, no se logró contar con la participación de este grupo. Esto podría ser debido a la particular situación de vulnerabilidad y violencia que viven, pero resultaría relevante contar con el relato de sus experiencias para identificar y nombrar sus necesidades concretas.



Es relevante, a partir de todos los hallazgos de la investigación, incidir en la necesidad de brindar servicios de calidad en la atención de la salud mental.



REFERENCIAS

- Agencia Presentes. (2020, 9 de abril). COVID-19 - Perú. <https://agenciapresentes.org/2020/04/09/covid-19-peru/>
- Ali, S. (2017). The Coming Out Journey: A Phenomenological Investigation of a Lifelong Process. *VISTAS Online*, 21, 1-16. https://cdn2.psychologytoday.com/assets/2017_ali_coming_out_journey_.pdf
- Alencar, G., de Lima, C., da Silva, G., Henrique, M., Moreira, J., dos Santos, F., da Silva, L., Barbosa, V., da Silva, E., Engrácia, V., de Abreu, L., y Adami, F. (2016). Access to health services by lesbian, gay, bisexual, and transgender persons: systematic literature review. *BMC Int Health Hum Rights*. 16, (2). <https://doi.org/10.1186/s12914-015-0072-9>
- Amnistía Internacional. (2021). Informe 2020/21 *Amnistía Internacional: La situación de los derechos humanos en el mundo*. Amnistía Internacional. <https://media.elmostrador.cl/2021>
- Asamblea General de las Naciones Unidas [ONU]. (2019). *Importancia de la prohibición de la tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes en el contexto de la violencia doméstica*. (A/74/148). <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N19/214/47/PDF/N1921447.pdf?OpenElement>
- Asamblea General de las Naciones Unidas [ONU]. (2020). *Práctica de las llamadas "terapias de conversión": Informe del Experto Independiente sobre la protección contra la violencia y la discriminación por motivos de orientación sexual o identidad de género*. (A/HRC/31/57). <http://www.infoconline.es/pdf/PROTECCION-CONTRA-VIOLENCIA.pdf>
- Avellaneda, L. (2020). *Ratificando el sistema online: estereotipos, emociones negativas y justificación de la violencia hacia población LGTB en Facebook*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de tesis y Trabajos de Investigación. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/18369/Avellaneda_Garc%c3%ada_Ratificando_sistema_online1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Baams, L., Bos, H. M., y Jonas, K. J. (2014). How a romantic relationship can protect same-sex attracted youth and young adults from the impact of expected rejection. *Journal of Adolescence*, 37(8), 1293-1302. doi:[10.1016/j.adolescence.2014.09.006](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.09.006)
- Bachmann, C. L., y Gooch, B. (2018). *LGBT in Britain*. University Report. <https://www.stonewall.org.uk/lgbt-britain-university-report>
- Balsam, K., Huang, B., Fieland, K., Simoni, J. y Walters, K. (2004) Culture, trauma, and wellness: a comparison of heterosexual and lesbian, gay bisexual, and two-spirit Native Americans. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol* 10(1), 278-301.

- Balsam, K. F., y Mohr, J. J. (2007). Adaptation to sexual orientation stigma: A comparison of bisexual and lesbian/gay adults. *Journal of Counseling Psychology*, 54(3), 306-319. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.3.306>
- Banerjee, D., y Nair, V. (2020). "The Untold Side of COVID-19": Struggle and Perspectives of the Sexual Minorities. *Journal of Psychosexual Health*, 2(2), 113-120. <https://doi.org/10.1177/2631831820939017>
- Baptista, M., Rigotto, D., Cardoso, H., y Marín, F. (2012). Soporte social, familiar y autoconcepto: relación entre los constructos. *Psicología desde el Caribe*, 29(1), 1-18. <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v29n1/v29n1a02.pdf>
- Bazán, C., y Zamora, A. (2021, 28 de junio). *Día del orgullo en América Latina. Avances y deudas con los derechos de las personas LGBT+*. Noticias de América Latina y El Caribe. <https://www.nodal.am/2021/06/dia-del-orgullo-en-america-latina-avances-y-deudas-con-los-derechos-de-las-personas-lgbt/>
- Bazo, A. (2020, 17 de abril). *¿Por qué falló Perú con el 'pico y género' para contener al Covid-19?*. France 24. <https://www.france24.com/es/20200417-peru-fallo-pico-y-genero-coronavirus-confinamiento>
- Bishop, A. (2019) Harmful Treatment: The Global Reach of So-Called Conversion Therapy. OutRight Action International. https://outrightinternational.org/sites/default/files/ConversionFINAL_1.pdf
- Bonet, L. B., Wells, E., y Parsons, J. T. (2007). A positive look at a difficult time: A strength-based examination of coming out for lesbian and bisexual women. *Journal of LGBT Health and Resilience*, 3(1), 7-14.
- Borja, J. (2021). *Representaciones sociales sobre la cultura del honor y su relación con la inteligencia emocional y la identidad sexual en personas gays, lesbianas y bisexuales de Lima Metropolitana y Callao*. [tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/19260>
- Bourdieu, P. (2000a). *La dominación masculina*. Anagrama.
- Bourdieu, P. (2000b). Sobre el poder simbólico. En A. Gutiérrez (Ed.). *Intelectuales, política y poder* (pp. 65-73).
- Bourdieu, P. y Wacquant, L. (2005). *Una Invitación a la sociología reflexiva*. Siglo XXI Editores Argentina.

- Bregman, H. R., Malik, N. M., Page, M. J. L., Makynen, E., y Lindahl, K. M. (2013). Identity profiles in lesbian, gay, and bisexual youth: The role of family influences. *Journal of Youth and Adolescence*, 42, 417-430. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22847752/>
- Budge, S. L., Rossman, H. K., y Howard, K. A. S. (2014). Coping and psychological distress among genderqueer individuals: The moderating effect of social support. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 8(1), 95-117.
- Cáceres C. F., y Salazar, X. (2013). "Era como ir todos los días al matadero...": El bullying homofóbico en instituciones educativas públicas de Chile, Guatemala y Perú. Lima: IESSDEH, UPCH, PNUD y UNESCO.
- Cáceres, C., Talavera, V. y Mazín, R. (2013) Diversidad sexual, salud y ciudadanía. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 30(4), 698-704.
- Caplan, G. (1974). *Support systems and Community Mental Health. Lectures on concept development*. Behavioral Publications.
- Castañeda, M. (2006). *La nueva homosexualidad*. Paidós.
- Castón, P. (1996). La sociología de Pierre Bourdieu. *REIS: Revista española de investigaciones sociológicas*, (76), 75-98.
- Ceballos-Fernández, M. (2014). Identidad homosexual y contexto familiar heteroparental: implicaciones educativas para la subversión social. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 12(2), 643-658. <http://revistaumanizales.cinde.org.co/rllcsnj/index.php/Revista-Latinoamericana/article/view/1365>
- Centers for Disease Control and Prevention (2014) LGBT Youth. Extraído de <https://www.cdc.gov/lgbthealth/youth.htm>
- Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos. (Promsex, 2016). *Estudio nacional sobre clima escolar en el Perú 2016*. <http://promsex.org/>
- Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos - Promsex (2021). *Informe anual sobre la situación de los derechos humanos de las personas LGBTI en el Perú 2020*. <http://promsex.org/>
- Chaves García, N., y Ester, B. (2021, 28 de junio). *Los derechos LGBTI+ en América Latina*. Centro Estratégico Latinoamericano de Geopolítica. CELAG. <https://www.celag.org/los-derechos-lgbti-en-america-latina/>

- Chávez, M., y Zapata, J., y Petrzalová, J., y Villanueva, G. (2018). La diversidad sexual y sus representaciones en la juventud. *Psicogente*, 21(39),62-74. <https://doi.org/10.17081/psico.21.39.2822>
- Christie, C. (2020). What is hidden can still hurt: Concealable stigma, psychological well-being, and social support among LGB college students. *Sexuality Research & Social Policy: A Journal of the NSRC*. 18, 693-701. <https://doi.org/10.1007/s13178-020-00492-4>
- Chow, P. K.-Y., y Cheng, S.-T. (2010). Shame, internalized heterosexism, lesbian identity, and coming out to others: A comparative study of lesbians in mainland China and Hong Kong. *Journal of Counseling Psychology*, 57(1), 92-104. 10.1037/a0017930
- Cohen, K. M., y Savin-Williams, R. C. (1996). Developmental perspectives on coming out to self and others. En R. C. Savin-Williams y K. M. Cohen, *The lives of lesbians, gays, and bisexuals: Children to adults* (pp. 113-151). Harcourt Brace College Publishers.
- Cohen, S., Underwood, L. G., y Gottlieb, B. H. (Eds.). (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195126709.001.0001>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2019, 10 de septiembre). [Carta a la Defensoría del Pueblo]. Oficio N°372- 2019- CPsP-CDN/Decanato Nacional. <https://apublica.org/wp-content/uploads/2020/12/respuesta-colegio-psicologos-carta-010-2019.pdf>
- Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (2015). *Violencia contra Personas Lesbianas, Gay, Bisexuales, Trans e Intersex en América*. (OAS. Documentos oficiales; OEA/Ser. L) CIDH. <http://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/violenciapersonaslgbti.pdf>
- Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (2020, 20 de abril). La CIDH llama a los Estados a garantizar los derechos de las personas LGBTI en la respuesta a la pandemia del COVID-19 [Comunicado de prensa]. <https://www.oas.org/es/cidh/prensa/comunicados/2020/081.asp>
- Congreso de la República del Perú. (s.f.). *Presentan proyecto de "Ley de Identidad de Género" para personas trans en el Perú*. Despacho Parlamentario. <https://www2.congreso.gob.pe/Sicr/Prensa/heraldo.nsf/CNtitulares3/bec070a0eef3e7e0052580ca006391fd/?OpenDocument>
- Contreras Salazar, A. (2021, 16 de junio). Ser LGBT+ en Latinoamérica. Friedrich Naumann Foundation For Freedom. <https://www.freiheit.org/es/latin-america/ser-lgbt-en-latinoamerica>
- Cuba, L. y Juárez, E. (2018). *Crecer siendo diferente: Compilación de tres investigaciones sobre violencia homofóbica, transfóbica y lesbofóbica en la familia y en la escuela en el Perú*. Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos [Promsex].

- Drazer, M. (2021, 23 de junio). *Identidad de género en Latinoamérica: deuda pendiente en casi toda la región*. Deutsche Welle. <https://www.dw.com/es/identidad-de-g%C3%A9nero-en-latinoam%C3%A9rica-deuda-pendiente-en-casi-toda-la-regi%C3%B3n/a-58019832>
- Defensoría del Pueblo y MICDPD (2019). Balance Nacional de la Política de Salud Mental. <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2019/10/PPT-Balance-salud-mental-9-de-octubre.pdf>
- de Vries, B., y Megathlin, D. (2009). The meaning of friendship for gay men and lesbians in the second half of life. *Journal of GLBT Family Studies*, 5, 82-98. <https://doi.org/10.1080/15504280802595394>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>
- Domínguez-Fuentes, J.M., Hombrados-Mendieta, M.I., y García-Leiva, P. (2012). Social Support and Life Satisfaction Among Gay Men in Spain. *Journal of Homosexuality*, 59(12), 241-255. <https://doi.org/10.1080/00918369.2012.648879>
- Doty, N. D., Willoughby, B. L. B., Lindahl, K. M., y Malik, N. M. (2010). Sexuality Related Social Support Among Lesbian, Gay, and Bisexual Youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(10), 1134-1147. doi:10.1007/s10964-010-9566-x
- Durá, E., y Garcés, J. (1991). La teoría del apoyo social y sus implicaciones para el ajuste psicosocial de los enfermos oncológicos. *Revista de Psicología Social*, 6(2), 257-271.
- Ernst, J. (2020, 25 de junio). *Orgullo 2020: Más discriminación y violencia contra el colectivo LGBTI durante la COVID-19*. Amnistía Internacional. <https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/noticias/noticia/articulo/orgullo-2020-mas-discriminacion-y-violencia-contra-el-colectivo-lgbti-durante-la-covid-19/>
- Ezerskii, T. (2021, 30 de marzo). *Colectivos LGTBI en Piura resisten a la exclusión y la pandemia*. Wayka.pe. <https://wayka.pe/colectivos-lgtbi-en-piura-resisten-a-la-exclusion-y-la-pandemia/>
- Friedman, R. (1999). Homosexuality, Psychopathology, and Suicidality. *Archives of General Psychiatry*, 56(10), 887-888. <https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/articleabstract/205341>
- Frost, D. M., Meyer, I. H., y Schwartz, S. (2016). Social support networks among diverse sexual minority populations. *The American journal of orthopsychiatry*, 86(1), 91-102. <https://doi.org/10.1037/ort0000117>

- Fuller, N. (2005). Identidades en tránsito: feminidad y masculinidad en el Perú actual. *Familia y vida privada en Valdéz, T. y Valdés, X. Transformaciones, tensiones, resistencias y nuevos sentidos*, 107-30.
- Gallardo, E. y Espinosa, M. (2021). Sobre la imposición del sistema género y la transfobia: Historias de niñxs crativxs con el género y jóvenes trans*. *OBETS. Revista de Ciencias Sociales*, 16(1), 115-134. <https://doi.org/10.14198/OBETS2021.16.1.08>
- García-Alandete, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud y Sociedad*, 48-58. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v4n1/4n1a04.pdf>
- García-Rabines, D., y Bencich, B. (2021). Community-Based Resistance Strategies among a Group of Trans Women in Lima, Peru during the COVID-19 Pandemic. *Journal of Homosexuality*, 68(4), 663-672.
- Garrett, M. (2018). 'It gets better' media campaign and gay youth suicide. En C. Stewart (Ed.). *Lesbian, gay, bisexual, and transgender Americans at risk: Vol. 1, Children, youth, and young adults* (pp. 119-128). ABC-CLIO.
- Genna, K., y Espinosa, A. (2012). Identidad, etnicidad y bienestar social en un contexto socialmente excluyente. *Psicología & Sociedade*, 24(1), 84-93.
- Gómez Aguayo, G. (2017). *Percepción del bienestar psicológico de las personas LGBT a partir de la integración a una red de apoyo social formal* [Tesis de pregrado, Universidad de las Américas]. Red de repositorios latinoamericanos. <http://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/2790801>
- González-Rivera, J., Rosario-Rodríguez, A., y Santiago-Torres, L. (2019). Depresión e ideación suicida en personas de la comunidad LGBT con y sin pareja: un estudio exploratorio. *Puerto Rican Journal of Psychology/Revista Puertorriqueña de Psicología*, 30(2).
- Goytizolo, M. y Torres, F. (2019). Las terapias de la tortura. *La República*. <https://larepublica.pe/politica/2019/08/12/las-terapias-de-la-tortura/>
- Grossman, A. H., D'Augelli, A. R., y Frank, J. A. (2011). Aspects of psychological resilience among transgender youth. *Journal of LGBT Youth*, 8(2), 103-115.
- Hale, G. (2020). *Recursos solidarios ante pandemias desiguales*. Coronapapers, ILGALAC. <https://www.ilga-lac.org/coronapapers.pdf>
- Harrison, T. W. (2003). Adolescent homosexuality and concerns regarding disclosure. *Journal of School Health*, 73, 107-112.

- Heaphy, B. (2009). Choice and its limits in older lesbian and gay narratives of relational life. *Journal of GLBT Family Studies*, 5, 119–138.
- Herrán Sifuentes, M. A. (2020). Identidad de orientación sexual y satisfacción con la vida en homosexuales que trabajan en empresas de Lima Metropolitana.
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23–41. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066003.pdf>
- ILGA. (2020). *Poniéndole límites al engaño: Un estudio jurídico mundial sobre la regulación legal de las mal llamadas "terapias de conversión"*. ILGA Mundo.
- Instituto de Estudios Sindicales. (2021). *La discriminación hacia LGBTI en el entorno laboral peruano: 2016-2020*. Instituto de Estudios Sindicales. <https://www.iesiperu.org.pe/wp-content>
- Instituto Internacional sobre Raza, Igualdad y Derechos Humanos. (2021). *Cuerpos y Resistencias que TRANSgreden la Pandemia: Transmasculinidades y Personas de Género No Binario AMAN en el Perú*. Instituto Internacional sobre Raza, Igualdad y Derechos Humanos. https://raceandequality.org/wp-content/uploads/2021/09/FINAL_Cuerpos-y-resistencias-que-TRANSgreden_V4_240921.pdf
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2018). *Primera Encuesta Virtual para Personas LGBTI, 2017: Principales Resultados*. INEI. <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/lgbti.pdf>
- IPSOS (2020). *II Encuesta Nacional de Derechos Humanos: Informe completo*. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1611180/3.-Informe-completo-de-la-II-Encuesta-Nacional-de-Derechos-Humanos.pdf.pdf>
- Iribarren, R. (2020, 05 de agosto). *Poder Judicial ordena al Reniec permitir el cambio de datos en el DNI de las personas trans e intersex*. La Ley. <https://laley.pe/art/9971/poder-judicial-ordena-al-reniec-permitir-el-cambio-de-datos-en-el-dni-de-las-personas-trans-e-intersex>
- Juárez-Chávez, E., Cooney, E. E., Hidalgo, A., Sánchez, J., y Poteat, T. (2018). Violence experiences in childhood and adolescence among gay men and transgender women living in Perú: a qualitative exploration. *Journal of interpersonal violence*, 1-21.
- Kosciw, J. G., Palmer, N. A., y Kull, R.M. (2015). Reflecting Resiliency: Openness About Sexual Orientation and/or Gender Identity and Its Relationship to Well-Being and Educational Outcomes for LGBT Students. *American Journal of Community Psychology*, 55, 167-178.

- Lampis, J., De Simone, S., Belous, C.K. (2020). Relationship Satisfaction, Social Support, and Psychological Well-Being in a Sample of Italian Lesbian and Gay Individuals. *Journal of GLBT Family Studies*, 17(1), 49-62. <https://doi.org/10.1080/1550428X.2020.1724844>
- Lee, D. S., Ybarra, O., Gonzalez, R., y Ellsworth, P. (2017). I-Through-We: How Supportive Social Relationships Facilitate Personal Growth. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 44(1), 37-48. doi:10.1177/0146167217730371
- Llanco Gonzáles, C. (2021). *Estilos de liderazgo, valores, imágenes de Dios y disposiciones prosociales violentas hacia las personas LGB en población religiosa*. [tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/20596>
- Manning, J. (2015b). Positive and negative communicative behaviors in coming out conversations. *Journal of Homosexuality*, 62(1), 67-97. <http://doi.org/10.1080/00918369.2014.957127>
- Mañuico, Y. (2018). *Diagnóstico situacional de 8 organizaciones LGBTI de 3 regiones del Perú*. Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos. <https://promsex.org/>
- Más Igualdad. (2021). *Salud mental de personas LGBTQ+ en Perú*. <https://www.masigualdad.pe/estudio-salud-mental-lgbtqi>
- Más Igualdad. (2018, 26 de agosto). *Exigimos al Colegio de Psicólogos pronunciamiento oficial contra "terapias de conversión"*. <https://www.masigualdad.pe/post/exigimos-al-colegio-de-psic%C3%B3logos-pronunciamiento-oficial-contra-terapias-de-conversi%C3%B3n>
- McDonald, K. (2018). Social Support and Mental Health in LGBTQ Adolescents: A review of the literature. *Issues in Mental Health Nursing*, 39(1), 1-14. <https://doi.org/10.1080/01612840.2017.1398283>
- MedlinePlus. (s.f.). *Suicidio y comportamiento suicida*. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001554.htm>
- Meléndez, J.C., Tomás, J.M., y Navarro, E. (2009). Envejecimiento y bienestar: Avances en investigación. *Persona*, (12),83-103.<https://doi.org/10.26439/persona2009.n012.277>
- Mendoza, C. (2019). *Actitudes hacia las personas transgénero e ideología política en médicos y no médicos de Lima Metropolitana*. [tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/15760>

- Meyer, I. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological bulletin*, 129(5), 674.
- Mills-Koonce, W., Rehder, P., y McCurdy, A. (2018). The Significance of Parenting and Parent-Child Relationships for Sexual and Gender Minority Adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 28(3), 637-649. [10.1111/jora.12404](https://doi.org/10.1111/jora.12404)
- Mingote, C. (2013). *El bienestar-malestar de los jóvenes*. Ediciones Díaz de Santos.
- Mohr, J. J., y Kendra, M. S. (2011). Revision and extension of a multidimensional scale measure of sexual minority identity: The Lesbian, Gay, and Bisexual Identity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 58, 234-245.
- Morrison, M. (2019). A Systematic Review of the Psychometric Properties of Composite LGBT Prejudice and Discrimination Scales. *Journal of Homosexuality*, 66(4), 549-570. <https://doi.org/10.1080/00918369.2017.1422935>
- Muñoz, L. (2020, 17 de diciembre). *Los abusos de la fe: mentiras y torturas en las terapias de conversión en Perú*. Ojo Público. <https://ojo-publico.com/2347/mentiras-y-torturas-en-las-terapias-de-conversion-en-peru>
- No Tengo Miedo. (2014). *Estado de violencia: Diagnóstico de la situación de personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, intersexuales y queer en Lima Metropolitana*. Tránsito - Vías de Comunicación Escénica.
- No Tengo Miedo. (2016). *Nuestra Voz Persiste: Diagnóstico de la situación de personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, intersexuales y queer en el Perú*. Tránsito - Vías de Comunicación Escénica.
- Nock, M. (2014). *The Oxford handbook of suicide and self-injury*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195388565.001.0001>
- Orel, N. A. (2017). Families and Support Systems of LGBT Elders. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 37(1), 89-109. 10.1891/0198-8794.37.89
- OutRight Action International. (2019). *Harmful Treatment: The Global Reach of So-Called Conversion Therapy*. OutRight Action International. https://outrightinternational.org/sites/default/files/ConversionFINAL_1.pdf
- Ortiz-Hernández. (2015). Influencia de la opresión internalizada sobre la salud mental de bisexuales, lesbianas y homosexuales de la Ciudad de México. *Salud Mental*, 28(4), 49-65. <https://www.redalyc.org/pdf/582/58242806.pdf>

- Organización Mundial de la Salud. (2018, 30 de marzo). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Padilla, Y., Crisp, C., y Rew, D.L. (2010). Parental acceptance and illegal drug use among gay, lesbian, and bisexual adolescents: results from a national survey. *Social Work*, 55(3), 265-275. <https://doi.org/10.1093/sw/55.3.265>
- Pasquali, M. (2021, 9 de diciembre). *Los países que le dijeron 'Sí' al matrimonio igualitario*. Statista. <https://es.statista.com/grafico/18091/paises-donde-es-legal-el-matrimonio-entre-personas-del-mismo-sexo/>
- Pecho-Ricaldi, P. (2017). *Sexismo ambivalente, pensamientos patriarcales y violencia simbólica intra e inter género en Lima y Huancayo* [tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/9129>
- Pecho-Ricaldi, P. (2019). *Activismo feminista en el Perú desde la interseccionalidad: historias de vida* [tesis de posgrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/15642>
- Pérez-Witch, J.A. (2017). *Identidad sexual y satisfacción de pareja en hombres homosexuales de Lima Metropolitana*. [tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/9832>
- Pistrang, N. y Barker, C. (2012). Varieties of qualitative research: A pragmatic approach to selecting methods. En H. Cooper (Ed.), *APA handbook of research methods in psychology*. (Vol. 2, pp. 5-18). American Psychological Association.
- Poteat, V. P., Yoshikawa, H., Calzo, J. P., Russell, S. T., y Horn, S. (2017). Gay-straight alliances as settings for youth inclusion and development: Future conceptual and methodological directions for research on these and other student groups in schools. *Educational Researcher*, 46, 508-516
- Principios de Yogyakarta. (2007). *Principios de Yogyakarta: Principios sobre la aplicación de la legislación internacional de derechos humanos con relación a la orientación sexual y la identidad de género*. Principios de Yogyakarta. <http://yogyakartaprincipios.org/wp-content>

- Puecas Argote, A. (2020). *Violencia simbólica, estresores de minorías y soporte social percibido en mujeres trans, personas transfemeninas y personas travestis articuladas y no articuladas*. [tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/18481>
- Red Latinoamericana y del Caribe de Personas Trans. (2020). Las vidas trans en tiempos de pandemia. *Primer informe sobre las violaciones a los Derechos Humanos de las personas Trans durante la pandemia de COVID-19*. RedLacTrans. http://redlactrans.org.ar/site/wp-content/uploads/2020/08/PRIMER-INFORME-COVID19_REDLACTRANS.pdf
- Rich, T. (2017) Religion and Public Perceptions of Gays and Lesbians in South Korea. *Journal of Homosexuality*, 64(5), 606-621. <http://dx.doi.org/10.1080/00918369.2016.1194122>
- Roberts, L. M. y Christens, B. (2021). Pathways to Well-being among LGBT adults: Sociopolitical Involvement, Family Support, Outness, and Community Connectedness with Race/Ethnicity as a Moderator. *American Journal of Community Psychology*, 67, 405-418.
- Rodríguez-Polo, J., Rivera, C., Serrano, P., Estades, J., Alvarado, J., Vargas, D. y Emmanuelli, E. (2018). Aceptación o Tolerancia: Explorando las Actitudes de los Trabajadores Heterosexuales Hacia sus Compañeros LGBT. *Ciencias de la Conducta*, 33(1), 119-152.
- Roe, S. (2017). 'Family support would have been like amazing': LGBTQ youth experiences with parental and family support. *The Family Journal*, 25(1), 55-62. <https://doi.org/10.1177/1066480716679651>
- Rohde, L., Steen-Larsen, T., Lund Jensen, R. y Kalyanova-Larsen. (2020). Framing holistic indoor environment: Definitions of comfort, health and well-being, *Indoor and Built Environment*, 29(8), 1118-1136.
- Rodríguez-Polo, J., Santiago, J., Lorenzo, W., Torres, K. Quiñonez, S., Delgado, Y., Ortiz, D., Acevedo, P., y Morales, B. (2017). Heterosexismo organizacional y su relación con el manejo de la orientación sexual y el bienestar psicológico en una muestra de trabajadores LGTB en Puerto Rico. *Ciencias de la Conducta*, 32(1), 200-234.
- Rosario-Hernández, E., Rovira Millán, L.V., Luna Cruz, C. F., Neris, M., y Acevedo, G. (2009). Saliendo del clóset en el trabajo: La relación entre el manejo de la identidad sexual, heterosexismo organizacional percibido, actitudes de trabajo y bienestar psicológico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 20, 103-143.
- Rostosky, S. y Riggle, E. (2017). Same-sex relationships and minority stress. *Current Opinion in Psychology*, 13, 29-38. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.011>

- Rottenbacher, J.M. (2012). Conservadurismo político, homofobia y prejuicio hacia grupos transgénero en una muestra de estudiantes y egresados universitarios de Lima. *Pensamiento Psicológico*, 10(1), 23-37.
- Rottenbacher, J.M., Espinosa, A., y Magallanes, J.M. (2011). Analizando el Prejuicio: Bases Ideológicas del Racismo, el Sexismo y la Homofobia en una Muestra de Habitantes de la Ciudad de Lima – Perú. *Psicología Política*, 11(22). 225-246.
- Rouse, S.V., Chu, L.E. y Gash, J.A. (2021) It Gets Better: Themes of Redemption in the Coming Out Narratives of LGBTQ+ Adults. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 26 (3), 318-329. <https://doi.org/10.24839/2325-7342.JN26.3.318>
- Rusell y N. Fish (2016) Mental Health in Lesbian, Gay, Bisexual and Transgender (LGBT) Youth. *Annual Review of Clinical Psychology*, 12 (1), 465-487. 10.1146/annurev-clinpsy-021815-093153
- Ryan, R. y Deci, E. (2001). On happiness and human potenciales: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <http://psych415.class.uic.edu/Readings/Ryan,%20Happiness%20-%20well%20being,%20AnnRevPsy,%202001.pdf>
- Ryan, C., Russell, S. T., Huebner, D., Diaz, R., y Sanchez, J. (2010). Family acceptance in adolescence and the health of LGBT young adults. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 23, 205-213. doi:10.1111/j.1744-6171.2010. 00246.x
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. y Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. 10.1037//0022-3514.69.4.719
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Ryff, C.D. (2019). Entrepreneurship and eudaimonic well-being: Five venues for new science. *Journal of Business Venturing*, 34(4), 646-663.
- Saavedra, S. (2020). *Bienestar psicológico en trabajadores LGBT de organizaciones de producción y servicios de Lima Metropolitana 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/60594>

- Sánchez, D., Rodney, Y., Garcés, R., & Salim, Y. (2018). Acoso escolar homofóbico en adolescentes. *Revista Sexología y Sociedad*, 24(2), 77-88.
- Sandler, E. T. (2022). An overview of coming out research: Introducing a three-lens typology. *Sociology Compass*, 16(2), 1-48. <https://doi-org.ezproxybib.pucp.edu.pe/10.1111/soc4.12958>
- Savin-Williams, R. C. (2001). "Mom, Dad. I'm gay." How families negotiate coming out. American Psychological Association.
- Schrimshaw, E. W., Siegel, K., Downing, M. J., Jr., y Parsons, J. T. (2013). Disclosure and concealment of sexual orientation and the mental health of non-gay-identified, behaviorally bisexual men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81(1), 141-153. <https://doi.org/10.1037/a0031272>
- Selkie, E., Adkins, V., Masters, E., Bajpai, A., y Shumer, D. (2020). Transgender Adolescents' Uses of Social Media for Social Support. *Journal of Adolescent Health*, 66(3), 275-280. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.08.011>
- Semmer, N. K., Elfering, A., Jacobshagen, N., Perrot, T., Beehr, T. A., & Boos, N. (2008). The emotional meaning of instrumental social support. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 235-251. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.235>
- Shilo, G., y Savaya, R. (2011). Effects of family and friend support on LGB youths' mental health and sexual orientation milestones. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 60(3), 318-330. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00648.x>
- Shumaker, S. A., y Brownell, A. (1984). Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40(4), 11-36. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1984.tb01105.x>
- Silva, B. (2018). Efectos en el afrontamiento y soporte social ante la revelación de la homosexualidad a la familia: estudio comparativo en gays y lesbianas. *Psicogente*, 21(40), 321-336.
- Silva, B.B., y Cerqueira-Santos, E. (2014). Apoio e suporte social na identidade social de travestis, transexuais e transgêneros. *Revista da SPAGESP*, 15(2), 27-44.
- Sin violencia LGBTI. (2019). *El prejuicio no conoce fronteras: homicidios de lesbianas, gay, bisexuales, trans e intersex en países de América Latina y el Caribe 2014-2019*. https://colombiadiversa.org/colombiadiversa2016/wp-content/uploads/2019/08/Informe_Prejuicios_web.pdf

- Snapp, S., Watson, R., Russell, W., Diaz, R., y Ryan, C. (2015). Social Support Networks for LGBT Young Adults: Low Cost Strategies for Positive Adjustment. *Family Relations*, 54 (3), 420-430. <https://doi.org/10.1111/fare.12124>
- Soares, M., Feijó, M. R., Valério, N. I., Siquieri, C. L. S. M., y Pinto, M. J. C. (2011). O apoio da rede social a transexuais femininas. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 21(48), 83-92.
- Solá, M. (2012). La re-politización del feminismo, activismo y microdiscursos posidentitarios. *Desacuerdos. Sobre arte, políticas y esfera pública en el Estado español*, 7, 264-281.
- Solomon, D., McAbee, J., Asberg, K., y McGee, A. (2015). Coming Out and the Potential for Growth in Sexual Minorities: The Role of Social Reactions and Internalized Homonegativity. *Journal of Homosexuality*, 65(11), 1512-1538. <https://doi.org/10.1080/00918369.2015.1073032>
- Srubar, I. (2016). Religion and violence. Paradoxes of religious communication. *Human studies*, 40, 501-518.
- Stewart, C. (2018). Massacre at Pulse gay nightclub and LGBT gun control leadership. In C. Stewart (Ed.), *Lesbian, gay, bisexual, and transgender Americans at risk: Vol. 3, The middle aged, seniors, and current topics* (pp. 191-221). ABC-CLIO.
- Sust, T. (2015). Lo de Alan no es un suicidio, es un asesinato social. *El Periodico*. <https://www.elperiodico.com/es/sociedad/20151227/concentracion-en-contra-del-acoso-escolar-por-el-suicidio-de-un-menor-transexual-4779735>
- Švab, A., y Kuhar, R. (2014). The transparent and family closets: Gay men and lesbians and their families of origins. *Journal of GLBT Family Studies*, 10, 15-35. <https://doi.org/10.1080/1550428X.2014.857553>
- Tapia, T. (2020, 15 de abril). *Las lecciones que dejó el (fallido) intento del 'Pico y Género' en Perú*. Ceroseventa. 070. <https://ceroseventa.uniandes.edu.co/las-lecciones-que-dejo-el-fallido-intento-del-pico-y-genero-en-peru/>
- Thies, K. E., Starks, T. J., Denmark, F. L. y Rosenthal, L. (2016). Internalized Homonegativity and Relationship Quality in Same-Sex Romantic Couples: A Test of Mental Health Mechanisms and Gender Moderator. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 3, 325-335.
- Tomicic, A., Gálvez, C., Quiroz, C., Martínez, C., Fontbona, J., Rodríguez, J., Aguayo, F., Rosenbaum, C. Leyton, F y Lagazzi, I. (2016) Suicidio en poblaciones lesbiana, gay, bisexual y trans: revisión sistemática de una década de investigación (2004-2014)

- Vasquez, J. (2019). *El estado de las personas intersexuales en el Perú, su falta de regulación y sus consecuencias en la afectación del goce de derechos constitucionales protegidos*. [Tesis de posgrado, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio Académico USMP. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/5350>
- Vasquez del Aguila, E. (2013). Hacerse hombre: algunas reflexiones desde las masculinidades. *Política y Sociedad*, 50(3), 817-835. https://doi.org/10.5209/rev_POSO.2013.v50.n3.41973
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahonas, J., y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5, 15-28.
- Vinces, J. (2016). *Adaptación de la escala de identidad para lesbianas, gays, y bisexuales (LGBIS) en un grupo de lesbianas, gays y bisexuales del Perú*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad de Lima.
- Wilkinson, R., y Pickett, K. (2018). *The inner level: How more equal societies reduce stress, restore sanity and improve every-one's wellbeing*. Penguin
- Wilson, C., y Cariola, L. (2020). LGBTQI+ Youth and Mental Health: A Systematic Review of Qualitative Research. *Adolescent Research Review*, 5, 187-211. <https://doi.org/10.1007/s40894-019-00118-w>
- Wright, E. R., y Perry, B. L. (2006). Sexual identity distress, social support, and the health of gay, lesbian, and bisexual youth. *Journal of Homosexuality*, 51(1), 81-110. https://doi.org/10.1300/J082v51n01_05
- Zavala, C. (2020). *La crianza y el estrés como predictores del crecimiento postraumático luego de salir del clóset*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de tesis y Trabajos de Investigación. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/17236>
- Zubieta, E., Muratori, M. y Fernández, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud y Sociedad*, 3(1), 66-76. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v3n1/a05.pdf>



PROMSEX
Salud. Sexualidad. Solidaridad.



www.promsex.org



PROMSEX
Salud. Sexualidad. Solidaridad.



WWW.PROMSEX.ORG

FB / TW @PROMSEX

IN@PROMSEXCOMUNICA

Esta publicación ha sido posible gracias al apoyo de:



Grupo de Investigación
Psicología, Cultura y Género



Financiado por
la Unión Europea

