

Universidad de Lima
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología



RELACIÓN ENTRE ESTRÉS DE MINORÍAS Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES, JÓVENES Y ADULTOS NO HETERONORMATIVOS

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en
Psicología

Stephanie Bergelund Echeandia

20050142

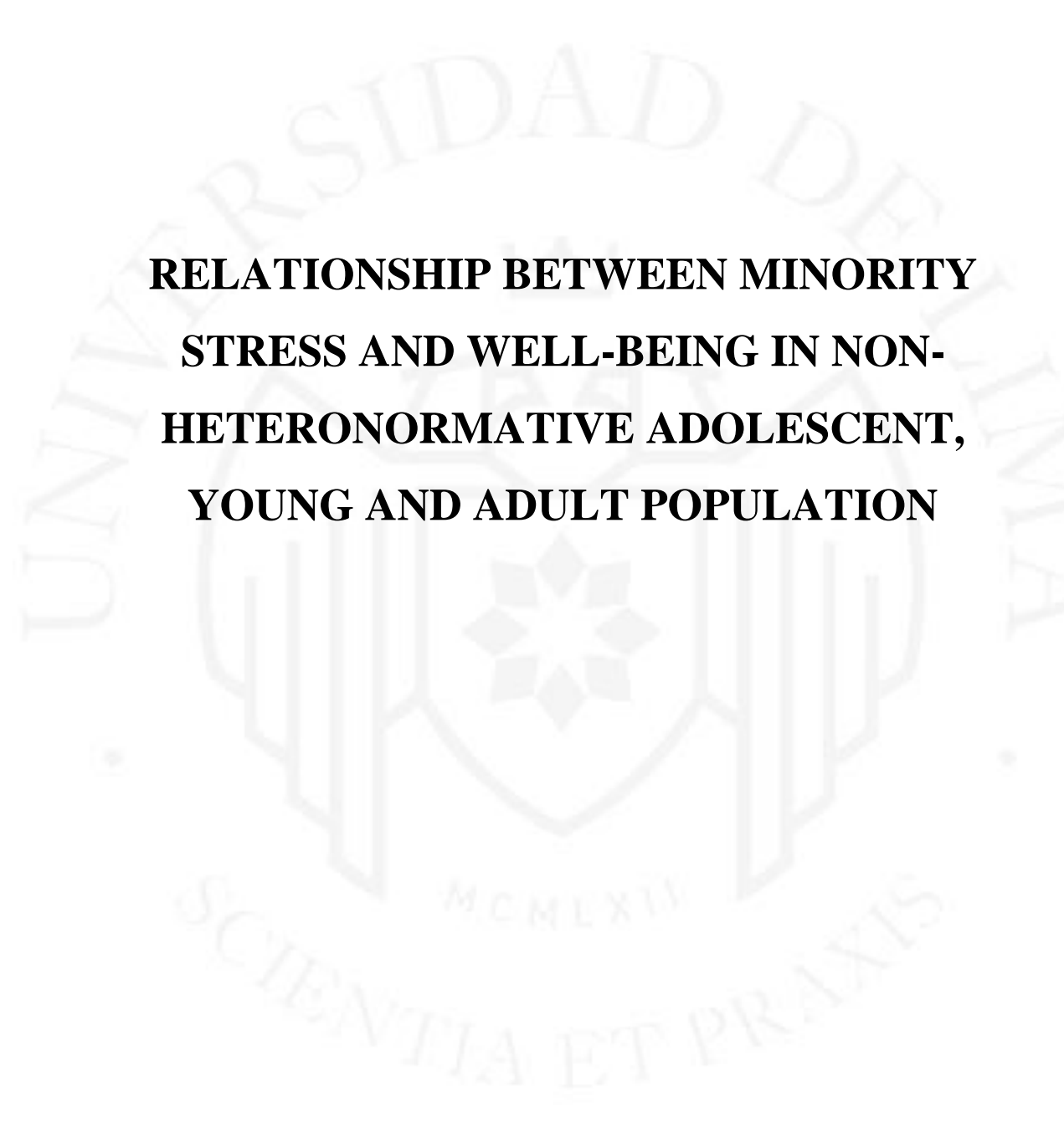
Asesor

Zoila Magaly Flores Giles

Lima – Perú
Marzo de 2022

(Hoja en blanco)





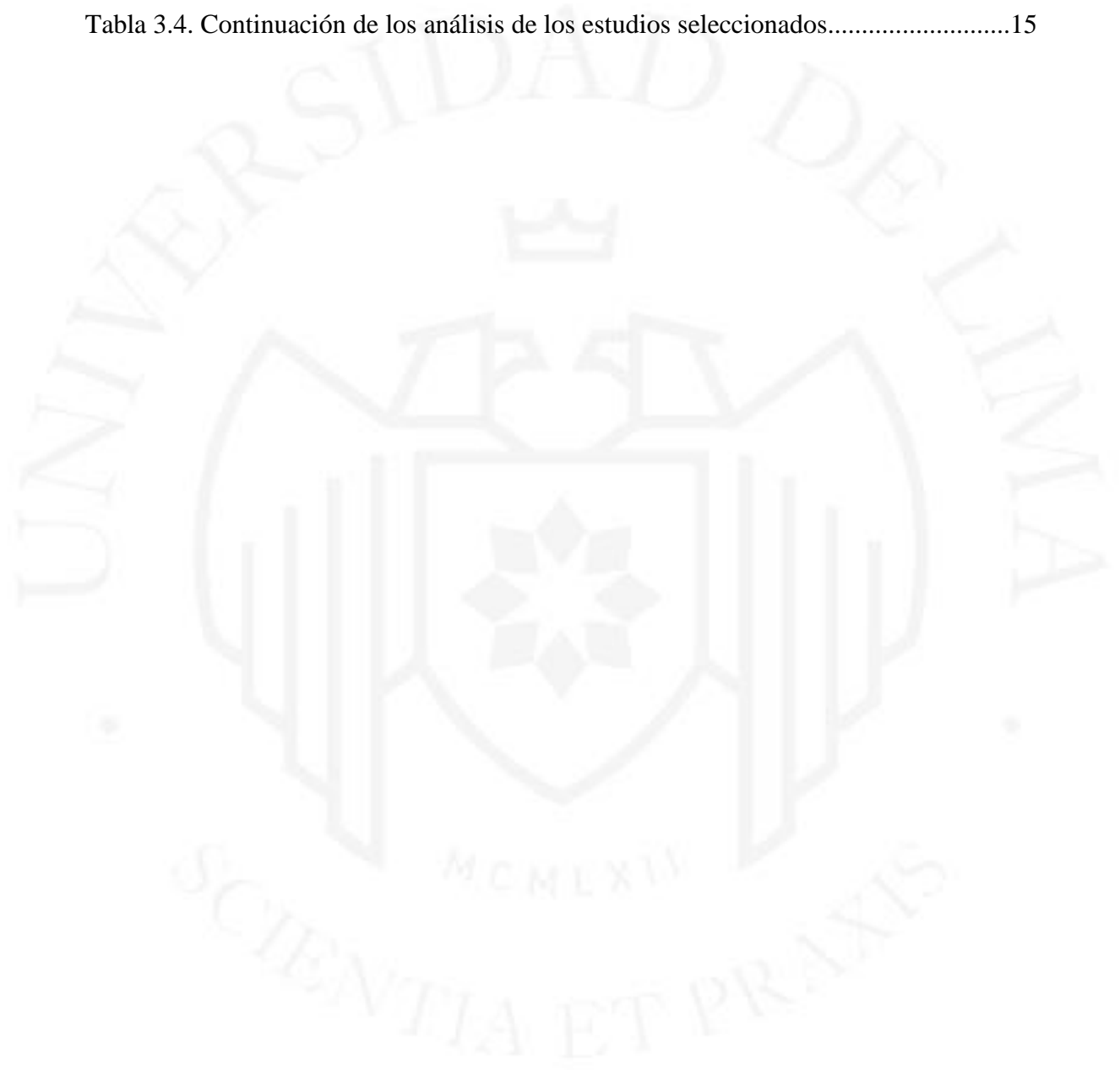
**RELATIONSHIP BETWEEN MINORITY
STRESS AND WELL-BEING IN NON-
HETERONORMATIVE ADOLESCENT,
YOUNG AND ADULT POPULATION**

TABLA DE CONTENIDO

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO II: MÉTODO.....	8
2.1. Criterios de elegibilidad.....	8
2.1.1. Criterios de inclusión:.....	8
2.1.2. Criterios de exclusión	8
2.2. Estrategia de búsqueda.....	9
CAPÍTULO III: RESULTADOS	11
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	20
CONCLUSIONES	26
REFERENCIAS.....	27

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 3.1. Análisis de los estudios seleccionados	¡Error! Marcador no definido.	11
Tabla 3.2. Continuación de los análisis de los estudios seleccionados.....		12
Tabla 3.3. Continuación de los análisis de los estudios seleccionados.....		14
Tabla 3.4. Continuación de los análisis de los estudios seleccionados.....		15



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 2.1. Flujograma del proceso de selección de artículos; **Error! Marcador no definido.**10





RESUMEN

El objetivo del presente reporte fue investigar la relación entre factores de estrés de minorías de Meyer y dimensiones de bienestar psicológico eudamónico y hedónico en estudios que consideraron población adolescente, joven y adulta no heteronormativa. Para llevar a cabo la exploración de estudios disponibles se ejecutó una búsqueda en bases de datos y se seleccionaron diez de ellos. Se encontró que existe una relación positiva entre la mayoría de los estresores de minoría y el bienestar psicológico, en especial los factores proximales quienes presentan un mayor nivel de correlación. Asimismo, se identificó que la autoestima resulta ser un moderador para disminuir el impacto de factores distales de estrés de minoría como la discriminación en el bienestar psicológico, la resiliencia, y el soporte social median la relación entre estrés de minorías y bienestar psicológico y que la autenticidad tiene una relación positiva con el bienestar psicológico de personas no heteronormativas. Concluimos que las correlaciones entre las variables mencionadas están presentes en todos los estudios seleccionados, siendo importante ahondar en la investigación de la exterioridad en relación al bienestar psicológico y enfatizar para el futuro la realización de investigaciones de modelos estructurales y de medida buscando establecer causalidad más que correlación.

Palabras claves: estrés de minorías, bienestar psicológico, no heteronormativo, LGBT.

ABSTRACT

The objective of this report was to investigate the relationship between Meyer's minority stress factors and dimensions of eudamonic and hedonic psychological well-being in studies that considered non-heteronormative adolescent, young and adult populations. In order to accomplish a proper search in the corresponding databases ten of them were selected. In them, it was found that there is a positive relationship between most minority stressors and psychological well-being, especially proximal factors, which present a higher level of statistically significant correlation. Likewise, it was identified that self-esteem turns is a moderator to reduce the impact of distal factors of minority stress such as discrimination in psychological well-being, resilience, and social support mediate the relationship between minority stress and psychological well-being and that authenticity has a positive relationship with the psychological well-being of non-heteronormative people. We conclude that the correlations between the mentioned variables are present in all the selected studies, being important to delve into the investigation of outness in relation to psychological well-being and finally, to emphasize for the future the carrying out of investigations of structural and measurement models seeking to establish causality more than correlation.

Keywords: minority stress, psychological well-being, non-heteronormative, LGBT.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

Para las personas que pertenecen a la comunidad LGBT (lesbianas, gays, bisexuales y transgéneros) se presentan situaciones estresantes particulares, las cuales impactan de forma negativa su salud mental y forman parte de la problemática psicológica experimentada por minorías sexuales y de género (Meyer, 2019). También, hay evidencias que la salud mental de la población no heteronormativa se ve afectada desproporcionalmente en comparación a la población heterosexual experimentando ansiedad, depresión, problemas de consumo de sustancia y altos índices de suicidio (Kerridge et al., 2017). Parte de dicha problemática implica atravesar situaciones estresantes adicionales al estrés usual, como la discriminación, la necesidad de ocultar o exteriorizar su orientación sexual o identidad de género. Además, experimentan y perciben estigma social por el hecho de pertenecer a una minoría no heteronormativa, entre otras que afecta su calidad de vida (Meyer, 2019). En ese sentido, la heteronormatividad es una narrativa dominante que normaliza y toma por hecho un estatus quo en el que la heterosexualidad es idealizada y reglamenta la cultura generando un ambiente hostil para los que se encuentran fuera de ella (Wagaman et al., 2018). Por lo tanto, los argumentos y creencias heteronormativos contribuyen a la disfuncionalidad psicológica debido a que incrementan las experiencias de inequidad, estigma, violencia y discriminación en poblaciones no heteronormadas (Zeeman et al., 2019).

De acuerdo con Ibañez (2017) se debe tener en cuenta que la homosexualidad tiene menos de cuarenta años fuera de manuales diagnósticos, fue considerada como psicopatología durante la mayor parte del siglo veinte, recién en 1973 la American Psychiatric Association ratificó la validez de las nuevas investigaciones sobre el tema y retiró la homosexualidad del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM). Dos años más tarde, la American Psychological Association hizo lo mismo y en los años noventa la Organización Mundial de la Salud (OMS) dejó de considerarla dentro de una clasificación de enfermedad (Ibañez, 2017). Posteriormente, en 2018 la OMS dejó de considerar la transexualidad como enfermedad mental (Robles y Ayuso-Mateos, 2019).

En la actualidad, contamos con estudios y evidencia científica relevantes que despatologizan a la población no heteronormativa, sin embargo se mantiene siendo un grupo social estigmatizado. De acuerdo con Hart et al. (2018) la estigmatización para esta población es vivida desde la infancia e implica vivir en un estado de violencia cotidiana en la que la discriminación, el bullying y la violencia son vivencias del día a día. Asimismo, Cheng (2019) sostiene que dicha estigmatización afecta negativamente su bienestar psicológico.

Por otro lado, también Meyer (2019) afirma que las minorías de género y sexuales están expuestas a factores estresantes como la discriminación y violencia, así como sufrir de homofobia interlizada o expectativas de rechazo, lo cual aumenta potencialmente el deterioro de su salud mental y disminuyen la posibilidad de contar con un adecuado bienestar psicológico. Meyer también evidenció que existe una probabilidad aproximada de 2.5 veces más para las personas no heteronormativas de presentar un trastorno mental como ansiedad, depresión o abuso de sustancias a lo largo de sus vidas. En una de las más recientes publicaciones de Meyer, se consideró que a pesar de que han pasado diecinueve años desde que se publicó el modelo de estrés de minorías, lamentablemente la población LGBT continúa viviendo en un ambiente hostil y estresante para minorías sexuales y de género (Frost et al., 2022).

Las dificultades antes mencionadas parecen estar presentes también en el contexto peruano, en un estudio realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) se encontró que más de un 40% de la población LGBT encuestada, reportó haber sido violentada, estigmatizada, discriminada y el mayor problema de salud que evidenciaban era de salud mental, presentando principalmente depresión, ansiedad y baja autoestima. La violencia perpetrada hacia las personas de la comunidad LGBT tipifica como violencia de género ya que al tener una expresión de género u orientación sexual diferente a lo normativo se convierten en objeto de castigo, debido a que contradicen al sistema binario predominante y aceptado en la sociedad (Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos [PROMSEX], 2016).

En el Perú el 8% de la población (más de 1.7 millones) se identifica como no heterosexual, esta información fue recogida por una encuesta nacional sobre derechos humanos realizada por el Ministerio de Justicia (Minjus) e Ipsos en noviembre del 2019. En dicho estudio, se considera a la población LGBT como la más discriminada del país.

No solo como una percepción, sino como una práctica sustentada en estereotipos equivocados. Adicionalmente, en la “Primera encuesta virtual para personas LGTBI” realizada en 2017 por el INEI, se encontró que un 54% sufrió algún problema de salud, siendo el principal la depresión y ansiedad (INEI, 2018).

De acuerdo con Jaramillo (2019), la homofobia, el estigma y la discriminación son un problema para las personas LGBT y las familias no heteronormativas en latinoamérica quienes viven situaciones de violencia y hostilidad por parte de personas en las que predominan creencias heteronormadas.

En relación con la problemática abordada encontramos que además de ser un problema psicológico y social también lo es a nivel legal, especialmente en países como el Perú en el que la población LGBT no cuenta con un respaldo de derechos fundamentales como individuos ni como familias. De acuerdo con la Defensoría del Pueblo (2020), el Perú es de los pocos países latinoamericanos que aún no responde de manera favorable respaldando tanto a las minorías sexuales como de género mediante mecanismos legales. Además, agrega que la población LGBTIQ+ (lesbianas, gays, bisexuales, transgéneros, intersexuales y queers) ha sido discriminada y estigmatizada por su orientación sexual o identidad de género no heteronormativos. El contexto antes mencionado y la ausencia de un marco legal concreto generan un déficit en sus derechos fundamentales.

Debido a todo lo antes descrito, comprendemos que, desde nuestra sociedad, así como en muchas ciudades del mundo la población LGBTIQ+ evidencia grandes dificultades para desarrollarse como ciudadanos de primera clase, encontrándose en una situación de vulnerabilidad de derechos, salud y equidad social. (Defensoría del Pueblo 2020). Entonces, resulta importante desde la psicología aumentar la investigación acerca del deterioro de la calidad de vida de dicha población, así como de los factores protectores.

Las variables para considerar en el presente estudio son el estrés de minorías sexuales/género y el bienestar psicológico las cuales se encuentran íntimamente relacionadas con la problemática descrita anteriormente. En cuanto al estrés de minorías sexuales y de género es un constructo conceptualizado en el modelo de estrés de minorías de Meyer (2003, 2019) en el cual describe factores estresantes distales y proximales que afectan específicamente a minorías sexuales y de género. De acuerdo con el modelo de

estrés de Lazarus y Folkman (1984) que plantea la relación del individuo con estresores distales y proximales, Meyer describe su modelo de estrés de minorías teniendo en cuenta que existen factores de estrés provenientes del entorno como eventos y actitudes sociales como la discriminación y violencia y otros factores proximales que son eventos personales subjetivos basados en percepciones y valoraciones. Estos factores proximales son generados por medio de la internalización en el individuo como la homofobia/transfobia internalizada, estigma percibido, expectativas de rechazo y ocultamiento de la orientación sexual/identidad de género (Meyer 2003, 2019). Cabe resaltar, que exterioridad y ocultamiento hacen referencia a si la persona ha divulgado en su entorno su orientación sexual o identidad de género o si esta permanece oculta. Además, los estresores proximales presentan una correlación negativa elevada en relación a la salud mental y bienestar psicológico debido a que funcionan mediante procesos de internalización en los individuos afectando de manera negativa el auto concepto y generando otras disfunciones psicológicas (Meyer, 2019).

Este constructo ha sido estudiado desde la publicación del modelo de estrés de minorías de Meyer en el 2003, siendo la publicación más reciente sobre el tema en el presente año 2022. Asimismo, en concordancia con Feinstein (2020), Meyer publicó también en 2019 una revisión de su modelo en el cual agrega la “sensibilidad al rechazo” como un elemento clave complementario. La sensibilidad al rechazo descrita por Feinstein (2020) enfatiza el papel de la percepción en relación con el estigma y las consecuencias emocionales anticipatorias y describe mecanismos adicionales relacionados a los factores de estrés de minorías proximales que impactan negativamente en el bienestar psicológico y salud mental.

El estrés de minorías sexuales y de género ha sido medido en muchos estudios, varios de ellos realizados por Meyer y otros investigadores desde el 2003 hasta la actualidad, siendo el más reciente publicado por Meyer en el año 2021. Asimismo, encontramos estudios que se han revisado en el presente reporte que miden el estrés de minorías siendo el último encontrado en el 2021.

Para la medición del estrés de minorías se han empleado múltiples instrumentos algunos con varias escalas que logran medir factores proximales y distales al mismo tiempo como el Gender Minority Stress and Resilience Measure (GMSR) y otras que se enfocan en medir factores distales o proximales por separado como la Escala de

Homofobia internalizada desarrollada por Meyer (2002), la “Everyday Discrimination Scale” de Williams (1997), el HHRDS “The Heterosexual Harassment, rejection and discrimination Scale” Szymanski, 2009, la “Lesbian, Gay and Bisexual Identity Scale (Mohr & Kendra, 2011) que mide exterioridad, ocultamiento y homonegatividad internalizada, la “Stigma Consciousness Scale” (Pinel, 1999) y otros inventarios con escalas de ocultamiento (Larzon & Chastain, 1990) y de homofobia internalizada (Herek, 2009), entre otros.

Por otro lado, con respecto al bienestar psicológico, este constructo ha sido descrito de varias maneras a lo largo de los años principalmente desde el enfoque de ausencia o presencia de enfermedad mental o sintomatología psicológica. No obstante, en el presente estudio elegimos el bienestar psicológico conceptualizado desde un enfoque de psicología positiva y medido en sus diferentes dimensiones de bienestar psicológico eudamónico y hedónico. El bienestar psicológico eudamónico se caracteriza por abordar el propósito de vida y crecimiento personal mientras que el hedónico se enfoca en medir la felicidad, y constructos relacionados al placer siendo ambos complementos del mismo constructo (Ryff, 2021).

Entonces, se describe el bienestar psicológico como una condición o estado global de los individuos, que se alcanza como un producto de dimensiones interdependientes, tales como la auto aceptación, el dominio que el individuo posea de su entorno, las relaciones positivas que establezca, su crecimiento personal, el ejercicio de su autonomía y el desarrollo de un propósito de vida (Ryff, 2021).

De acuerdo con Ryff (2021), para medir el bienestar psicológico es indispensable tener en cuenta el contexto macro de la población. Por ejemplo, para población occidental en especial norte americana el bienestar psicológico se describe en función a una visión individualista social, mientras que para un contexto oriental se define en función a dimensiones de vínculos sociales, soporte y conexión interpersonal (Yoo et al., 2016). En la misma línea, en el Ryff (2014) publicó un estudio que revisaba las investigaciones que utilizaron la Escala de Bienestar Psicológico creada en 1989 por la misma autora y encontró que el contexto es un elemento clave que debe ser considerado en las discusiones de resultados de las investigaciones, inclusive el contexto de población no heteronormativa, debido a que el bienestar en general depende de múltiples variables

sociales, económicas, psicológicas y filosóficas que varían en los diferentes grupos humanos.

Asimismo, Trudel-Fietzgerald (2021) enfatiza que el bienestar psicológico es un constructo paraguas que contiene muchas dimensiones como el optimismo, propósito de vida, afectividad positiva, satisfacción con la vida las cuales han sido medidas a lo largo de la historia del constructo por lo que es relevante una revisión moderna de este.

Como podemos observar existen varias maneras de describir el constructo de bienestar psicológico desde la conceptualización de la psicología positiva considerando diferentes dimensiones relacionadas a la trascendencia de una persona en la vida, su disfrute y realización. En cuanto a la medición del constructo encontramos como principal instrumento revisado en los estudios recopilados la escala de bienestar psicológico de Ryff (1989) que mide las seis dimensiones antes mencionadas y otros instrumentos como las escalas de afectividad positiva y negativa de Watson (1998), la escala de satisfacción de vida de Diener (1985) y otros instrumentos desarrollados a partir de la misma conceptualización.

Con respecto a la relación entre ambos constructos existe evidencia en la que se relaciona negativamente diferentes factores de estrés de minorías con el bienestar psicológico. En un estudio realizado por Brewster et al. (2016) se asoció negativamente la discriminación, factor distal del estrés de minorías, con el bienestar psicológico eudamónico; Dyar y London (2018) encontraron que estresores proximales de estrés de minorías afectaban de manera negativa el bienestar psicológico y salud mental de personas bisexuales; Feinstein (2020) reportó que la discriminación, homofobia internalizada y sensibilidad al rechazo tienen un efecto negativo con el bienestar general de las personas no heterosexuales. En la misma línea, el estigma internalizado se encuentra asociado de manera negativa con afectividad positiva y de manera positiva con afectividad negativa, ambas dimensiones del bienestar psicológico (Mohr & Sarno, 2016). Adicionalmente, se encontró que la homofobia internalizada y las expectativas de rechazo se encuentran relacionadas con bajos niveles de bienestar psicológico en población LGBT (Brewster et al., 2016; Calabrese et al., 2015; Velez & Moradi, 2016).

Dada la evidencia previa entre ambos constructos, el objetivo es identificar la relación que existe entre los factores de estrés de minorías y dimensiones de bienestar psicológico en población no heteronormativa adolescente, joven y adulta.

La intención de este estudio es hacer una revisión de las investigaciones que toman en cuenta la variable general de estrés de minorías y consideran el análisis factores de estrés de minorías en relación con la variable de bienestar psicológico y sus diferentes dimensiones. Cabe resaltar que la mayoría de los estudios revisados no miden todos los factores de estrés de minorías y tampoco todas las dimensiones de bienestar psicológico al mismo tiempo, por lo que los encontraremos relacionados en función a lo que los autores de cada investigación consideraron prioritario para cada estudio. Asimismo, los participantes de los estudios son diversos ya que existen diferentes orientaciones sexuales e identidades de género. Principalmente se estudió población LGB, LGBT, personas trans y de género diverso y hombres bisexuales, por lo que las muestras fueron diversas.



CAPÍTULO II: MÉTODO

2.1. Criterios de elegibilidad

2.1.1. Criterios de inclusión:

Se seleccionaron las investigaciones que cumplan con los siguientes criterios de inclusión:

- Estudios científicos provenientes de las Bases de datos: Scopus, Ebsco y Web of Science.
- Estudios publicados entre los años 2003 y 2022, considerando 2003 fecha en la que Meyer publica el modelo de estrés de minorías.
- Estudios empíricos que relacionan factores de estrés de minorías con bienestar psicológico.
- Investigaciones cuantitativas dado que este tipo de estudios se definen operacionalmente los constructos psicológicos para luego medirlos; generan datos numéricos que mediante técnicas estadísticas se puede modelar mejor el comportamiento para describirlo, predecirlo y comparar así con otros estudios con la misma naturaleza metodológica.
- Estudios en población adolescente, joven y adulta no heteronormativa.
- Estudios donde se especifica el uso de herramientas de medición de los factores de estrés de minoría y bienestar psicológico hedónico o eudamónico.
- Estudios en donde se consideró el modelo de estrés de minorías de Meyer.
- Estudios publicados en inglés y español.
- Estudios con diseños correlacionales, regresionales, modelos de medida y estructurales.

2.1.2. Criterios de exclusión

Los criterios de exclusión utilizados consistieron en:

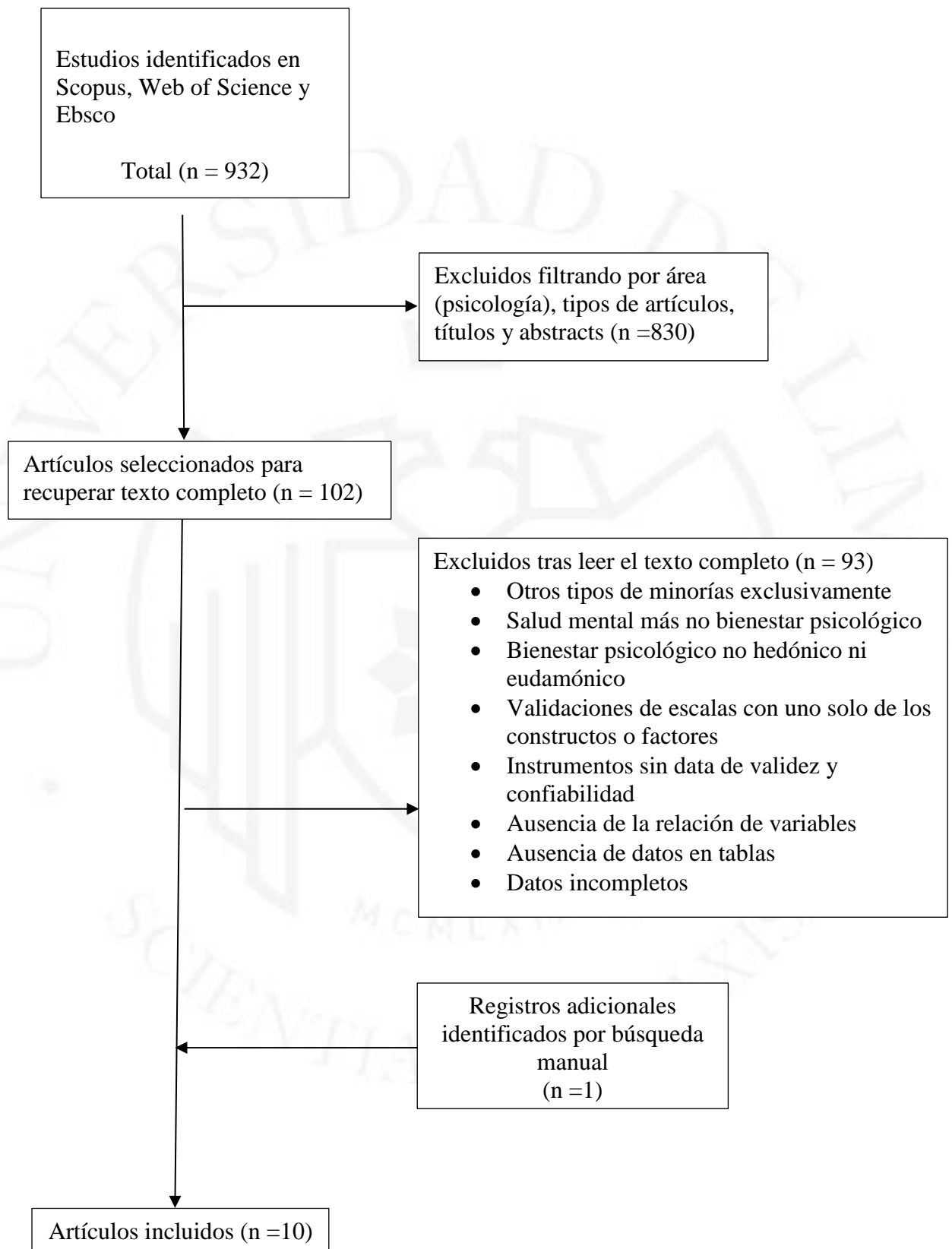
- Investigaciones publicadas en formatos de revisiones sistemáticas o metaanálisis.

- Estudios cualitativos al no contar con datos que puedan ser comparables entre unos estudios y otros.
- Estudios de resúmenes o abstracts de publicaciones debido a que no se ajustan al objetivo del presente reporte.
- Información de capítulos de libros, congresos, tesis, revistas de divulgación y manuales dado que no contienen información completa sobre estudios realizados.
- Investigaciones sin información concluyente, ya que no existe la información suficientemente sustentada como para hallar relación entre las variables seleccionadas.
- Estudios que consideraron modelos de bienestar psicológico diferentes al eudamónico y hedónico.

2.2. Estrategia de búsqueda

La búsqueda de los artículos científicos se realizó entre los meses de enero y febrero del año 2022 mediante las bases de datos Scopus, Ebsco y Web of Science. Se consultó los tesauros de APA PsycNET para complementar los términos, quedando como palabras claves: Minority Stress, Well-being, non-heteronormative, LGBT. Las palabras claves fueron combinadas con los operadores booleanos “OR” y “AND” y se formuló de la siguiente manera: “Minority stress”, OR perceived discrimination, OR discrimination, OR concealment, OR homophobia, OR stigma, OR homonegativity, OR Outness “AND” wellbeing OR well-being OR “well being” “AND” “sexual minority” OR LGB OR LGBT OR minority OR no heterosexual OR non heterosexual OR “sexual orientation minority”. Dicha formulación fue limitada para la búsqueda en los títulos, abstract y key words en la base SCOPUS, EBSCO y Web of Science. Luego se procedió a limitar la búsqueda al sub-área de psicología y a artículos como tipo de documentos y finalmente a seleccionar los estudios mediante la lectura de textos completos teniendo en cuenta que las variables seleccionadas se encuentren relacionadas y sus características en criterios de exclusión. Finalmente, se realizó una búsqueda manual complementaria en Google Scholar, así como la revisión de textos completos.

Figura 2.1
Flujograma del proceso de selección de artículos



CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 3.1

Análisis de los estudios seleccionados

Autor	Año	Título
Barnes & Meyer	2012	Religious Affiliation, Internalized Homophobia, and Mental Health in Lesbians, Gay Men, and Bisexuals
Baams et al.	2013	Gender Nonconformity, Perceived Stigmatization, and Psychological Well-Being in Dutch Sexual Minority Youth and Young Adults: A Mediation Analysis
Calabrese et al.	2014	Exploring Discrimination and Mental Health Disparities Faced By Black Sexual Minority Women Using a Minority Stress Framework
Douglass et al.	2016	Examining Moderators of Discrimination and Subjective Well-Being Among LGB Individuals
Riggle et al.	2016	Outness, Concealment, and Authenticity: Associations With LGB Individuals' Psychological Distress and Well-Being
Cramer et al.	2017	Minority stress model components and affective well-being in a sample of sexual orientation minority adults living with HIV/AIDS
Cooke & Melchert	2019	Bisexual Well-Being: Assessing a Model of Predictors of Psychosocial Well-Being for Bisexual Men
Douglass et al.	2019	Beyond Happiness: Minority Stress and Life Meaning Among LGB Individuals
Vélez-Ríos et al.	2021	Efecto del Manejo de Identidad LGBTT+ en el Bienestar Psicológico
Hunter et al.	2021	Gender minority stress in trans and gender diverse adolescents and young people

Tabla 3.2*Continuación de los análisis de los estudios seleccionados*

Autor	Modelo teórico	Factores de Estrés de Minorías	Dimensiones de Bienestar Psicológico	N
Barnes & Meyer	Estrés de minorías de Meyer (2003) y Bienestar psicológico de Ryff (1989)	Homofobia internalizada	Auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal	396 LGB (18 - 59 años)
Baams et al.	Estrés de minorías de Meyer (2003) y Bienestar psicológico de Huppert (2009)	Estigma percibido	Bienestar Psicológico: bienestar personal y social	192 LGBT (16 - 24 años)
Calabrese et al.	Estrés de minorías de Meyer (2003) y Bienestar psicológico de Ryff (1989)	Discriminación diaria	Auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal	198 LGB (18 y 58 años)
Douglass et al.	Estrés de Minorías de Meyer (2003) y Bienestar Subjetivo de Diener (1985)	Discriminación diaria	Afectividad positiva, afectividad negativa y satisfacción en la vida	368 LGB (30 años promedio)
Riggle et al.	Estrés de Minorías de Meyer (2003) y Bienestar psicológico de Ryff (1989)	Exterioridad de orientación sexual Ocultación	Auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal	373 LGB (18 - 86 años)
Cramer et al.	Estrés de Minorías de Meyer (2003) y Bienestar Subjetivo de Diener (1985)	Homofobia internalizada Motivación de Ocultación	Afectividad positiva, afectividad negativa y satisfacción en la vida	154 LGB PLWHA (42 años promedio)
Cooke & Melchert	Estrés de Minorías de Meyer (2003) y Bienestar Psicosocial de Keyes (2008)	Homonegatividad internalizada Motivación de Ocultación Acoso heterosexual, rechazo y discriminación	Bienestar psicológico Bienestar emocional	251 hombres bisexuales (26 años promedio)

(continúa)

(continuación)

Autor	Modelo teórico	Factores de Estrés de Minorías	Dimensiones de Bienestar Psicológico	N
Douglass et al.	Estrés de Minorías de Meyer (2003) y Well-being: optimal functioning and experience (Ryan & Deci 2001)	Discriminación Estigma percibido Homofobia internalizada Ocultación	Sentido de vida	266 LGB (18 y 64 años)
Vélez-Ríos et al.	Estrés de minorías de Meyer (2003) y Bienestar psicológico de Carol Ryff (1989)	Ocultación Homonegatividad internalizada Transfobia internalizada	Auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal	203 LGBT (mayor de 21 años)
Hunter et al.	Estrés de Minorías de Meyer (2003) y Bienestar psicológico de Diener (1985) y Ryff (1989)	Discriminación	Auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal Afectividad positiva, afectividad negativa y satisfacción en la vida	241 hombres y mujeres trans (16 - 25 años)

Nota: LGB: Lesbianas, gays y bisexuales; LGBT: Lesbianas, gays, bisexuales, transgénero; PLWHA: People living with HIV, Personas viviendo con VIH.

Tabla 3.3*Continuación de los análisis de los estudios seleccionados*

Autor	Instrumento Estrés de Minoría	Instrumento Bienestar Psicológico	Confiabilidad
Barnes & Meyer	IHS	PWBS	IHS $\alpha = .84$ PWBS $\alpha = .75$ y subescalas $\alpha = .25 - .55$
Baams et al.	ERS	PSWB	ERS $\alpha = .90$ PSWB $\alpha = .87$
Calabrese et al.	EDS	PWBS	EDS $\alpha = .85$ PWBS $\alpha = .75$ y subescalas $\alpha = .25 - .55$
Douglass et al.	EDS	SWLS PANAS	EDS $\alpha = .94$ SWLS $\alpha = .91$ PANAS $\alpha = .92, \alpha = .94$
Riggle et al.	OI SCS	PWBS	OI $\alpha = .90$ SCS $\alpha = .91$ PWBS $\alpha = .95$
Cramer et al.	LGBIS	PANAS LSD	LGBIS $\alpha = .73, .65, .92$ PANAS $\alpha = .93, .92$ y $.82$ LSD $\alpha = .87$
Cooke & Melchert	HHRDS LGBIS	MHC-SF	HHRDS $\alpha = .90$ LGBIS $\alpha = .86, .92$ respectivamente MHC-SF $\alpha = .82$
Douglass et al.	HHRDS SCQ SCS IHS	MLQ	HHRDS $\alpha = .96$ SCQ $\alpha = .80$ SCS $\alpha = .93$ IHP-R $\alpha = .91$ MLQ $\alpha = .91$
Vélez-Ríos et al.	SOCS LGBIS GMSR	PWBS	SOCS $\alpha = .77$ y $.79$ LGBIS $\alpha = .86$ GMSR $\alpha = .80$ PWBS $\alpha > .58$
Hunter et al.	GMSR	WEMWBS	GMSR $\alpha = .73$ a $.97$ WEMWBS $\alpha = .73$ a $.97$

Nota: IHS: Internalized Homophobia Scale (Meyer, 2002); PWBS: Psychological well-being Scale (Ryff, 1989); ERS: Experienced rejection Scale (Bos et al., 2004); PSWB: Personal and Social well-being module (Huppert et al., 2009); EDS: Everyday Discrimination Scale (Williams, 1997); SWLS: Satisfaction with Life Scale (Diener et al., 1985); PANAS: Positive and Negative Affect Schedule (Watson et al., 1998); OI: Outness Inventory (Mohr & Fassinger, 2000); SCS: Self-Concealment Scale (Larson & Chastain, 1990); LGBIS: The Lesbian, Gay and Bisexual Identity Scale (Mohr & Kendra, 2011); HHRDS: The gay/bisexual male version of the Heterosexist Harassment, Rejection and Discrimination Scale (Szymanski, 2009); MHC-SF: Mental Health Continuum-Short Form (Keyes, 2008); SCQ: Stigma Consciousness Questionnaire (Pinel, 1999); IHP-R: Internalized Homophobia Scale (Herek et al., 2009); MLQ: Meaning in Life Questionnaire (Steger et al., 2006); SOCS: Escala de Ocultamiento de Orientación Sexual (Jackson & Mohr, 2016); GMSR: Gender Minority Stress and Resilience Measure (Testa et al., 2015); WEMWBS: Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (Tennant et al., 2007).

Tabla 3.4*Continuación de los análisis de los estudios seleccionados*

Autor	Diseño de Estudio	Relación entre Estrés de Minorías y Bienestar Psicológico
Barnes & Meyer	Correlacional y transversal	Hay una relación negativa y estadísticamente significativa entre homofobia internalizada -0.42 , ($p < .001$) y bienestar psicológico
Baams et al.	Correlacional y transversal	Hay una relación negativa y estadísticamente significativa entre Estigma percibida y Bienestar psicológico -0.26 , ($p < .005$)
Calabrese et al.	Correlacional y transversal	Hay una relación negativa y estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y frecuencia de discriminación ($-.29$, $p < .01$), bases de discriminación ($-.22$, $p < .01$) y una relación negativa estadísticamente no significativa con el alcance de discriminación ($-.18$, $p < .05$) Existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre síntomas depresivos y frecuencia de discriminación ($.35$, $p < .01$) y entre síntomas depresivos y alcance de discriminación ($.22$, $p < .01$). Hay una relación positiva estadísticamente no significativa entre bases de discriminación y síntomas depresivos de $.09$
Douglass et al.	Modelo de Ecuaciones estructurales y transversal	Hay una relación negativa estadísticamente no significativa ($-.08$) entre discriminación y satisfacción de vida. Una relación nula $.00$ estadísticamente no significativa entre discriminación y afecto positivo y una relación positiva y estadísticamente significativa entre discriminación y afecto negativo ($.40$, $p < .01$)
Riggle et al.	Correlacional, regresional y transversal	Hay una relación positiva y estadísticamente significativa entre Outness y PWBS ($.363$, $p < .01$) y una relación negativa entre Concealment ($-.491$, $p < .01$) En el análisis regresional jerárquico hay una relación negativa significativa entre exterioridad y bienestar psicológico de ($-.43$ $p < .01$)
Cramer et al.	Modelo Explicativo Regresional y transversal	Elevada estigma por VIH se asoció con elevado afecto negativo ($B = 2.15$, $SE B = 0.88$, $p = .02$, $h2p = .05$); elevada homofobia internalizada se asoció con elevada afectividad negativa ($B = 2.88$, $SE B = 0.98$, $p = .004$, $h2p = .07$)
Cooke & Melchert	Modelo de Ecuaciones estructurales y transversal	Existe una relación positiva estadísticamente significativa entre bienestar emocional y bienestar psicológico ($.74$ $p < .001$) y una relación negativa estadísticamente significativa entre ocultación y bienestar emocional ($-.19$ $p < .01$)
Douglass et al.	Correlacional y transversal	Hay una relación negativa estadísticamente significativa entre expectativa de rechazo y sentido de vida ($-.24$ $p < .001$)
Vélez-Ríos et al.	No experimental regresional y transversal	La homonegatividad internalizada predijo el bienestar psicológico, $\beta = -.18$, $t = -2.33$, $p = .02$
Hunter et al.	Correlacional, regresional y transversal	En el análisis regresional se encontró una influencia negativa de los estresores distales a bienestar psicológico y de estresores proximales a bienestar psicológico. ($\beta = -.24$, $p > .05$; $\beta = -.27$, $p < .01$) respectivamente.

En el estudio de Barnes y Meyer (2012), buscó investigar la afiliación a religiones no afirmativas como un estresor de minorías por lo que se encontró que pertenecer a una religión no afirmativa (aquellas que no validan a la comunidad LGBT) se encuentra asociado con altos niveles de homofobia internalizada. Asimismo, se midieron también las variables de autoestima y síntomas depresivos encontrando que no hay relación entre la afiliación a religiones no afirmativas y autoestima. No obstante, se encontró una relación positiva y significativa entre homofobia internalizada y sintomatología depresiva con una co-varianza de 27%. Cabe señalar, que los participantes fueron personas LGB de la ciudad de Nueva York de distintas etnias. En cuanto a las etnias la homofobia internalizada estuvo mucho más presente en la población latina que en la blanca.

En el estudio de Baams et al. (2012), se encontró que en general las personas LGBT reportaban estigma percibido y este se encuentra relacionado significativamente con bajos niveles de bienestar psicológico. Además, en especial las personas con altos niveles de género no conforme experimentaron altos niveles de estigma percibida y bajos niveles de bienestar psicológico. De acuerdo con los resultados de los análisis el género no conforme predijo los bajos niveles de bienestar psicológico. Se realizó también un análisis de mediación encontrando que las experiencias de estigmatización mediaban significativamente la relación entre género no conforme y bienestar psicológico. Cabe destacar que este estudio se realizó en población holandesa LGBT joven y adulta y que el sexo biológico no significó ninguna diferencia en los resultados.

En Calabrese et al. (2014) se estudió un grupo de hombres y mujeres de etnia afrodescendiente y otro grupo de mujeres de etnia blanca, todos pertenecientes a minorías sexuales. Asimismo, de las variables antes mencionadas también se midieron sintomatología depresiva y bienestar social. Se encontró que existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre sintomatología depresiva y la frecuencia y alcance de la discriminación. Asimismo, el bienestar social tuvo una asociación positiva con significancia estadística con el bienestar psicológico y negativamente con depresión. Ciertamente la población de mujeres de etnia afrodescendiente fue la que reportó niveles más altos de discriminación en general, más bajos niveles de bienestar psicológico y altos en sintomatología depresiva.

En Douglas et al. (2016), se exploraron las variables de autoestima y estigma percibida como moderadores implicados y se encontró que la discriminación no se

encuentra altamente asociada a afectividad positiva ni a satisfacción de vida, sin embargo si presenta una influencia con significancia estadística con afectividad negativa. Finalmente, se encontró que la autoestima moderaba la asociación entre discriminación y afectividad positiva, afectividad negativa y la consciencia de estigma moderaba la discriminación en relación con afectividad negativa.

En Riggle et al., 2016, se encontró una asociación positiva y estadísticamente significativa entre autenticidad y bienestar psicológico, así como altos niveles de autenticidad fueron significativamente asociados con altos niveles en bienestar psicológico y menos síntomas depresivos. Adicionalmente, los análisis jerárquicos de regresión lineal permitieron estimar que el predictor más significativo es exterioridad para sintomatología depresiva, a pesar de que exterioridad presentó una correlación positiva con bienestar psicológico. No obstante, se encontró mediante el análisis de regresión que la exterioridad no es un predictor significativo para bienestar psicológico. En la misma línea, se halló que niveles elevados de ocultamiento fueron significativamente asociados con un pobre bienestar psicológico y más síntomas depresivos. Adicionalmente, se observó que los resultados no fueron significativamente diferentes entre personas gays, lesbianas o bisexuales y que la co-variable educación desempeña un papel importante en los diferentes modelos analizados encontrando que a mayor nivel de educación mejor bienestar psicológico y menor sintomatología depresiva.

En Cramer et al. (2017) , se estudió población adulta que vive con VIH del suroeste de los Estados Unidos y se realizó un análisis regresional con el cual se encontró que los hombres reportaron menos estrés que las mujeres, un mayor estigma internalizado relacionado con la condición de vivir con VIH y homofobia internalizada se asociaron con afectividad negativa elevada y estrés en general. También se midió la variable de soporte social y se encontró que presenta una relación significativa con bajos niveles de afectividad negativa, mayor nivel de afectividad positiva, mayor satisfacción de vida y menor estrés en general.

En Cooke y Melchert (2019), el estudio utiliza el modelo de ecuaciones estructurales para investigar el efecto de estresores de minoría (discriminación, homonegatividad internalizada) sobre el bienestar psicológico (afectividad positiva, satisfacción de vida) en hombres bisexuales. Adicionalmente, el modelo de estudio examina cómo los factores de identidad sexual positivos y los factores protectores

universales (apoyo social y resiliencia) afectan positiva directamente el bienestar psicológico de hombres bisexuales y median la relación entre estresores de minoría y bienestar. Como resultados se observó que el apoyo social y la resiliencia tuvieron una relación positiva con el bienestar psicológico. Adicionalmente, el ocultamiento presentó una relación negativa estadísticamente significativa con bienestar social y bienestar emocional; la discriminación tuvo una relación negativa estadísticamente significativa con bienestar social.

En Douglass et al. (2019), se encontró que la discriminación predijo los tres estresores proximales observados (expectativas de rechazo, ocultamiento y homofobia internalizada). Asimismo, no se encontró una relación negativa entre discriminación y y sentido de vida lo cual contradijo la hipótesis basada en estudios anteriores (Brewster et al., 2016) en la que se relacionó negativamente a la discriminación con el bienestar eudamónico. A pesar de ello, discriminación si presentó una relación negativa con expectativas de rechazo y ocultamiento).

En Vélez-Ríos et al. (2021), se estudió a un grupo de personas LGBT residentes de Puerto Rico. Se encontró que los ideales negativos internalizados (homofobia/transfobia internalizada) predijeron el manejo de la identidad de minorías. El hallazgo principal en el que los ideales negativos internalizados presentan una relación negativa con el bienestar psicológico y se cumplió únicamente para la población cisgénero (hombres y mujeres conformes con su sexo asignado al nacer), más no para las personas que no se identificaron como tales.

En Hunter et al. (2021), se midió ansiedad, depresión, bienestar psicológico, estrés de minorías de género, resiliencia y creencias heteronormativas en un grupo de personas trans y de género diverso (TGD) en UK y se comparó con personas cisgénero (personas conformes con su sexo asignado al nacer). Mediante el análisis regresional jerárquico se encontró que las personas TGD presentan niveles significativamente más altos de ansiedad y depresión, y un bienestar psicológico menor que los participantes cisgénero. También se encontró una relación positiva estadísticamente significativa entre disforia de género y depresión y una relación negativa estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y disforia de género. Adicionalmente, se halló que las personas con una asignación de género masculino al nacer reportaron mayor resiliencia y bienestar psicológico, mientras que las personas con un género femenino al nacer reportaron mayor

estrés de minoría, así como sintomatología ansiosa y depresiva. En general se observó puntajes proximales más altos por lo que, las relaciones negativas con el bienestar psicológico eran mayores, en esta línea, la relación entre estresores distales y el bienestar psicológico fue estadísticamente no significativa. Finalmente se encontró que bienestar psicológico y resiliencia presentan una relación positiva estadísticamente significativa.



CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

El presente reporte buscó conocer la relación entre factores de estrés de minorías y dimensiones de bienestar psicológico eudamónico y hedónico en adolescentes, jóvenes y adultos LGBT. Para ello se seleccionó una muestra de estudios y se analizaron las relaciones existentes entre las variables mencionadas encontrando que, en su mayoría, los estresores de minorías presentan una asociación negativa estadísticamente significativa con las dimensiones de bienestar psicológico. Es decir, que en la mayoría de los casos ante la presencia de estresores de minorías el bienestar psicológico de las personas empeoraba.

La utilidad de este estudio se basa en la visibilización de constructos relevantes a la población. Por lo tanto, que otras personas se familiaricen con ello permite ampliar la consciencia social, aumentar el conocimiento acerca de las necesidades e implicancias que conlleva pertenecer a una minoría sexual. Asimismo, dado que es un estudio enfocado desde la psicología, permite conocer problemáticas que demandan una práctica clínica cuidadosa y también tomar acción y una postura afirmativa en la práctica profesional respaldado de manera científica (Alessi et al.,2019).

Con respecto al análisis comparativo de los resultados que mostraron los estudios elegidos se empieza por describir las similitudes y diferencias más relevantes entre ellos. En primer lugar, todos los estudios seleccionados tuvieron en cuenta como marco teórico el modelo de estrés de minorías de Meyer (2003, 2019) y el constructo de bienestar psicológico en su mayoría descrito por Ryff (1989, 2021). Siempre la consideración del constructo o modelo de bienestar psicológico fue eudamónico o hedónico, es decir descrito desde la psicología positiva. En algunos estudios se midieron también variables como sintomatología depresiva o ansiosa lo cual nos permitió contar con información complementaria desde un enfoque diferente de bienestar psicológico definido por la ausencia o presencia de sintomatología. Asimismo, en algunos estudios se consideraron otras variables como soporte social, autoestima, autenticidad, resiliencia y se realizaron análisis estadísticos para determinar si afectaban o no el bienestar psicológico.

En cuanto a las diferencias más relevantes se encuentran los diferentes estresores de minoría medidos en los estudios siendo los más frecuentes: discriminación para

factores distales (Calabrese et al., 2014; Douglas et al., 2016) y ocultación de la orientación sexual/identidad de género y homofobia/transfobia internalizada para factores proximales (Banes & Meyer, 2012; Cooke & Melchert, 2019; Cramer et al., 2017; Hunter et al., 2021; Riggle et al., 2016; Velez-Rios et al., 2021). Un hallazgo relevante al comparar los resultados en los estudios analizados fue que las relaciones de estresores proximales y bienestar psicológico son mayores que las de estresores distales, sin embargo hay que considerar que hay más estudios que midieron estresores proximales.

Las muestras de participantes seleccionados en los estudios fueron principalmente con personas lesbianas, gays y bisexuales, estando presente en la mayoría de los estudios la población bisexual y solo en algunos estudios la población transgénero o de género diverso (Baams et al., 2013; Hunter et al., 2021; Vélez-Rios et al., 2021). En el caso de los estudios que consideraron población transgénero o de género diverso se midieron estresores de minorías principalmente proximales como estigma percibido, transfobia internalizada y solo en el estudio de Hunter et al. (2021) se utilizó una herramienta de medida que abarca tanto distales como proximales.

En los estudios revisados en los que se contó con participantes cisgéneros LGB se encontró que los estresores de minoría (homofobia internalizada, discriminación, estigma percibido, ocultamiento y expectativas de rechazo) presentaron una relación negativa significativa con el bienestar psicológico. No obstante, en los estudios de Baams et al. (2013), Hunter et al. (2021) y Vélez-Rios et al. (2021) en los que la muestra fue LGBT se encontró diferencias entre los resultados de personas cisgéneros y transgéneros. Se halló que la homonegatividad internalizada y el estigma percibido se relacionan negativamente con el bienestar psicológico de personas LGB, mientras que para el caso de las personas transgénero se encontró que la asociación no contaba con significancia estadística, adicionalmente la relación entre estigma percibido y bienestar psicológico fue mayor para personas transgénero y de género no diverso.

Por otro lado, en el estudio de Riggle et al. (2016), se encontró una relación contraria entre el estresor de minorías “exterioridad” y bienestar psicológico. Es decir, en contraposición con lo esperado, las personas cisgéneros de minorías sexuales al divulgar y hacer pública su orientación sexual experimentaron un mejor bienestar psicológico. No obstante, existen otros estudios en los que se encontró la misma asociación entre exterioridad y bienestar psicológico (Kosciw et al., 2014; Velez y Morandi, 2016),

quienes además concuerdan en discutir que el contexto es un elemento clave para el análisis de los resultados. Incluso, Ryff (2021), ahonda en analizar las múltiples investigaciones realizadas en las que se mide su constructo y encuentra que el bienestar psicológico puede variar dependiendo del contexto en el que vive e interactúa la muestra considerando uno de esos contextos el de población no heteronormativa.

Adicionalmente, una variable que resulta tener un rol importante como mediador entre la exterioridad y el bienestar psicológico es el soporte social. En Beals et al. (2009) se encontró que el soporte social se encuentra asociado positivamente con exterioridad y media la relación entre exterioridad y bienestar psicológico. Por lo tanto, podemos concluir que existen estudios que demuestran que la relación de exterioridad y bienestar psicológico puede ser tanto negativa como positiva y existen otras variables que pueden resultar mediadoras para que dichas relaciones se cumplan, por lo que resulta relevante continuar realizando investigaciones en las que se analice a profundidad el contexto y las variables asociadas.

En cuanto a las otras variables medidas se encontró que la discriminación también afecta negativamente a la autoestima (Douglas et al., 2016). Por otro lado, la autenticidad, la resiliencia, el soporte social y la conexión con la comunidad se relacionan positivamente con el bienestar psicológico (Cramer et al., 2017; Riggle et al., 2016; Cooke, 2019), mientras que el estrés de minorías presenta una relación positiva con sintomatología depresiva y ansiosa (Riggle et al., 2016, Hunter et al., 2021). Finalmente, en el estudio de Riggle et al. (2016), se encontró que la co-variable educación tuvo una relación positiva con bienestar psicológico, es decir a mayor nivel de educación mejor es el bienestar psicológico de la persona. Por lo tanto, podemos observar que existen otras variables que también afectan o se relacionan con el bienestar psicológico de las personas no heteronormativas al experimentar estrés de minorías.

Durante el análisis se encontraron algunas limitaciones con respecto a los constructos. En primer lugar, la diversidad de constructos relacionados a los estresores de minorías complica la medición y comparación entre otros estudios similares. Sin embargo, queda claro que todos hacen referencia a situaciones internas o externas que generan estrés de minorías. Asimismo, la amplitud y diversidad del constructo “paraguas” de bienestar psicológico complica la posibilidad de hacer comparaciones entre estudios,

ya que, al ser medido y conceptualizado desde diversos enfoques no permite uniformizar la información recogida por investigaciones.

Otra limitación al estudiar población LGBTIQ+ es que se encuentra compuesta por grupos humanos muy diversos y que además de las similitudes como minorías, cada uno presenta sus propias problemáticas y características. Al realizar estudios que incluyen muestras tan diversas aumenta la dificultad en poder analizar las variables que interactúan con la problemática de cada una por separado. Por ejemplo, la variable ocultación o exterioridad no son iguales para población no heterosexual cisgénero que para personas transgénero o de género diverso, así como tampoco es la misma problemática para hombres y mujeres transgénero.

Para próximas investigaciones resultaría relevante profundizar en la relación entre estrés de minorías y bienestar psicológico en el contexto peruano, ya que nos permitiría contar con una mirada contextualizada y más cercana a nuestra realidad, así como respaldo científico que permita continuar la lucha contra la desinformación. De la misma manera, tendría un aporte importante no solo indagar acerca de los factores de deterioro del bienestar psicológico, sino también encontrar aquellos que resultan moderadores o factores protectores para dicha población.

Adicionalmente, al realizar estudios en el contexto peruano ayudaría a identificar cuales son los estresores de minoría que más perjuicio generan en la población y así seleccionar con un mejor criterio los instrumentos de evaluación a estandarizarse y validarse en nuestro país para continuar con la labor clínica.

En la misma línea, para futuras investigaciones se sugiere hacer énfasis en estudios causales de tipo regresional, modelos estructurales y de medición con la finalidad de ir más allá de las correlaciones, las cuales parecen quedar claras a partir de los estudios revisados y a su vez los revisados por dichos estudios.

A partir del presente estudio identificamos la importancia de conocer acerca del estrés de minorías que afecta a la población LGBT y las variables asociadas a dicho modelo como el soporte social, la autenticidad, autoestima, conexión con la comunidad y resiliencia. Entonces, dado que los factores proximales son procesos subjetivos de internalización en el individuo, estos pueden ser abordados desde la práctica clínica y la psicoterapia. De acuerdo con Carvalho et al. (2021) los pensamientos, interpretaciones, creencias, emociones y conductas generadas a partir de la experiencia de dichos

estresores proximales se pueden abordar desde la psicoterapia cognitiva conductual (CBT). Por ello, resulta de mucha relevancia fomentar que los actuales y futuros psicólogos y psicoterapeutas cuenten con mayor información que les permita trabajar de manera más precisa con dicha población y evite que se continúe patologizando conductas y creencias desde la mirada tradicional y conservadora que caracteriza nuestra sociedad peruana. Asimismo, es de suma importancia en la práctica clínica con personas LGBTIQ+ conocer intervenciones afirmativas desde la CBT, sus contextos específicos, características y procesos, así como su sensibilidad cultural como grupo vulnerable (Carvalho et al., 2021).

A partir del conocimiento adquirido en el presente reporte se pueden crear contenidos de talleres u otros recursos enfocados a espacios psicoeducativos para psicólogos y psicoterapeutas que trabajan con población LGBT con la finalidad de brindar herramientas, información actualizada y un acercamiento a las variables de estrés de minorías y sus consecuencias.

Asimismo, en la práctica clínica, el conocer la relevancia de la autoestima en la homofobia internalizada nos permite tener en cuenta aspectos más completos de cómo mejorar la valía personal en terapia, los discursos asociados, el deterioro en el auto-concepto y adicionalmente tener en cuenta la evaluación de la discriminación y otros estresores distales en el entorno cercano como un elemento clave (Carvalho et al., 2021). En la misma línea, en tomar en cuenta el análisis del entorno cercano y familiar de los pacientes LGBT permitirá identificar estresores de minoría proximales para prevenir o interrumpir la internalización de dichos procesos.

La información y resultados abordados por el presente estudio no solo resultan relevantes para la práctica clínica, sino también para los ámbitos educativo, social y comunitario, ya que la elaboración de talleres de prevención en salud mental y suicidio, principalmente en población adolescente, programas de intervención, psicoeducación, entre otros resultaría de gran aporte.

Desde la práctica social y comunitaria, el contar con más información y estudios con respaldo científico impulsan y fortalecen la lucha por visibilizar, despatologizar y validar los derechos y necesidades de la población LGBTIQ+. Dicha información ayuda a que las organizaciones y el activismo ciudadano generen mayor presión frente a

políticas públicas que pasan por alto la existencia y derechos de la población antes mencionada.



CONCLUSIONES

A continuación se presentan las conclusiones de los principales hallazgos del presente reporte:

- Se encontró que en la mayoría de los estudios los factores de estrés de minorías presentan una relación negativa con el bienestar psicológico.
- Los factores de minorías proximales presentan una mayor relación negativa y significativa con bienestar psicológico.
- Las relaciones encontradas entre estrés de minorías y bienestar psicológico en población transgénero y de género diverso, difieren a las encontradas en población cisgénero, siendo la relación entre los constructos mencionados significativa principalmente para la población cisgénero.
- Se encontró, adicionalmente, que los estresores de minoría no solo se relacionan negativamente con el bienestar psicológico, sino que también están relacionados positivamente con presencia de sintomatología ansiosa y depresiva.
- En otros hallazgos relevantes con respecto a otras variables estudiadas se encontró que el soporte social y la conexión a la comunidad afectan de manera positiva al bienestar psicológico de las personas que experimentan estrés de minorías.
- La autenticidad, la autoestima y la resiliencia fueron variables que se relacionaron de manera positiva con el bienestar psicológico de las personas que experimentan estrés de minoría por factores proximales. También, la educación fue una co-variable relacionada positivamente con el bienestar psicológico y negativamente con la sintomatología depresiva y estrés en general.

REFERENCIAS

- Alessi, E. J., Dillon, F. R., & Van Der Horn, R. (2019). The therapeutic relationship mediates the association between affirmative practice and psychological well-being among lesbian, gay, bisexual, and queer clients. *Psychotherapy, 56*(2), 229–240. <https://doi.org/10.1037/pst0000210>
- Baams, L., Beek, T., Hille, H., Zevenbergen, F. C., & Bos, H. M. (2013). Gender nonconformity, perceived stigmatization, and psychological well-being in Dutch sexual minority youth and young adults: A mediation analysis. *Archives of sexual behavior, 42*(5), 765–773. <https://doi.org/10.1007/s10508-012-0055-z>
- Barnes, D. M., & Meyer, I. H. (2012). Religious affiliation, internalized homophobia, and mental health in lesbians, gay men, and bisexuals. *American Journal of Orthopsychiatry, 82*(4), 505–515. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2012.01185.x>
- Beals, K. P., Peplau, L. A., & Gable, S. L. (2009). Stigma management and well-being: The role of perceived social support, emotional processing, and suppression. *Personality and social psychology bulletin, 35*(7), 867–879. <https://doi.org/10.1177/0146167209334783>
- Brewster, M. E., Velez, B. L., Foster, A., Esposito, J., & Robinson, M. A. (2016). Minority stress and the moderating role of religious coping among religious and spiritual sexual minority individuals. *Journal of Counseling Psychology, 63*(1), 119–126. <https://doi.org/10.1037/cou0000121>
- Calabrese, S. K., Meyer, I. H., Overstreet, N. M., Haile, R., & Hansen, N. B. (2015). Exploring discrimination and mental health disparities faced by Black sexual minority women using a minority stress framework. *Psychology of women quarterly, 39*(3), 287–304. <https://doi.org/10.1177/0361684314560730>
- Carvalho, S. A., Castilho, P., Seabra, D., Salvador, C., Rijo, D., & Carona, C. (2022). Critical issues in cognitive behavioural therapy (CBT) with gender and sexual minorities (GSMs). *the Cognitive Behaviour Therapist, 15*, e3. <https://doi.org/10.1017/S1754470X21000398>
- Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos [PROMSEX]. (2016). *Informe anual sobre derechos humanos de personas trans, lesbianas, gays y bisexuales en el Perú 2015-2016*. <http://promsex.org/publicaciones/informe-anual-sobre-ddhh-de-personas-tlgb-en-el-peru-2012015-2016/>
- Cheng, L. S. W. (2019). The Stressors and Psychological Well-Being of Lesbian, Gay and Bisexual among Chinese Adults in Hong Kong [Los factores de estrés y el bienestar psicológico de lesbianas, gays y bisexuales entre los adultos chinos de Hong Kong]. *Journal of biosciences and medicines, 7*(5), 65–70. <https://doi.org/10.4236/jbm.2019.75010>
- Cooke, P. J., & Melchert, T. P. (2019). Bisexual well-being: Assessing a model of predictors of psychosocial well-being for bisexual men. *Psychology of Sexual*

Orientation and Gender Diversity, 6(2), 242–255. <https://doi.org/10.1037/sgd0000324>

- Cramer, R. J., Burks, A. C., Plöderl, M., & Durgampudi, P. (2017). Minority stress model components and affective well-being in a sample of sexual orientation minority adults living with HIV/AIDS. *AIDS Care*, 29(12), 1517–1523. <https://doi.org/10.1080/09540121.2017.1327650>
- Defensoría del Pueblo (2020). *Derechos humanos de las personas LGBTI: Necesidad de una política pública para la igualdad en el Perú (Informe Defensorial N°175)*. https://www.defensoria.gob.pe/grupos_de_proteccion/poblacion-lgtbi/
- Douglass, R. P., Conlin, S. E., Duffy, R. D., & Allan, B. A. (2017). Examining moderators of discrimination and subjective well-being among LGB individuals. *Journal of Counseling Psychology*, 64(1), 1-11. <https://psycnet.apa.org/buy/2016-59429-001>
- Douglass, R. P., Conlin, S. E., & Duffy, R. D. (2019). Beyond Happiness: Minority Stress and Life Meaning Among LGB Individuals. *Journal of Homosexuality*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/00918369.2019.1600900>
- Dyar, C., & London, B. (2018). Bipositive events: Associations with proximal stressors, bisexual identity, and mental health among bisexual cisgender women. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 5(2), 204–219. <https://doi.org/10.1037/sgd0000281>
- Feinstein, B. A. (2020). The rejection sensitivity model as a framework for understanding sexual minority mental health. *Archives of Sexual Behavior*, 49(7), 2247-2258. <https://doi.org/10.1007/s10508-019-1428-3>
- Frost, D. M., Fingerhut, A. W., & Meyer, I. H. (2022). Social change and relationship quality among sexual minority individuals: Does minority stress still matter? *Journal of Marriage and Family*. <https://doi.org/10.1111/jomf.12827>
- García, R. R., & Ayuso-Mateos, J. L. (2019). CIE-11 y la despatologización de la condición transgénero. *Revista de psiquiatría y salud mental*, 12(2), 65-67. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2019.01.002>
- Hart, T., Noor, S., Vernon, J., Kidwai, A., Roberts, K., Myers, T., & Calzavara, L. (2018). Childhood Maltreatment, Bullying Victimization, and Psychological Distress Among Gay and Bisexual Men [Maltrato infantil, victimización por acoso escolar y malestar psicológico entre hombres homosexuales y bisexuales]. *Journal of sex research*, 55(4/5), 604-16. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1401972>
- Huebner, D.M., Davis, M.C. Gay and bisexual men who disclose their sexual orientations in the workplace have higher workday levels of salivary cortisol and negative affect. *ann. behav. med.* 30, 260–267 (2005). https://doi.org/10.1207/s15324796abm3003_10
- Hunter, J., Butler, C., & Cooper, K. (2021). Gender minority stress in trans and gender diverse adolescents and young people. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 135910452110331. <https://doi.org/10.1177/13591045211033187>
- Ibañez, L. (2017). *Elijo Ser Yo. Guía práctica de apoyo para informarte, conocerte, aceptarte y afrontar retos como lesbiana, gai, bisexual y transgénero (LGBT)*. <http://www.elijoseryo.com/descarga.htm>

- 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: Población LGBT*.
https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-06/presentacion_ii_encuesta_nacional_ddhh.pdf
- Jaramillo-Jaramillo, J., & Restrepo-Pineda, J. E. (2019). Families Made up of Parents with Sexual Orientations and Diverse Gender Identities in Colombia: Advances and Trends in Research. *El Ágora USB*, 19(2), 596-608.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-80312019000200596&script=sci_abstract&tlng=en
- Kerridge, B. T., Pickering, R. P., Saha, T. D., Ruan, W. J., Chou, S. P., Zhang, H., ... & Hasin, D. S. (2017). Prevalence, sociodemographic correlates and DSM-5 substance use disorders and other psychiatric disorders among sexual minorities in the United States. *Drug and alcohol dependence*, 170, 82-92.
<https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2016.10.038>
- Kosciw, J.G., Palmer, N.A. & Kull, R.M. Reflecting Resiliency: Openness About Sexual Orientation and/or Gender Identity and Its Relationship to Well-Being and Educational Outcomes for LGBT Students. *Am J Community Psychol* 55, 167–178 (2015). <https://doi.org/10.1007/s10464-014-9642-6>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence [Prejuicios, estrés social y salud mental en poblaciones de lesbianas, gays y bisexuales: Cuestiones conceptuales y pruebas de investigación]. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674-697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- Meyer, I. H., Blosnich, J. R., Choi, S. K., Harper, G. W., & Russell, S. T. (2021). Suicidal behavior and coming out milestones in three cohorts of sexual minority adults. *LGBT health*, 8(5), 340-348. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2020.0466>
- Meyer, I. H., & Frost, D. M. (2013). Minority stress and the health of sexual minorities. In C. J. Patterson & A. R. D'Augelli (Eds.), *Handbook of psychology and sexual orientation* [Manual de psicología y orientación sexual] (pp. 252–266). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199765218.003.0018>
- Meyer, I. H., Luo, F., Wilson, B. D. M., & Stone, D. M. (2019). Sexual Orientation Enumeration in State Antibullying Statutes in the United States: Associations with Bullying, Suicidal Ideation, and Suicide Attempts Among Youth. *LGBT Health*, 6(1), 1-6. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2018.0194>
- Mohr, J. J., & Sarno, E. L. (2016). The ups and downs of being lesbian, gay, and bisexual: A daily experience perspective on minority stress and support processes. *Journal of Counseling Psychology*, 63(1), 106-118.
<https://psycnet.apa.org/buy/2015-51748-001>
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2013). *Salud mental: un estado de bienestar*.
http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

- Riggle, E. D. B., Rostosky, S. S., Black, W. W., & Rosenkrantz, D. E. (2017). Outness, concealment, and authenticity: Associations with LGB individuals' psychological distress and well-being. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 4*(1), 54–62. <https://doi.org/10.1037/sgd0000202>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being [La felicidad lo es todo, ¿o no? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico]. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069- 1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C., Morozink, J., & Kirsch, J. (2021). Advancing the Science of Well-Being. A dissenting view on measurement recommendations. En M. Lee, L. Kubzansky, T. VanderWeele (Eds.). *Measuring Well-Being: Interdisciplinary Perspectives from the Social Sciences and the Humanities*. Oxford Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197512531.001.0001>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics, 83*(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Trudel-Fitzgerald, C., Kubzansky, L., & VanderWeele, T. (2021). A Review of Psychological Well-Being and Mortality Risk. Are All Dimensions of Psychological Well-Being Equal? En M. Lee, L. Kubzansky, T. VanderWeele (Eds.). *Measuring Well-Being: Interdisciplinary Perspectives from the Social Sciences and the Humanities*. Oxford Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197512531.001.0001>
- Velez, B. L., & Moradi, B. (2016). A moderated mediation test of minority stress: The role of collective action. *The Counseling Psychologist, 44*(8), 1132-1157. <https://doi.org/10.1177/0011000016665467>
- Vélez, B., Martínez-Taboas, A., & Pérez-Pedrogo, C. (2021). Efecto del manejo de identidad LGBTTT+ en el bienestar psicológico. *Revista Caribeña de Psicología, 5*(1), e5455. <https://doi.org/10.37226/rcp.v5i1.5455>
- Wagaman, M. A., Shelton, J., & Carter, R. (2018). Queering the social work classroom: Strategies for increasing the inclusion of LGBTQ persons and experiences. *Journal of Teaching in Social Work, 38*(2), 166-182. <https://doi.org/10.1080/08841233.2018.1430093>
- Yoo, J., Miyamoto, Y., & Ryff, C. D. (2016). Positive affect, social connectedness, and healthy biomarkers in Japan and the U.S. *Emotion, 16*(8), 1137–1146. <https://doi.org/10.1037/emo0000200>
- Zeeman, L., Sherriff, N., Browne, K., McGlynn, N., Mirandola, M., Gios, L., Davis, R., Sanchez-Lambert, J., Aujean, S., Pinto, N., Farinella, F., Donisi, V., Niedzwiedzka-Stadnik, M., Rosinska, M., Pierson, A., Amaddeo, F., & Health4LGBTI Network (2019). A review of lesbian, gay, bisexual, trans and intersex (LGBTI) health and healthcare inequalities. *European journal of public health, 29*(5), 974-980. <https://doi.org/10.1093/eurpub/cky226>

CLÍNICA BERGELUND ECHEANDIA STEPHANIE (E FINAL)

INFORME DE ORIGINALIDAD

15%

INDICE DE SIMILITUD

15%

FUENTES DE INTERNET

7%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad de Lima Trabajo del estudiante	2%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	revistacaribenadepsicologia.com Fuente de Internet	1%
4	tesis.pucp.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	revistas.um.es Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ulima.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	es.scribd.com Fuente de Internet	1%
8	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	www.tandfonline.com Fuente de Internet	1%

10	kc.cgpub.net Fuente de Internet	<1 %
11	worldwidescience.org Fuente de Internet	<1 %
12	eprints.uanl.mx Fuente de Internet	<1 %
13	pt.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
14	archive.org Fuente de Internet	<1 %
15	eprints.umm.ac.id Fuente de Internet	<1 %
16	purehost.bath.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
17	tauja.ujaen.es Fuente de Internet	<1 %
18	link.springer.com Fuente de Internet	<1 %
19	sentiido.com Fuente de Internet	<1 %
20	1library.co Fuente de Internet	<1 %
21	mafiadoc.com Fuente de Internet	<1 %

22	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	<1 %
23	prodescentralizacion.org.pe Fuente de Internet	<1 %
24	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
25	www.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
26	polodelconocimiento.com Fuente de Internet	<1 %
27	www.apa.org Fuente de Internet	<1 %
28	www.drugsandalcohol.ie Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas Activo
 Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words