

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



PUCP

Homonegatividad internalizada y factores protectores frente al estrés de minoría en
personas LGB de Lima Metropolitana

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO
DE BACHILLERA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA
MARÍA PÍA BRAVO ARENAS

ASESORA
NOELIA RODRIGUEZ ESPARTAL

2020

Agradecimientos

A Noelia, mi asesora, por apoyarme durante todo el proceso y por creer siempre en un proyecto que por momentos parecía imposible.

A mi familia y a mi familia elegida, por su apoyo y aliento constante.

Especialmente a todas las personas participantes, por su confianza, apertura, valentía y orgullo.



Resumen

Homonegatividad internalizada y factores protectores frente al estrés de minoría en personas LGB de Lima Metropolitana

El objetivo del estudio fue explorar la relación entre la homonegatividad internalizada y los factores protectores frente al estrés de minoría (soporte social, colectividad comunitaria y acción colectiva) que provienen de las relaciones interpersonales en personas LGB de Lima Metropolitana. Se trata de un estudio cualitativo, en el cual participaron dos personas que se auto identifican como lesbianas, dos personas gays y tres personas bisexuales. Como técnica de recolección de información, se utilizó la entrevista semi estructurada. Los resultados mostraron que las relaciones interpersonales juegan un rol crucial en el proceso de aceptación de la pertenencia a una minoría sexual. Sin embargo, este proceso se ve obstaculizado en la mayoría de los casos por la internalización de ideas heteronormativas que provienen de las mismas relaciones interpersonales que posteriormente se convierten en un factor protector. Por lo tanto, se evidencia la necesidad de explorar con mayor profundidad el rol de las relaciones interpersonales para validar la experiencia de pertenencia a una minoría sexual.

Palabras clave: estrés de la minoría, homonegatividad internalizada, relaciones interpersonales, acción colectiva, soporte social, conectividad comunitaria.

Abstract

Internalized homonegativity and protective factors against minority stress in LGB people in Metropolitan Lima

The purpose of this study was to explore the relationship between internalized homonegativity and protective factors against minority stress (social support, community connectedness, collective action) that stem from interpersonal relationships in people with LGB identities. Using a qualitative approach, two lesbians, two gay and three bisexual people participated through semiunstructured interviews. Results showed that interpersonal relationships play a crucial role in the process of acceptance regarding the sexual minority identity. However, this process is hampered in most cases by the internalization of heteronormative ideas that come from the same interpersonal relationships that later become a protective factor. Therefore, there is a need to further explore the role of interpersonal relationships to validate the experience of belonging to a sexual minority.

Key words: minority stress, internalized homonegativity, interpersonal relationships, collective action, social support, community connectedness.

Tabla de contenidos

Introducción	1
Método	13
Participantes	13
Técnicas de recolección de información	14
Procedimiento	15
Análisis de la información	16
Resultados y discusión	19
Conclusiones	43
Recomendaciones	44
Limitaciones	45
Referencias	47
Apéndices	51
Apéndice A: Consentimiento informado	55
Apéndice B: Protocolo de contención	57
Apéndice C: Guía de entrevista	58
Apéndice D: Ficha de datos sociodemográficos	64

Introducción

La orientación sexual es comúnmente definida como la atracción afectiva, emocional y sexual por personas de un género diferente al suyo (heterosexual), de su mismo género (homosexual) o de más de un género (bisexual) (Comisión Interamericana de Derechos Humanos [CIDH], 2015). Sin embargo, estas tres etiquetas dejaron de ser suficientes para nombrar las diferentes experiencias de orientación sexual que existen (Borgogna et al., 2018). De esta manera es que emerge el término *queer*, que se refiere a aquellas orientaciones sexuales fluidas y/o no binarias que no están incluidas dentro de las tres etiquetas previamente mencionadas (Jones et al., 2018; Wagaman, 2016).

A lo largo de los años, las personas con una orientación sexual diferente a la heterosexual han sido víctimas de prejuicios, estereotipos, discriminación y estigma (Berg, et al., 2015; Cox et al., 2010; Newcomb y Mustanski, 2010). Más aún, la actitud negativa hacia las personas homosexuales o bisexuales a lo largo de los años ha sido parte de políticas institucionales. Este fue el caso de la inclusión de la homosexualidad como una patología en la segunda edición del DSM (Drescher, 2015). De esta manera, las personas con una orientación sexual diferente a la heterosexual, a lo largo de la historia, han estado expuestas a experiencias negativas que guardan relación con su pertenencia a una minoría estigmatizada (Bourn et al., 2018).

Sin embargo, en los últimos años, la aceptación a las personas gays, lesbianas y bisexuales ha aumentado, principalmente en Europa y Estados Unidos. Incluso, se han aprobado leyes y desarrollado proyectos que buscan fomentar la igualdad en estos países (Berg et al., 2015). Sin embargo, la situación en la mayor parte de países de América Latina no es la misma. En el caso del Perú, la comunidad LGBTIQ+ ha sido invisibilizada, agredida e impedida de ejercer derechos fundamentales en condiciones de igualdad y no discriminación (Defensoría del Pueblo, 2016). En una encuesta realizada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2017) a la población LGTBIQ+, el 63% de lxs participantes reportaron haber sido víctimas de algún acto de violencia o discriminación. Estos actos de violencia se dieron mayoritariamente en espacios públicos, en el ámbito educativo y en medios de transporte.

En esta misma línea, el Perú es uno de los tres países latinoamericanos con peor puntaje en el Gay Travel Index 2020 que se encarga de evaluar a los países según su afabilidad hacia las personas LGBTIQ+ (Spartacus, 2020). Dentro de esta calificación, el área que recibió un mayor puntaje negativo fue la hostilidad de las personas locales contra las personas LGBTIQ+ (Spartacus, 2020). En este contexto de hostilidad, es

posible entender que el 56% de las personas entrevistadas en la encuesta realizada por el INEI manifestaron que no expresan su orientación sexual. Dentro de este grupo, el 72.5% manifestó que no lo hacía por miedo a ser discriminadx y/o agredidx por pertenecer a una minoría (INEI, 2017).

La situación descrita anteriormente evidencia en parte la experiencia que significa pertenecer a una minoría sexual en el Perú. De esta manera, el heterosexismo de la sociedad peruana afecta a la población LGBTIQ+ porque hace a este grupo más vulnerable a estar expuestxs a estresores particulares por su estatus de minoría (Meyer, 2003). Además, estos estresores son agravados por la falta de sanción por parte del gobierno ante situaciones de discriminación. Esta falta de sanción genera un gran sentimiento de desprotección, que además resulta un estresor en sí mismo (Meyer, 2003). Esta situación, sumada a las experiencias de discriminación y estigma que vive la población LGBTIQ+ en el Perú regularmente pueden generar sentimientos de alienación, falta de integración con la comunidad y problemas de autoaceptación (Bourn et al., 2018; Newcomb y Mustanski, 2010; Pitonak y Spilkova, 2016).

Estas consecuencias de la situación que vive la población LGBTIQ+ en el Perú responden a un fenómeno que Meyer (2003) denomina el estrés de minoría. El autor propone que el estigma con el que tienen que vivir las personas que pertenecen a minorías sexuales genera un estrés particular que resulta de las situaciones cotidianas que experimentan por su condición de minoría. Este estrés es específico para el grupo estigmatizado, por lo que requiere un mayor nivel de esfuerzo por parte del individuo para poder adaptarse. Además, tiene consecuencias psicológicas y físicas que son perjudiciales para la persona (Mays y Cochran, 2001; Meyer, 2003). Para la población LGBTIQ+, Meyer (2003) propone tres procesos que conllevan al estrés de minoría: eventos estresantes objetivos (agresiones, insultos, etc.), la expectativa y vigilancia ante la posibilidad de que dichos eventos ocurran y la internalización de las actitudes sociales negativas. Es decir, que para experimentar las consecuencias negativas de la discriminación no es necesario sufrir directamente algún tipo de agresión directa, sino que el ser testigo de esta discriminación y estar expuesto a una sociedad heterosexista puede generar consecuencias negativas similares para el individuo.

Resulta importante el tercer proceso que propone Meyer, la internalización de las actitudes sociales negativas, ya que este afecta la manera en que el individuo se percibe a sí mismo. Diversos autores (Berg et al., 2015; D'Augelli et al., 2002; Newcomb y Mustanski, 2010; Russell y Bohan, 2006) han trabajado con este fenómeno también

denominado homonegatividad internalizada. Esta puede ser definida como el proceso mediante el cual las personas no heterosexuales internalizan inconscientemente mensajes sociales con respecto a género y sexo como parte de su propia imagen (Meyer, 1995). Esto crea un conflicto psicológico porque se contradicen los deseos románticos y las creencias negativas hacia unx mismx (Berg et al., 2015). Es decir, se trata de la redirección de actitudes heterosexistas de la sociedad que la persona experimenta hacia sí misma.

De esta manera, la homonegatividad internalizada es principalmente un producto de prejuicios sociopolíticos y estigmas, más no de miedos personales, subjetivos e irracionales (Berg et al., 2015; Russell y Bohan, 2006). Es por esto por lo que, en la literatura, es más consensuado el uso del concepto homonegatividad y no homofobia internalizada. En efecto, este concepto no abarca únicamente actitudes negativas frente a la propia orientación sexual. Además, incluye actitudes globales hacia la homosexualidad y bisexualidad, incomodidad con revelar la propia orientación sexual a otros, desconexión de otros individuos LGBTIQ+ e incomodidad con la interacción sexual entre personas del mismo sexo (Newcomb y Mustanski, 2010). Por lo tanto, la homonegatividad internalizada permite abarcar de una manera más completa e integral cómo es que vivir en una sociedad heterosexista afecta a las personas de la comunidad LGBTIQ+.

Este fenómeno tiene diversas consecuencias negativas que afectan el bienestar de las personas lesbianas, gays, bisexuales y queer. Un estudio realizado por Newcomb y Mustanski (2010) concluyó que a mayor homonegatividad internalizada existe una mayor posibilidad de desarrollar problemas de salud mental. Estos efectos en la salud mental están principalmente relacionados a la desmoralización, sentimientos de culpa, problemas en el ámbito sexual, sintomatología depresiva y suicidio (Andrinopoulous y Hembly, 2014; Balsam, 2001; Costa et al., 2013; Cox et al., 2010; González et al., 2016; Herek, 2007; Meyer, 2003). Cabe resaltar que la mayor prevalencia de problemas de salud mental en la población LGBTIQ+ que en sus pares heterosexuales no se debe a la orientación sexual en sí misma, sino que es consecuencia principalmente del estrés que causa ser parte de una minoría estigmatizada en una sociedad heterosexista (Meyer, 2003).

Sin embargo, la homonegatividad internalizada no afecta de la misma manera a las personas lesbianas, gays, bisexuales y queer (Berg et al., 2015). Esto se debe a que, al ser un fenómeno que deviene principalmente de la interacción social con una sociedad patriarcal y heterosexista, es importante considerar cómo se relacionan diferentes factores

que afectan a lxs miembrxs de la comunidad LGBTIQ+ de diferente manera. Por un lado, en el caso de las mujeres lesbianas, es más difícil ver la experiencia de homonegatividad internalizada porque son estigmatizadas por ser mujeres y por ser homosexuales (Newcomb y Mustanski, 2010). Por ejemplo, la expectativa de sufrir una agresión o algún tipo de acoso se puede deber a su condición de mujeres en una sociedad machista o a su condición de personas homosexuales específicamente. Por lo tanto, es necesario tener en cuenta cómo es que diversos factores interactúan, ya que hay otras condiciones de lxs individuxs que también pueden generar estrés de minoría (Meyer, 2003).

Por otro lado, en el caso de los hombres cisgénero que pertenecen a minorías sexuales, ellos experimentan más abuso verbal y físico relacionado a su orientación sexual que las mujeres, ya que las sociedades heterosexistas tienen a castigar duramente comportamientos más ligados a lo femenino (D'Augelli et al., 2002). Asimismo, las personas bisexuales también enfrentan adversidades específicas, generalmente por ser negativamente juzgadas tanto por sus pares heterosexuales como por sus pares homosexuales por considerar que no pertenecen completamente a ningún grupo (Mereish et al., 2017). En esta misma línea, además de los estresores que comparte la población bisexual con las demás minorías sexuales, existen estresores específicos que sufre esta población; como la bifobia y prejuicios que están dirigidos hacia las personas bisexuales (Dodge et al., 2016; Roberts et al., 2016). Esto genera que la homonegatividad internalizada que experimentan sea diferente, ya que los estresores son específicos a las personas que se identifican como bisexuales (Meyer, 2003).

En esta misma línea, con respecto a las personas que se identifican como *queer*, según el modelo de estrés de minoría, las identidades emergentes como esta experimentarían más estrés relacionado específicamente a la identidad (Borgogna et al., 2018). Esto se debe a que no solo pertenecen a una minoría por ser no heterosexuales, sino que también pertenecen a una minoría dentro de la propia comunidad LGBTIQ+. De esta manera, este estatus de minoría dentro de la propia comunidad puede aumentar los estigmas, prejuicios y discriminación (Borgogna et al., 2018; Wagaman, 2016). Debido a esto, la homonegatividad internalizada que podrían llegar a experimentar las personas *queer* se ve influenciada no solo por la expectativa de amenaza por parte de la sociedad en general, sino también por parte de su propia comunidad.

Sin embargo, estos efectos negativos de la discriminación y del estigma pueden ser reducidos a través de ciertos mecanismos de afrontamiento. Para el caso de la población LGBTIQ+, son especialmente importantes aquellos que tienen que ver con

relaciones interpersonales positivas (Puckett et al., 2015; Ryan, 2010; Snapp et al., 2015). Uno de estos mecanismos de afrontamiento es el soporte social, que puede ser definido como los recursos y las redes sociales a los que las personas pueden recurrir en situaciones adversas (Hinson y Bowsher, 1997). Es decir, se refiere específicamente al apoyo emocional y/o instrumental que una persona puede recibir de otros (Snapp et al., 2015). Cabe resaltar que este soporte social es un mejor predictor de bienestar cuando la persona es consciente de que tiene esas redes de soporte disponibles (Vander Zee et al., 1995; Vivaldi y Barra, 2012).

En el caso de la comunidad LGBTIQ+, la evidencia empírica señala que el soporte social ayuda a los adolescentes que pertenecen a una minoría sexual a enfrentar el estrés, el aislamiento y el impacto psicológico que conlleva el estar a la expectativa de situaciones de discriminación y violencia (DeGarmo y Martínez, 2006; Meyer, 2003; Muñoz-Plaza et al., 2002). Adicionalmente, el soporte social fomenta la consolidación de la identidad de las personas no heterosexuales (Muñoz-Plaza et al., 2002) y disminuye la angustia que significa para ellas el proceso de desarrollo de esta identidad (Wright y Perry, 2006). De esta manera, que las personas no heterosexuales perciban soporte social por parte de sus familiares y amigos es de suma importancia para su bienestar, debido a que este soporte reduce significativamente el impacto negativo que tienen las experiencias de rechazo externas (Snapp et al., 2015).

Sin embargo, los efectos del soporte social en la persona van a ser diferentes dependiendo de la fuente de la que este provenga. Por un lado, el soporte social por parte de la familia es esencial para la aceptación de la propia orientación sexual (Snapp et al., 2015). Asimismo, el soporte social familiar en la adolescencia es particularmente importante ya que es un factor predictor de un mejor ajuste en la edad adulta, además de tener diversos beneficios para la salud tanto mental como física (Ryan et al., 2010; Snapp et al., 2015). Por otro lado, el soporte social que dan las amistades permite que las personas tengan más posibilidades de sentirse cómodas revelando su orientación sexual (Snapp et al., 2015). Por último, este soporte social proveniente de diferentes fuentes es dinámico, ya que las consecuencias van a depender de qué tipos de soporte social estén presentes y cuales no (Shilo y Savaya, 2011).

Además, existe también un soporte social relacionado directamente con experiencias referentes a la orientación sexual. De esta manera, el soporte social relacionado a la sexualidad es un concepto que surge para referirse específicamente al soporte social dirigido a reducir el estrés ocasionado por experiencias relacionadas a

pertenecer a una minoría sexual (Doty et al., 2010). En efecto, los componentes principales del soporte social relacionado a la sexualidad consisten en proveer soporte emocional frente a situaciones de discriminación, rechazo o conflictos internos (Doty et al., 2010). Asimismo, el apoyo instrumental en relación con la sexualidad también es un componente importante para considerar dentro de este tipo de soporte social (Nesmith et al., 1999).

De esta manera, la evidencia empírica muestra que el soporte social relacionado a la sexualidad está relacionado con un mayor bienestar, menor probabilidad de suicidio, depresión, consumo de sustancias psicoactivas y de contraer enfermedades de transmisión sexual (Ryan, 2010; Sheets y Mohr, 2009). Además, las personas pertenecientes a una minoría sexual que reportan recibir soporte social relacionado a la sexualidad por parte de su familia y amigxs evidencian un menor nivel de homonegatividad internalizada (Sheets y Mohr, 2009). A pesar de ello, el soporte social relacionado a la sexualidad no suele ser brindado por la familia ni amigxs heterosexuales (Friedman y Morgan, 2009), ya que los amigxs que pertenecen a una minoría sexual suelen ser la mayor fuente de este tipo de apoyo (Doty et al., 2010).

Por lo tanto, es importante también considerar qué rol tiene la propia comunidad LGBTQI+ en ser una fuente de apoyo que permita afrontar los estresores asociados con pertenecer a una minoría sexual. En esta línea, el rol de esta comunidad ha sido ampliamente estudiado, y existen diversas maneras en las que este apoyo comunitario se puede manifestar (Frost y Meyer, 2011; Mizielska y Stasinska, 2017; Puckett et al., 2015; Vélez y Moradi, 2016). Una de estas formas de apoyo es la conectividad comunitaria, que puede ser definida como los deseos de las personas de pertenecer y sentirse parte de un colectivo más grande, establecer una relación mutuamente influyente y satisfacer necesidades individuales de construir una conexión emocional compartida (Frost y Meyer, 2011). Es decir, en el caso de la comunidad LGBTQI+, la conectividad comunitaria se refiere a que las personas que pertenecen a minorías sexuales se vinculen entre ellas tanto a un nivel cognitivo como afectivo y de esa manera puedan satisfacer necesidades socioemocionales (Frost y Meyer, 2012).

Debido a que la conectividad comunitaria se refiere al componente más subjetivo del sentido de pertenencia, medir, operacionalizar e investigar este constructo siempre ha significado un reto (Gray et al., 2015)., Esto es especialmente importante para la comunidad LGBTQI+, ya que las medidas de conectividad comunitaria previamente existentes se refieren a comunidades de un mismo espacio geográfico. Por lo tanto, no

son relevantes para comunidades cuyo vínculo no se basa en su ubicación geográfica (Frost y Meyer, 2012). Frente a esta situación, Vanable y colaboradores (1992) desarrollaron la Escala de identificación e involucramiento con la comunidad gay. De esta manera, esta escala engloba los componentes principales que caracterizan la conectividad comunitaria en el caso específico de las minorías sexuales. En primer lugar, se incluye la importancia percibida de auto identificarse como homosexual y de involucrarse con la comunidad. Además, se incluyó la frecuencia con la que se involucraban en eventos LGBTIQ+ o leían revistas o contenido dirigido específicamente a la comunidad. Por último, se tomó en cuenta la cantidad de amigxs no heterosexuales (Vanable et al., 1992). Cabe mencionar que la escala no fue diseñada para todas las minorías sexuales, sino exclusivamente para hombres que se identificaban como homosexuales o bisexuales, por lo que resulta importante explorar si es que estos mismos elementos se repiten en todas las minorías sexuales.

En suma, la conectividad comunitaria representa una extensión de la necesidad básica de pertenecer al grupo y relacionarse positivamente con otras personas (Baumeister y Leary, 1995, como se citó en Frost y Meyer, 2012). Así, la evidencia empírica señala que una mayor conectividad comunitaria está relacionada a una mejor salud y a un mayor nivel de bienestar (Kertzner et al., 2009; Whitlock, 2007). Además, la conectividad comunitaria también es importante ya que ayuda a afrontar ciertas adversidades relacionadas o que suelen estar presentes en personas que se identifican como parte de una minoría sexual. Esto se debe a que la conectividad les permite a las minorías sexuales hacer comparaciones sexuales positivas con otras personas parecidas a ellas, en lugar de las comparaciones negativas que se suelen hacer cuando están inmersas en contextos heterosexistas (Frost y Meyer, 2012). Asimismo, Meyer (2003) afirma que la conexión con la comunidad LGBTIQ+ es importante para mediar los efectos del estrés de la minoría, ya que sirve como un mecanismo de protección y afrontamiento.

En esta misma línea, es importante considerar que además de la conectividad comunitaria, también existen otras maneras en las que la comunidad LGTBIQ+ sirve como fuente de apoyo para las minorías sexuales. Una de estas maneras es la acción colectiva. Según diversos autores, la acción colectiva puede ser definida como el grado en el que personas dentro de un grupo estigmatizado se involucran o forman parte de actividades relacionadas al grupo con el objetivo de mejorar la condición del grupo o comunidad en conjunto (DeBlaere et al., 2014; Friedman y Leaper, 2010; Vélez y Moradi, 2016; Wright, 2008). Es decir, que lxs miembros del grupo estén involucrados en actividades destinadas

a romper estigmas, prejuicios o mejorar la calidad de vida de las demás personas del grupo.

Es importante resaltar dos componentes principales de la acción colectiva. En primer lugar, es necesario que la persona actúe como representante, es decir, que las acciones sean despersonalizadas (DeBlaere et al., 2014). Por ello, es indispensable que la acción colectiva no se base únicamente en una identidad personal, sino que la motivación tiene que devenir y ser guiada por una identidad colectiva. De esta forma, es necesario que la persona se identifique con el grupo y considere que la actividad ligada a la acción colectiva se base en su pertenencia al grupo (Wright, 2008). Por lo tanto, es indispensable distinguir entre la acción colectiva y otras formas de afrontamiento que pueden surgir frente a la discriminación por pertenecer a una minoría sexual. En este sentido, es indispensable diferenciar a la acción colectiva de la acción individual. Si bien ambas pueden tener como objetivo lidiar con la discriminación y el estigma, son mecanismos de afrontamiento muy distintos (Wright, 2008). En el caso de la acción individual, la persona se intenta distanciar del grupo en desventaja, para de esa manera ganar una posición más privilegiada. Es importante para que se considere acción colectiva que se pretenda la mejora del estatus de todo el grupo en conjunto.

El segundo componente se trata de la presencia de un objetivo claro detrás de las actividades en las que se participe como parte del grupo. Es decir, la persona que sea parte de un movimiento de acción colectiva debe tener clara la razón por la que está participando, y cómo esta acción ayuda o podría ayudar a la situación del grupo. En este sentido, no son consideradas como parte de una acción colectiva actividades que devengan de un comportamiento reactivo. Es decir, las actividades o comportamientos que no tengan un objetivo claro previo, sino que se hayan originado únicamente como resultado de la frustración compartida por el grupo por una situación específica, por definición no son consideradas como parte de una conducta de acción colectiva (Wright, 2008).

Asimismo, existen diferentes tipos de acción colectiva: la normativa y la no normativa. Con respecto a la acción colectiva normativa, esta se trata de acciones que van de acuerdo con las normas del sistema social. En contraste, la acción colectiva no normativa consiste en acciones que van en contra de las normas sociales del contexto en el que se desarrolla (Wright, 2008). Esta distinción va a depender de cómo la persona conciba las normas del entorno. Además, el involucramiento en ambos tipos de acción colectiva va a depender de qué tan comprometidxs están con mejorar el estatus global del

grupo. En este sentido, la acción colectiva no normativa implica más riesgos ya que amenaza directamente el orden social, por lo que implica que la identidad colectiva del miembro del grupo esté más consolidada (Wright et al., 1990).

De esta forma, a partir de esta distinción, Wright y colaboradores (1990) plantean un proceso que atraviesan los miembros del grupo para tomar parte en la acción colectiva. En un primer momento, la persona acepta su pertenencia a un grupo que se encuentra en posición de desventaja. Luego, hay un intento individual por mejorar la situación a través de canales normativos que forman parte del sistema. A continuación, la persona intenta mejorar su situación individual a través de acciones que transgredan las normas sociales establecidas o que se encuentren fuera de ellas. Cuando estas acciones no son suficientes para mejorar la situación o el estatus de desventaja, la persona empieza a formar parte de una acción colectiva más organizada. En esta etapa del proceso, la participación suele ser en acciones colectivas normativas. Finalmente, la persona puede formar parte de acciones colectivas no normativas si es que las instancias anteriores no fueron suficientes para alcanzar el objetivo deseado (Wright et al., 1990). Es así como la evidencia empírica señala que ser parte de una acción colectiva reduce las consecuencias negativas para la salud mental que implica ser parte de una minoría sexual (Meyer 2003, 2015).

Sin embargo, existen más variables por las que una persona que pertenece a una minoría sexual puede o no ser participe de acciones colectivas. En efecto, existe una mayor probabilidad de involucramiento en este tipo de acciones si es que hay un mayor nivel de soporte social percibido (Friedman y Leaper, 2010). En el caso de las mujeres pertenecientes a minorías sexuales, por ejemplo, cuando las situaciones de discriminación eran afrontadas mediante mecanismos relacionados con el soporte social, reportaban menos desesperanza y más participación en acciones colectivas (Foster, 2000; Friedman y Leaper, 2010). Por lo tanto, para que se dé el involucramiento en acciones colectivas es necesario que la persona tenga redes de apoyo relacionadas con su sexualidad. En efecto, si es que la persona tiene este soporte disponible, es más probable que tenga menos creencias y prejuicios negativos sobre la comunidad LGBTIQ+, lo cual a su vez le facilita la posibilidad de involucrarse en acciones colectivas (Berg et al., 2015).

De esta manera, se puede ver cómo los mecanismos de afrontamiento que se utilicen para lidiar con situaciones de discriminación y otras adversidades relacionadas a la sexualidad son esenciales para moderar los efectos psicológicos que estas pueden

llegar a tener (DeBlaere et al., 2014; Foster, 2000; Wright, 2008; Friedman y Leaper, 2010; Vélez y Moradi, 2016). En efecto, los tres mecanismos de afrontamiento mencionados anteriormente (soporte social, conectividad comunitaria y acción colectiva), son necesarios para disminuir las consecuencias negativas del estrés relacionado a las minorías (Beaber, 2008; Meyer, 2003). Esto se debe a que estas consecuencias negativas se centran en el aislamiento social, la discriminación y el estigma. Por lo tanto, contar con factores protectores que reduzcan este aislamiento social puede contribuir positivamente a reducir efectos negativos que puedan tener estos fenómenos en el bienestar de las minorías sexuales (Bruce et al., 2015).

En este sentido, estos mecanismos de afrontamiento muestran cómo es que la sociedad y las relaciones interpersonales de las minorías sexuales pueden ser positivas y adaptativas. Es decir, que lxs otrxs también pueden tener un rol protector en el desarrollo de las personas LGBTIQ+. Por lo tanto, la interacción de las personas no heterosexuales con su entorno cercano puede tener tanto efectos negativos (homonegatividad internalizada) como positivos (soporte social, conectividad comunitaria y acción colectiva). De esta manera, considerando que la homonegatividad internalizada también es el resultado de un proceso de intercambio social e interpersonal, es importante considerar el rol que tiene la sociedad y las relaciones interpersonales en las minorías sexuales (Berg et al., 2015; Meyer, 2003).

Con base en lo expuesto anteriormente, resulta relevante explorar cómo es que se relaciona la homonegatividad internalizada con los tres mecanismos de afrontamiento relacionados con las relaciones sociales positivas mencionados: soporte social, conectividad comunitaria y acción colectiva. En efecto, la homonegatividad internalizada se basa en miembros de la comunidad LGBTIQ+ que se identifican con creencias de una mayoría heteronormativa (Newcomb y Mustanski, 2010). Sin embargo, esta mayoría heteronormativa también está en parte compuesta por las personas que conforman las redes de soporte de la persona (familia, amigxs, la comunidad LGBTIQ+). Por lo tanto, resulta importante explorar cómo es que estas variables interactúan y se interrelacionan. Además, para la salud mental de las personas dentro de la comunidad LGBTIQ+ resulta especialmente importante que las relaciones interpersonales que desarrollen sean positivas. De esta manera, es necesario explorar esta relación para entender cómo es que ser parte de una orientación sexual diferente a la normativa afecta la calidad de vida de las personas y su manera de interrelacionarse.

Asimismo, en el Perú, esto resulta particularmente importante ya que las minorías sexuales experimentan regularmente situaciones de discriminación y estigma (Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos [Promsex], 2018). En este sentido, investigaciones en el contexto peruano que han trabajado con la homonegatividad internalizada evidencian que esta se correlaciona negativamente con la satisfacción de pareja en hombres no heterosexuales en Lima (Perez-Wicht, 2017). Sin embargo, no existen investigaciones en el contexto peruano que estudien este constructo con más orientaciones sexuales. Por todo lo mencionado anteriormente, esta investigación busca explorar la relación entre las experiencias de homonegatividad internalizada, el soporte social, la colectividad comunitaria y la acción colectiva en personas LGB de Lima Metropolitana.





Método

Participantes

Lxs participantes de este estudio fueron siete personas mayores de 18 años que pertenezcan a alguna minoría sexual. Específicamente, la muestra final estuvo compuesta por dos mujeres lesbianas, dos hombres gays y dos mujeres y un hombre bisexuales. Todas las personas entrevistadas tenían, al momento de la entrevista, un nivel educativo superior incompleto o completo. Adicionalmente, todas las personas entrevistadas residían en Lima. Por último, 3 participantes reportaron tener pareja mientras que las otras 4 personas reportaron no tenerla. A continuación, se detallan los perfiles de cada una de las personas entrevistadas.

- Participante 1: Mujer cisgénero bisexual, 25 años, educación superior completa, sí pertenece a colectivos LGBTIQ+, no tiene pareja.
- Participante 2: Mujer cisgénero bisexual, 24 años, educación superior incompleta, no pertenece a colectivos LGBTIQ+, sí tiene pareja.
- Participante 3: Hombre cisgénero bisexual, 23 años, educación superior completa, no pertenece a colectivos LGBTIQ+, no tiene pareja.
- Participante 4: Mujer cisgénero lesbiana, 24 años, educación superior completa, sí pertenece a colectivos LGBTIQ+, sí tiene pareja.
- Participante 5: Mujer cisgénero lesbiana, 19 años, educación superior incompleta, no pertenece a colectivos LGBTIQ+, no tiene pareja.
- Participante 6: Hombre cisgénero gay, 24 años, educación superior completa, no pertenece a colectivos LGBTIQ+, no tiene pareja.
- Participante 7: Hombre cisgénero gay, 27 años, educación superior incompleta, sí pertenece a colectivos LGBTIQ+, no tiene pareja.

Es importante mencionar que se está hablando exclusivamente de hombre y mujer porque se ha considerado a las identidades de género trans como un criterio de exclusión debido a las particularidades y especificidades que presenta esta población y que se mencionaron al desarrollar el modelo de estrés de minoría. De esta manera, es necesario establecer como criterio de exclusión las identidades de género trans ya que se trata de otro proceso de internalización de mensajes negativos diferente al que atraviesan las minorías sexuales. Asimismo, otro criterio de exclusión que se plantea es que lxs participantes manejen el idioma español de manera fluida, ya que de esa manera podrá haber una mejor comunicación y entendimiento durante el proceso de entrevista.

Con respecto a los criterios de inclusión, se planteó que lxs participantes sean mayores de 18 años y que se auto identifiquen con una orientación sexual que pertenezca a las planteadas (LGB). En el caso del primer criterio de inclusión, se considera importante que lxs participantes sean mayores de 18 años por practicidad del estudio. Con respecto al criterio de auto identificación, se consideró necesario que lxs participantes definieran su propia orientación sexual ya que de esa forma se puede partir de sus propias definiciones y experiencias durante el transcurso de la entrevista. De esta manera, se busca no imponer ninguna definición a él/la participante, sino que él o ella misma plantee el significado que le da a su propia orientación sexual.

Con respecto a la búsqueda de participantes, se utilizó el método de bola de nieve para realizar el contacto con los y las entrevistados/as. Este método consiste en un primer contacto con un grupo de conocidos, para que luego ellos puedan referir a la investigadora a otras personas que pertenezcan a la población de estudio (Bolaños y Gonzales, 2012). Se eligió este muestreo ya que resulta eficaz para lograr el acercamiento a poblaciones ocultas o en un inicio difícil de contactar.

Asimismo, con respecto a los aspectos éticos que se tuvo con lxs participantes durante la investigación, es importante mencionar que se resaltó el carácter voluntario de la participación desde el primer contacto que se tenga con ellxs. Además, se mantuvo a lo largo de todo el proceso de investigación, es decir que, si es que lo deseaban, lxs participantes se podían retirar en cualquier momento del proceso sin que esto los perjudicase de ninguna manera. Lo que se les indicó mediante un consentimiento informado (ver Apéndice A).

Asimismo, en este consentimiento informado también se les informó acerca del objetivo del estudio, de la confidencialidad de la información compartida y el uso de esta exclusivamente con fines académicos. Además, en este también se les menciona sobre una reunión posterior, si lo desean, para la devolución de resultados (Creswell, 2009). Además, es importante mencionar que se tuvo un protocolo de contención (ver Apéndice B) en caso sea necesario en algunas de las entrevistas realizadas. Este protocolo se considera necesario ya que debido a que las preguntas están relacionadas a experiencias de discriminación, pueden resultar movilizantes para algunx de lxs participantes, y cumplir así con los requerimientos éticos necesarios.

Técnicas de recolección de información

Se elaboró una guía de entrevista semiestructurada en profundidad (ver Apéndice C) para cumplir con el objetivo de la presente investigación. Se utilizó este tipo de

entrevista ya que permitió abarcar de manera más profunda el tema y, además, ya que el estudio es exploratorio, este tipo de entrevista permite un mejor acercamiento a constructos poco investigados. Asimismo, la guía de entrevista elaborada tiene un enfoque narrativo, es decir, que tiene como base un orden cronológico que permite explorar el rol de los factores protectores en diferentes momentos de la vida de la persona entrevistada. De esta manera, se busca también lograr que la persona entrevistada vea en retrospectiva los componentes de homonegatividad internalizada que han estado presentes en el desarrollo de su identidad no heterosexual.

La guía de entrevista elaborada consta de 5 ejes temáticos: desarrollo de la identidad no heterosexual, experiencias de discriminación, homonegatividad internalizada, soporte social e involucramiento con la comunidad y en actividades de acción colectiva. Cada eje temático cuenta con una serie de preguntas y repreguntas que están orientadas a cumplir con el objetivo planteado en cada uno de ellos. En cuanto a la elaboración del instrumento, se realizó primero una revisión bibliográfica para identificar elementos claves de los constructos estudiados. Asimismo, se revisaron diversos cuestionarios cuantitativos para identificar más componentes, con base en los cuales se elaboró un primer borrador de la guía de entrevista, que fue revisada por la asesora de la presente investigación.

De igual forma, para garantizar que se cumplía con los criterios de inclusión de la muestra y obtener información sobre lxs participantes relevante para la investigación, se elaboró una ficha de datos sociodemográficos (ver Apéndice D). Posteriormente, la versión revisada de la guía de entrevista fue enviada a una evaluación por jueces/zas expertxs en investigaciones con temas afines. Por último, basándose en las recomendaciones de los jueces/zas se realizaron las modificaciones pertinentes. Por último, se realizó una entrevista piloto para hacer los últimos cambios que resultaron en la versión final del instrumento en mención.

Procedimiento

En cuanto al procedimiento que se realizó para el desarrollo de la presente investigación, es importante resaltar que a lo largo de todo el proceso se tuvieron en cuenta los criterios de sistematicidad y transparencia necesarios para una investigación cualitativa. En primer lugar, se delimitó un tema de interés, que partió principalmente del conocimiento de la problemática en el Perú acerca de la comunidad LGBTQ. Asimismo, la elección del tema de interés se basó en el conocimiento de la falta de investigaciones científicas desde la psicología que aborden el bienestar de las minorías sexuales de

manera integral en Latinoamérica, y más específicamente en el Perú. A partir de este interés por el tema, se elaboró una amplia revisión bibliográfica, la cual permitió delimitar de manera más específica y acotada el tema. Posteriormente, se elaboró un marco teórico que diera cuenta de las perspectivas teóricas, además de la evidencia empírica existente. Luego, este marco teórico fue presentado a la asesora de la investigación, quien brindó la retroalimentación necesaria para que esta se realice de la mejor manera posible.

Después de haber concluido el marco teórico de la investigación, se procedió a construir de manera preliminar la guía de entrevista descrita anteriormente. En primer lugar, se elaboraron preguntas en base a la investigación teórica y los instrumentos revisados. Posteriormente, la asesora realizó algunas recomendaciones a las preguntas elaboradas, para que luego estas sean ordenadas por ejes temáticos. Luego, se elaboraron los objetivos de cada eje temático y se agruparon las preguntas. Posteriormente, la guía fue sometida a un proceso de revisión de jueces, para que posteriormente se puedan realizar las modificaciones pertinentes y elaborar la versión final del instrumento.

De esta manera, luego de que la guía fue aprobada y con las modificaciones correspondientes, se procedió a comenzar con el contacto mediante bola de nieve a lxs participantes. Se buscó que lxs participantes no conozcan a la investigadora ni viceversa. Así, cuando se tuvo el contacto, se procedió a informarle a lx potencial participante el objetivo del estudio. Si es que aceptaba, se procedió a coordinar una fecha en la que esté disponible para realizar las entrevistas, y se coordinó la entrevista en un lugar que resulte cómodo y privado para el adecuado desarrollo de la misma y la comodidad de lx participante. Una vez finalizadas todas las entrevistas, se procedió a transcribir las mismas, cambiando los nombres de lxs participantes para asegurar la confidencialidad de la información. Posteriormente, se realizó el análisis de la información obtenida. Por último, se contactó a lxs participantes una vez más para coordinar una segunda reunión en la que se realizó la devolución de los resultados de la investigación, si es que estaban de acuerdo.

Análisis de información

Para el análisis de la información se optó por el análisis temático aproximado desde un polo inductivo. Se decidió optar por este enfoque ya que permitió ordenar las temáticas de manera narrativa sin sacrificar la naturaleza exploratoria de la presente investigación. De esta manera, se establecieron categorías comunes en las respuestas a

las preguntas planteadas a partir de las transcripciones literales elaboradas. Se utilizó el programa Excel para agrupar la narración de cada participante según las categorías que se establezca. De esta manera, y en concordancia con el enfoque planteado, se analizó de manera narrativa la información planteada, para que las categorías establecidas en el análisis temático se vean complementadas por puntos comunes que se encuentren en las narrativas de los y las participantes.



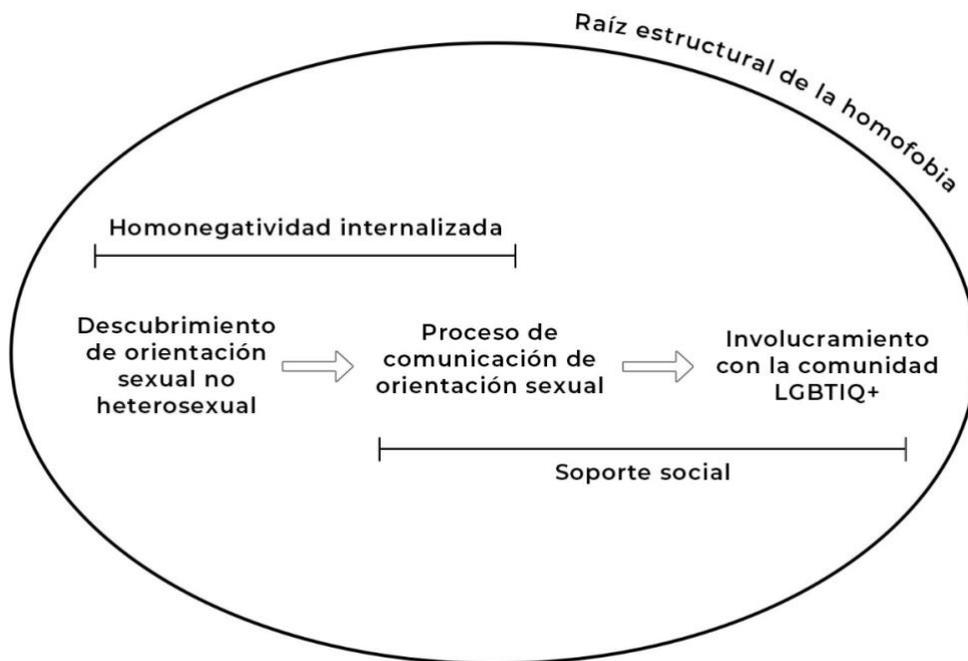


Resultados y discusión

El objetivo planteado para la siguiente investigación consistió en explorar la relación entre las experiencias de homonegatividad internalizada y factores protectores frente al estrés de minoría, como el soporte social, la conectividad comunitaria y la acción colectiva en personas LGB de Lima Metropolitana. Para detallar los resultados, se identificaron seis temáticas principales para entender las experiencias de personas con una orientación sexual distinta a la normativa. Las temáticas identificadas fueron las siguientes: raíz estructural de la homofobia, descubrimiento de la orientación sexual no heterosexual, homonegatividad internalizada, proceso de comunicación de la orientación sexual, involucramiento en la comunidad LGBTIQ+ y soporte social relacionado a la orientación sexual. En efecto, debido a que la homonegatividad internalizada es considerada como un estresor que se desarrolla a lo largo de toda la vida de la persona, la narrativa construida basada en las categorías planteadas no tiene un orden cronológico lineal (Berg et al., 2015; Meyer, 2003). Por el contrario, las seis categorías identificadas representan procesos que se superponen e interrelacionan entre ellos, de la manera en que se grafica a continuación.

Figura 1

Resumen narrativo de las experiencias de homonegatividad y socialización de la orientación sexual



La narrativa podría ser construida de la siguiente manera. En primer lugar, se toman en cuenta las características heteronormativas de la sociedad, es decir, la raíz estructural de la homofobia. Este no es un inicio fijo, sino que engloba todo el proceso, ya que va a tener una influencia transversal a lo largo de la vida de la persona. En efecto, el proceso comienza con el descubrimiento de la orientación sexual no heterosexual. A la par, se interiorizan mensajes sociales que conllevan al desarrollo de una homonegatividad internalizada. Posteriormente, la persona empieza a comunicar su orientación sexual. Durante este proceso, el soporte social empieza a ser clave para poder deslindarse de la homonegatividad previamente internalizada. A partir de esta interacción, la persona decide, o no, involucrarse más directamente con la comunidad LGBTIQ+. Sin embargo, la narrativa descrita anteriormente no está compuesta de procesos mutuamente excluyentes, sino que la mayoría de ellos se dan de manera simultánea, e incluso la persona puede fluctuar entre distintos momentos.

Con respecto a la **raíz estructural de la homofobia**, esta consiste en la interpretación de distintos mensajes sociales con respecto a la orientación sexual de la persona. Es este sentido, engloba uno de los procesos que Meyer (2003) propone como necesarios para que se dé el estrés de la minoría: la expectativa y vigilancia ante la posibilidad de tener experiencias negativas relacionadas a la orientación sexual. Este estado de vigilancia, a su vez, se debe en parte a los mensajes sociales heteronormativos a los que las personas están expuestas desde la crianza, ya que la persona está expuesta a mensajes heterosexistas constantemente.

Más que nada es por el hecho de la educación que se nos ha impartido, ¿entiendes? es como que nosotros no, no, lo recibimos en nuestra casa. Nadie te sienta a decir 'Mira, estos son los tipos de sexualidades que existen'. A nadie le importa porque simplemente se asume que es... no es eso. Se asume que es algo que se va a evitar y ocultar (Mujer, 19 años, lesbiana).

Creo que era la psicóloga, nos habló sobre este tema que para ella no creía en la bisexualidad; creía que personas bisexuales eran personas que estaban en duda y eso me marcó. Hasta ahora lo recuerdo porque yo decía "No, estás mal". O sea, obviamente no se lo refuté porque era imposible, pero... mi colegio siendo de madres, era la clásica que te decían, te ponían el video de "no es lo que Dios quiere que sean relaciones homosexuales (...). De cierto modo como que ya, por

la misma institución tú te sentías un poco relegada de cierto modo (Mujer, 25 años, bisexual).

Además, esta heteronormatividad tiene un componente adicional en el caso de las personas bisexuales. Esto se debe a que además de la heteronormatividad, se vive dentro de una cultura dicotómica, que genera que se tenga que “inventar” una identidad que la sociedad no considera como una posibilidad (Bradford, 2004). En efecto, la homofobia y la heteronormatividad son percibidas como características tan centrales de la sociedad, que incluso cuando la persona se encuentra con reacciones aparentemente positivas ante su orientación sexual, no las percibe como del todo verdaderas. Por lo tanto, se perciben falsos discursos de aceptación.

Y aun así siento que es algo de boca para afuera. O sea, la gente puede decir que lo acepta o que está de acuerdo, pero en realidad no están de acuerdo. O sea, me ha tocado gente así. Entonces yo creo que eso está muy muy adentro de las personas. O sea que sí es homofóbica. La gente trata de estar, trata de decir no normal con eso. Y a las espaldas es como que no. ¿Y puede ser que no directamente ellos piensen, ni siquiera ellos saben que son homofóbicos sabes? Pero sí lo son (Mujer, 24 años, bisexual).

Además, otro proceso que se considera necesario para que se desarrolle este estrés es la anticipación de situaciones de discriminación (Meyer, 2003). En efecto, no es necesario que se experimenten casos de violencia explícita para que la persona se vea afectada, sino que estar inmersa en una sociedad heteronormativa genera por sí mismo que la persona anticipe que estas situaciones de violencia se podrían dar en cualquier momento (Meyer, 2003).

Sí, como que... Te preparas mentalmente para que te hagan mierda. Es literalmente eso. Si sabes que te van a tratar, te preparas para que te hagan mierda, entonces cuando te hacen basura ya, 'solo pasemos la página' y ver cómo soluciono esto después (Mujer, 19 años, lesbiana).

Pero en verdad ponte la gente de mi trabajo sabe, pero mis jefes no saben porque tengo el miedo, tengo un miedo de que, de cierta forma, yo sé que no me van a discriminar ni nada y todo bien me va a decir que normal, ¿pero de manera inconsciente sus pensamientos sobre mí puedan verse afectados no? No sé. Por

darle un ejemplo, no creo que pase eso ya, pero que mi jefe ya no quiera ir de viaje conmigo (Hombre, 24 años, gay).

Sin embargo, esta anticipación de situaciones de violencia también puede llegar a generar una sobre vigilancia a posibles situaciones de rechazo (Meyer, 2003). De esta manera, se genera un sentimiento de incomodidad por la sobre atención percibida hacia la orientación sexual.

Sí, totalmente siento que me han dicho de todo (...), desde que salí del closet y 50 patas de mi prom se acercaron a decir ¿cómo tiran 2 chicas o qué hacen 2 chicas? Todo eso siento que también es una forma de homofobia, un interés sexualizado de la mujer, (...), la gente te mira horrible y te hace sentir mal y es como que yo sé que estoy bien yo ya sé que sí, pero ellos no y eso influye en cómo me siento igual. Entonces, era incomodo, era soltarle la mano, mirar a otro lado o más que nada siendo mujer (Mujer, 19 años, lesbiana).

No me gusta que estén hablando, o sea es un tema del que la gente puede hablar de mí, como que rajar de mí, eso me jode un culo, de chico más que ahora... pero no deja de ser homofobia (Hombre, 23 años, bisexual).

Sin embargo, esta sobre atención a la orientación sexual también interactúa con otros factores, ya que los individuos van a ser sujetos de discriminación por otras dimensiones, como por ejemplo el género en el caso de la sobresexualización femenina (Newcomb y Mustanski, 2010). Por último, es importante considerar que la percepción de homofobia por parte de las personas no es constante. Es decir, existen ciertos espacios que son percibidos como más homofóbicos que otros. De esta manera, algunas personas participantes afirman que existe una mayor percepción de homofobia en la sierra a comparación de la existente en Lima.

Porque siento que hasta ahora no sé, la gente en su mayoría lo ve como algo que no es normal. Yo soy de Huacho, o sea en provincia eso como que eso es más cerrado ¿sabes? Acá en Lima la gente es un poco más como que, un poco más abierta entre comillas (Mujer, 24 años, bisexual).

Y aparte que yo también he tenido la oportunidad de vivir en un círculo de cierta forma abierto, o sea a mí nunca me han pegado por ser gay ¿no? Entonces siento que de cierta forma siento que también he tenido otra suerte e incluso no me

podría comparar con una persona gay que de repente nace en la sierra, y que su familia es súper católica y que su papá se entera, lo botarían de su casa, le pegarían y fácil lo matarían no sé, como pasa no, de hecho, pasa (Hombre, 24 años, gay).

De esta manera, bajo el modelo de estrés de la minoría, los factores de estrés pueden ser tanto distales, en caso los eventos de violencia sean explícitos y objetivos; o proximales, en caso sean internos y subjetivos (Meyer, 2003). En efecto, en la categoría descrita anteriormente se presentan principalmente factores proximales de estrés. Además, esto genera sentimientos de rechazo y alienación con respecto al resto de la sociedad. Por lo tanto, esta discriminación entendida como cotidiana termina por generar una desconexión del individuo con su entorno (Meyer y Frost, 2013).

Sin embargo, a pesar de experimentar constantemente mensajes heteronormativos, las personas llegan a identificarse con una orientación sexual distinta a la heterosexual. En efecto, esta identificación comienza con un proceso de **descubrimiento de la orientación sexual no heterosexual**. Esta categoría, a diferencia de la anteriormente descrita, sí tiene un carácter más lineal, ya que se pueden identificar etapas concretas del proceso de descubrimiento de la orientación sexual.

Este proceso inicia con un desconocimiento de la posibilidad de tener una orientación sexual distinta a la heterosexual. De esta manera, durante un primer momento, las personas solo habían estado expuestas a la posibilidad de mantener relaciones románticas heterosexuales. En el caso de las personas bisexuales, este proceso suele tomar más tiempo ya que las representaciones de bisexualidad suelen ser incluso menos consideradas (Bradford, 2004).

Tenía 11 años, mi prima salió del clóset y mis papás hicieron toda la sentada para contarnos de que mi prima había salido del clóset, y yo no entendía. Y me dijeron como que ah es que le gustan las mujeres, y yo como ¿what se puede? (Mujer, 19 años, lesbiana).

Entendía que había personas gais... pero no entendía por qué me gustaban los 2. Después me enteré de que existimos este grupo chiquito de personas, que en realidad es grande (Hombre, 23 años, bisexual).

Adicionalmente, este desconocimiento se ve reforzado por la falta de identificación con figuras cercanas. En efecto, el no conocer o no tener referencias de personas que

tengan una orientación sexual similar, genera que las personas tengan más incertidumbre acerca de cómo puede ser su vida en el futuro. En el caso de las personas bisexuales, suele existir cierta duda por cuestionar la propia orientación sexual.

Yo no tenía modelos de personas LGBT o gente gay, decía: ¿Qué clase de vida social voy a tener? ¿Voy a tener amigxs? ¿Mis amigxs heteros me van a invitar a sus casas cuando tengamos nuestras parejas y vivamos con ellas? ¿Cómo va a ser? (Mujer, 24 años, lesbiana).

Personas gais, como que no me identificaba. O sea, un problema que tengo es que no me logro identificar. Es más, ahorita un chico bi, no tengo ningún amigo bi. En ese momento veía a los gais, me identificaba con ellos, pero no es algo que me identifique completamente, no es que apunte a, pero no es que me esté ocultando por presiones. Es algo que me costó un montón querer al no tener un referente de lo que yo era. No me cuadraba (Hombre, 23 años, bisexual).

Seguidamente, a pesar de sentir atracción hacia personas de su mismo sexo, se suele encubrir la atracción homoerótica. Este encubrimiento se puede dar de distintas maneras. Por un lado, en caso de las personas homosexuales se puede pretender atracción por personas del sexo opuesto. Por otro lado, en el caso de las personas bisexuales, solo se suele considerar como verdadera y válida la atracción por personas del sexo opuesto, por lo que se suele actuar públicamente solo basándose en esta atracción. Es importante resaltar que, si bien en esta etapa sí se suele tener conciencia de la atracción homoerótica, todavía no se consolida la orientación sexual como parte de la identidad, o no se asume como un rasgo estable.

Y era consciente, pero igual era como que igual no lo aceptaba y no quería decirle a nadie. Era como un “lo sé”, pero como nadie más lo mostraba, nadie de mi prom, nada era como que mejor lo dejo ahí al costado y voy a tener flaco, ¿me entiendes? (Mujer, 19 años, lesbiana)

Especialmente los chicos que son bi, la gran mayoría no son como que open con el tema. Por un costado unas flacas y por un costado se levantan chicos caletasa porque es más fácil para todo el mundo (...). Era todo súper caleta siempre, como que puntas secretas, es más había un grupo (...), patas caletas de Lima (Hombre, 23 años, bisexual).

Luego del encubrimiento y de la consideración de la orientación sexual con un carácter más superficial, suele haber un punto de quiebre en el que la atracción homoerótica suele tomar mayor importancia. Este suele estar directamente relacionado con el primer enamoramiento homorromántico. En efecto, el tener sentimientos románticos más estables y duraderos por una persona de su mismo sexo suele ser importante para que se interiorice e integre la orientación sexual como una característica identitaria estable.

Yo la tenía clara, pero estaba en la idea de que me tenían que gustar las mujeres, pero llegó un punto de quiebre que dije 'Ala, no, este webón'. Sí, me gusta bastante y lloraba por él y sufría por él, un cojudo porque él, su novia también era amiga mía y me pedía consejos y me contaba todo lo que pasaba en su relación por dentro sufriendo y por fuera dándole los mejores consejos para que su relación continúe y todo. En ese momento ya sabía que era gay (Hombre, 27 años, gay)

Este... fue horrible. Porque yo creía que toda mi vida era hetero hasta que ya lo tomé más en serio ¿sabes? Yo antes pensé que era como una fantasía, pero creo que ya lo tomé en serio cuando creo que me enamoré (Mujer, 24 años, bisexual)

Finalmente, luego de haber interiorizado la orientación sexual como un rasgo más estable de su propia identidad, existe un intento de cambiar la orientación sexual. En este sentido, se da un esfuerzo consciente por reprimir deseos sexuales hacia personas del mismo sexo. La principal diferencia con el encubrimiento de la atracción homoerótica que se mencionó anteriormente, es que este intento de cambiar la orientación sexual suele darse luego de considerar las consecuencias negativas que podría traer el tener una orientación sexual no heterosexual.

Es más, yo me obligué a, a que me guste una chica y una de las chicas más bonitas del colegio se hizo primero mi amiga. Tiene que gustarte, tiene que gustarte, la invité a salir, salíamos y como que todo el colegio decía 'Oye, sí (...), él está con Andrea'. 'No, es que solo somos amigxs, salimos, pero nada más'. Pero era porque yo estaba buscando que me guste una mujer y de hecho lo hacía por presión de los propios amigxs del colegio. En 5to año yo casi llego a tener una relación sexual con una de las chicas del salón (Hombre, 27 años, gay).

Eso que yo salí del clóset como bi, siento que muchos hacemos eso. Ya, salí del closet como bi, y está mal porque yo sé que la identidad de los bisexuales es súper importante y muy mal juzgada pero sí fue como un 'soy bi', ten esperanza de que voy a estar con un pata ¿manyas? (...) Yo sabía que no lo era, era solo una forma de decir sal de mi vida, como que era más apropiado, más normal porque aún hay posibilidad con un hombre, pero sí sabía que me gustaban las chicas. Ese año y el siguiente fueron bastante años de comprobarme a mí misma de que sí podía ser bi. 'Sí, sí te pueden gustar los patas intenta, te va a ligar' (Mujer, 19 años, lesbiana).

De esta manera, se puede ver cómo existe un proceso que culmina con la aceptación de la orientación sexual por parte de la persona. Sin embargo, este proceso interactúa con diferentes factores, principalmente cuando la persona considera las consecuencias negativas o la carga que puede significar el ser parte de una minoría. En este sentido, la teoría menciona que el vivir bajo las presiones que supone el estrés de la minoría puede generar problemas de autoaceptación (Bourn et al., 2018; Pitonak y Spilkova, 2016).

Por lo tanto, el proceso de consolidar una identidad en relación con la orientación sexual es complejo, y su desarrollo se ve influenciado por los mensajes y representaciones que se tengan sobre la vida de las personas no heterosexuales. Asimismo, se puede fluctuar entre distintas etapas del proceso, e incluso retroceder o considerar algunas en simultáneo (Bilodeau y Renn, 2005; Kenneady y Oswald, 2014). Además, es importante considerar las diferencias relacionadas a los roles de género, ya que el castigo social hacia los hombres percibidos como femeninos suele ser más predominante en las sociedades heteronormativas (Meyer, 1995).

A continuación, se suele iniciar otro proceso, el cual consiste en la **comunicación o revelación de la orientación sexual** a distintos grupos de personas. Al igual que la categoría anterior, el proceso de comunicación de la orientación sexual no es completamente lineal. En efecto, se puede querer comunicar la orientación sexual, pero por diversas reacciones adversas, se vuelve a tener que ocultar o querer cambiar la atracción homorromántica. Por lo tanto, este proceso de comunicación podría ser descrito como la etapa en la cual los círculos cercanos de la persona son comunicados de la orientación sexual de la persona.

Sin embargo, si bien todas las narrativas tienen en común la revelación de la orientación sexual, las etapas del proceso suelen variar dependiendo de cómo se

comparta la información con los distintos grupos de personas. Una de las posibilidades en cuanto al inicio de este proceso, es que la persona en un primer momento comparta voluntariamente la información con sus amigxs cercanxs. Durante este momento, las personas suelen sentir ansiedad por la posible reacción de estos amigxs o grupos cercanos.

A una amiga de mi cole me daba mucho miedo decirle. Hasta ahora es mi patasa, la adoro, pero este... como que en el momento... me acuerdo clarísimo haber escrito como que ni siquiera soy, fue como que creo que soy bi y se lo mandé y cerré la computadora y no quiero ver a nadie por una semana porque era raro. Ni siquiera lo pude decir en voz alta, lo tuve que escribir y, en voz alta no lo dije un montón de tiempo. Aún no podía ni decirlo en voz alta porque sabía que iban a reaccionar peor y en todo caso prefería que reaccionen mal no en mi cara, ¿entiendes? si se lo decía por Facebook lo iba a ver por Facebook, en su casa y no al costado mío y en el colegio lo podía evitar (Mujer, 19 años, lesbiana).

Por el contrario, existen ciertos casos en los que la persona no toma la decisión de comunicar la orientación sexual. Esto suele suceder debido a la poca consideración de otras personas con respecto a la sensibilidad de la información. Además, esta forma de revelación de la orientación sexual suele no traer los efectos positivos comúnmente asociados a la revelación voluntaria de la orientación sexual (Bos et al., 2009).

Le dije a una amiga de mi prom, y fue cuando ella, porque ella tampoco conocía del tema y nunca la voy a juzgar por eso, pero ella le dijo a otra amiga, y ahí fue como que toda mi prom se enteró. Fue al toque, fue literalmente en como una semana. Pero fue cuando mi mamá justo en la misma semana que yo estaba súper mal y todo dejé mi Facebook abierto, en la computadora, y así mi mamá se enteró, leyendo esta conversación con esta chica de mi prom. Y fue fatal, fatal (...). Fue un como qué, cómo puedo hacer para revertir el tiempo y que no se entere, porque siento que dentro mío sentía que podía haber fingido más tiempo. Podía haber encontrado una mejor forma de hacerlo (...). Entonces fue bastante como que mierda la cagué lo hice mal, como que tenía solo una oportunidad para hacerlo con mi mamá y me salió hasta el culo, porque no quería que se entere (Mujer, 19 años, lesbiana)

Posteriormente, se suele comunicar la información a los padres y madres. En esta etapa del proceso, se suele experimentar rechazo como primera reacción. Además, suele haber una sobre preocupación de los padres y madres por la posible discriminación de la que puedan ser víctimas sus hijos/as.

Pensé que le iba a afectar o que se lo iba a tomar mal pero nunca pensé que me iba a insultar, ¿entiendes? O sea, nunca me imaginé eso de ella. Y los insultos fueron gruesos o sea me dijo cosas que ni yo me hubiera imaginado (Mujer, 24 años, bisexual).

Mi papá sí se fue del cuarto me acuerdo, y mi mamá se puso a llorar, decían que les preocupaba que me iban a discriminar seguro por ahí, o sea al final me dijeron que me aceptaban y me querían y todo, pero les preocupaba bastante el tema de que me puedan hacer daño, ¿no? Que me puedan discriminar, en x situaciones ¿no? Y eso, yo creo que les chocó, pero al final normal, si lo aceptaron (...). Me dio pena, porque o sea yo también me puse a llorar y todo porque me daba pena que reaccionen así sobre como era yo básicamente ¿no? Me dio pena como reaccionaron, pero era lo que esperaba también. No esperaba que me abracen y me digan felicitaciones (Hombre, 24 años, gay).

Debido a las reacciones negativas por parte de padres y madres, existe un siguiente proceso en el que se tiene que aceptar este rechazo. Sin embargo, es importante tener en cuenta que suele existir una diferencia entre la reacción del padre y la madre. En efecto, las madres suelen ser quienes se ven más involucradas en la sexualidad de sus hijos, por lo que el padre suele ser percibido como indiferente o incluso se le suele ocultar la información por más tiempo. Esta diferencia se podría deber a los roles de género presentes en una sociedad tradicional que se ven reflejados en las experiencias de maternidad y paternidad respectivamente.

Y este me costó casi un año decir como mi mamá tiene otra idea, tú, dejar que ella lo entienda, no va a ser en un año tal vez sea toda tu vida, tal vez son 10 años o 5. Tuve que aceptarlo yo también ¿no? Porque yo en ese momento quería que ella lo acepte ¿me entiendes? Porque ella me había acostumbrado a eso. Porque supongo que ella pensaba, o piensa hasta ahora que tomo decisiones correctas porque ella me ha criado, con los valores buenos. Y ese día me di cuenta de que no, o sea a veces las ideas son tan fuertes que por más que tu conozcas a tu hija

por algo tan, o sea que una persona ve mal no, o sea simplemente tu mamá se puede deslindar en ese sentido? Yo creo que fue una reacción de ella, pero o sea lo traté de aceptar, me tomó un año (Mujer, 24 años, bisexual).

Fuimos planteando cómo decirle a mi papá. Que era el gran tema de toda la vida que mi mamá decía no le vamos a decir nunca, o muy adelante o le vamos a decir como un año le vamos a decir que tuviste un crush con una chica, al año siguiente que estuviste de la mano con una chica y yo le dije que no. Yo soy directa y honesta y lo siento si tu no eres así, pero, ah y ella me dijo yo le voy a decir antes que tú porque yo sé cómo es él y si él reacciona mal, nunca lo vas a olvidar entonces yo quiero primero decirle a él (Mujer, 24 años, lesbiana).

Luego de este proceso de aceptación del rechazo por parte de los padres y madres, se puede dar un retroceso a alguna de las etapas anteriores. Por un lado, si es que la reacción de los padres y madres es entendida como muy negativa, se podría regresar al momento en el que se oculta la orientación sexual, o incluso se puede intentar cambiarla. Por otro lado, los padres y madres pueden entender la orientación sexual de su hijx como algo pasajero, por lo que esto conlleva a que se tenga que dar un refuerzo posterior a la revelación inicial.

Entonces este un día me senté y le dije no, no puedo más (...). Soy leca no se aún, pero me gustan las chicas y voy a vivir mi vida así, y no me interesa yo la voy a vivir así. Y me dijo que ya, y bueno después de un tiempo conoció a mi flaca actual. Este, y estuve con ella y le fui contando paulatinamente a algunos amigxs y después le dije a mi mamá ya estoy en una seria relación y esto es serio ¿no? (Mujer, 24 años, lesbiana).

En esta misma línea, la revelación de la orientación sexual no hace referencia a un momento fijo en la narrativa común, sino que es considerada como un proceso constante. Es decir, las personas constantemente se van a encontrar en situaciones en las que tengan que revelar su orientación sexual a otra persona, por lo que es un proceso que nunca se llega a concluir del todo.

Considero que siempre lo sigues haciendo. Ya, salí del clóset a los 13 años fue cuando todo el mundo se enteró porque pasó, pero igual siento que siempre que hablo con otra persona y se enteran es de nuevo salir del clóset, entonces no es

tanto como que un momento sino una experiencia continua a lo largo de tu vida. En especial en una sociedad como la nuestra, que nadie se lo espera o a nadie ni siquiera se le ocurre preguntar ni nada, solo se asume que es lo contrario (Mujer, 19 años, lesbiana).

Sin embargo, los factores proximales y distales relacionados al estigma social referentes a la orientación sexual también pueden generar que la persona desarrolle una serie de herramientas para lidiar con las microagresiones a las que se pueden ver expuestas. De esta manera, el manejo de situaciones de discriminación puede tener reacciones comportamentales, cognitivas o emocionales (Nadal et al., 2015). Por lo tanto, van a surgir diferentes maneras de lidiar con las microagresiones y las distintas situaciones de discriminación a las que se pueden ver expuestas dentro de la sociedad heteronormativa.

Tengo más confianza, más recursos, más personalidad para mandarlo a la mierda. Ya he superado la sensación que me hacía sentir cuando me señalan, la he superado (Hombre, 23 años, bisexual).

O sea, si alguna vez llegas al punto en que estás en peligro no lo digas, pero no me gusta cuando la gente dice ay no lo voy a decir para exponerme a que alguien me juzgue. Y es como men, es tu fucking autenticidad, qué te importa sí te juzgan ¿no? Entonces yo siempre voy con esto ¿no? Es como mi autenticidad por mí misma y mi lealtad a mi misma por delante (Mujer, 24 años, lesbiana).

Por último, la constante exposición a microagresiones puede resultar también en efectos que se consideran como positivos. En estos casos, la exposición a diferentes situaciones adversas contribuye de cierta manera a desarrollar ciertas cualidades que consideran positivas.

Creo que en verdad he aprendido bastantes cosas, me ha ayudado a crecer como persona, y he tenido bastantes experiencias que siento que de repente otro tipo de personas no las tendrían (Hombre, 24 años, gay).

De esta manera, el **proceso de comunicación de la orientación sexual no heterosexual** suele ser uno de los principales momentos en los que la persona recibe mensajes negativos en relación con su orientación sexual. Sin embargo, estas reacciones también van a depender de la fuente de la cual provengan los mensajes estigmatizantes.

En este sentido, una de las fuentes más común suele ser los padres. Efectivamente, la teoría referente a familias latinoamericanas señala que muchos padres suelen hacer el intento de integrar a sus hijos/as a sus pares heterosexuales (Ryan et al., 2009). Por lo tanto, se podría pensar que esta interpretación de los padres como ayuda para sus hijos e hijas resulta en una serie de microagresiones y mensajes estigmatizantes que engloban un factor proximal de estrés muy importante.

De esta manera, las reacciones negativas que se dan en el proceso de comunicación de la orientación sexual, en especial por parte de padres, pueden tener un impacto negativo duradero en el bienestar (Ryan et al., 2015). En efecto, esta relación se ve mediada por la necesidad de autonomía percibida. Es decir, cuando se dan reacciones negativas al momento de revelar la orientación sexual, se cree que se deben cambiar o limitar ciertos comportamientos para poder mantener las relaciones interpersonales que son valoradas como más importantes. Por lo tanto, la persona no puede experimentar la sensación de libertad comúnmente asociada con la comunicación de la orientación sexual (Ryan et al., 2015).

Sin embargo, esta necesidad de mantener relaciones interpersonales valoradas como importantes contribuye a la internalización de los mensajes negativos con respecto a la orientación sexual (Outland, 2016). De esta manera, todo el proceso descrito anteriormente se da a la par de uno de los factores proximales más importantes según el modelo de estrés de minoría: la homonegatividad internalizada (Meyer, 2003). Uno de los mensajes sociales que suele ser internalizado es la percepción de las relaciones homorrománticas como algo negativo. Por lo tanto, se genera un conflicto entre los deseos homoeróticos y románticos de la persona y la percepción que se tiene de estas relaciones a nivel social (Berg et al., 2015). Asimismo, en el caso de las personas bisexuales, se suele tener un mayor sentimiento de culpa hacia las relaciones homorrománticas que hacia aquellas con personas del sexo opuesto.

Cuando mi mamá se enteró era como que solo tenía amigxs hombres, era todo lo posible para que mi mamá piense lo contrario, ¿me entiendes? piense que fue un error, fue una fase y se me pasó y todo está bien, entonces fue bastante así y salía con mis amigxs un montón, salía con distintos chicos y era solo para que yo sentirme mejor con lo de mi mamá, era no si tu mamá ya no va a estar decepcionada de ti, estás yendo por el buen camino (Mujer, 19 años, lesbiana).

Más en este caso, esa culpa de... sería en mi experiencia más con hombres que con mujeres. Porque si estoy con una chica, he estado con una chica, pero si estoy con un chico o sea tengo la carga de antes, si cuenta algo, si la gente se entera, tenerlo en privado para protegerlo (Hombre, 23 años, bisexual).

De esta manera, la culpa también se puede dar con respecto a la orientación sexual en sí misma. En estos casos, los y las participantes comentan sentir culpa por las implicancias que tiene el pertenecer a la comunidad LGBTIQ+ para sus entornos cercanos. Es decir, la culpa no está dirigida a interpretar los comportamientos homorrománticos como negativos, sino por considerar la propia orientación sexual como algo que puede causar daño a otras personas. Este suele ser particularmente pertinente en el caso de las relaciones familiares de la persona.

Me encantan las mujeres y soy feliz amándolas, pero si me pongo en los zapatos de mi mamá (...), para que ella esté más tranquila, sí lo cambiaría, porque mi mamá es mi todo, entonces si fuera por la paz de ella, sí, lo haría, pero no tanto por mí. Yo sí estoy feliz con quién soy, pero yo sé que para mí mamá es un este... 'Te pueden tratar mal' y todo eso, pero a la vez es ciega que la que me trata mal es ella. Sí, entonces sería como que para calmar la situación y que ella esté más en paz, sí lo haría (Mujer, 19 años, lesbiana).

Otro código que resalta con respecto a la homonegatividad internalizada hace referencia al intento de cambiar la expresión de género. En efecto, los estereotipos asignados a las diferentes orientaciones sexuales suelen guardar relación con expresiones de género que difieren de la norma en cuanto al entendimiento normativo de masculinidad y feminidad. Por lo tanto, la persona puede intentar cambiar ciertos comportamientos relacionados a la expresión de género para evitar ser relacionada con el estereotipo asignado a su orientación sexual. Además, existe un intento de cambiar la expresión de género con el objetivo de evitar incomodar al entorno cercano.

Yo he sido siempre súper deportista y ... siempre están esos estereotipos lesbiana o eres como que súper masculina o eres como que deportista y no haces nada. Siempre como que no tengo que hacerlo o tengo que dejar de hacer deporte. 'No, me estoy volviendo demasiado masculina', como que no quiero caer en ese estereotipo (...). No me daba cuenta, me daba cuenta después cuando he dejado

de hacerlo por no encajar en el molde de algo que me pueden juzgar después (Mujer, 19 años, lesbiana).

Había amigxs de otro lado como que traté de actuar, súper straight porque mis amigxs no se sientan incómodos, súper para no incomodarlos a ellos y un amigxs gay me dijeron wow me la creí completamente, un amigo gay me escribió... o sea, de hecho te adaptas, pero hay chongos, expresiones y manierismos y como que a ellos los pondría incómodos y con ellos es parte del chongo, entonces en efecto acomodarte al grupo en que esté (Hombre, 23 años, bisexual).

Asimismo, la homonegatividad internalizada también suele guardar relación con las actitudes que se tengan hacia otras personas de la comunidad LGBTQI+. De esta manera, se suelen redirigir estigmas hacia otros miembros de la comunidad. Además, esto suele presentarse cuando existe un rechazo explícito por parte de alguno de los padres hacia alguna característica percibida como referente de personas no heterosexuales.

Incluso en una etapa, o sea es algo malo, pero como que trataba de excluir a la gente de la misma comunidad, o sea la gente que es así o tomboys así como que no ¿manyas? O sea, no. Yo misma. Y dije no eso está mal y después me di cuenta de que era un rechazo que yo había tenido porque mi mamá odiaba eso. (Mujer, 24 años, bisexual).

Finalmente, la última representación que se pudo encontrar en las entrevistas relacionada a la homonegatividad internalizada era la conceptualización de discriminación que tenían los participantes. En este sentido, las personas describen situaciones que bajo las concepciones teóricas de discriminación podrían estar consideradas dentro de este rubro a lo largo de toda la entrevista. Sin embargo, al momento de responder sí es que han sido discriminadas en algún momento de su vida, la respuesta puede ser negativa.

Sí, me ha pasado que este... como que la gente me mira mal y es como un... se alejan de mí o... sí, amigas que me han dicho como que... bueno amigas entre comillas que me han dicho como que, como que 'no encajas acá, porque te gustan las mujeres, a todas nosotras nos gustan los hombres'. Sí, me ha pasado eso, pero en el sentido de discriminado como 'Tú no, porque eres leca', webadas así,

nunca. Gracias a Dios, pero sí, me ha pasado que gente me diga cosas en la calle o me miren horrible sí, siempre (Mujer, 19 años, lesbiana).

De esta manera, la homonegatividad internalizada permite que se normalice la violencia (Berg et al., 2015; Russell y Bohan, 2006). Además, esta normalización también se ve influenciada por los sentimientos de culpa que se desarrollan por considerar la orientación sexual como dañina para los demás (Andrinopoulous y Hembling, 2014; Balsam, 2001; Costa et al., 2013; Cox et al., 2010; González et al., 2016; Herek, 2007; Meyer, 2003). En efecto, los mensajes internalizados con respecto a la orientación sexual podrían también lograr que la persona se ajuste a la heteronormatividad, y comience a aceptar estas agresiones como parte inevitable de pertenecer a una minoría sexual (Nadal et al., 2015).

En esta misma línea, la homonegatividad internalizada también puede influenciar en la conexión que se tenga con otros miembros de la comunidad LGBTIQ+ (Newcomb y Mustanski, 2010). De esta manera, otra categoría que resulta pertinente analizar es el nivel de **involucramiento con otros miembros de la comunidad LGBTIQ+**. En efecto, no existe un camino directo y lineal mediante el cual las personas luego de haber comunicado su orientación sexual comiencen a relacionarse con personas de la comunidad. Por el contrario, de acuerdo con la narrativa presentada anteriormente, las personas van a tener distintos niveles de deseo en cuanto a su involucramiento con la comunidad, dependiendo de qué mensajes se hayan interiorizado, y las experiencias que se hayan tenido en interacciones con la comunidad misma. En este sentido, el primer código identificado dentro de esta categoría guarda relación con el deseo o no deseo de relación con otras personas de la comunidad en las etapas iniciales de la narrativa.

Yo hablaba con un montón de personas por internet que no tenía ni idea quienes eran, porque eran LGBT, porque era la única forma de contactarlos (...). Nadie de mi promo era LGTB, solo era yo, me dejaron sola totalmente (...). Hubiese sido todo el proceso más fácil porque muchas chicas de mi prom se empezaron a sentir súper incómodas (Mujer, 19 años, lesbiana).

A veces hacía reuniones y yo me escondía, me escondía porque no quería que me vea porque tenía miedo de que alguno de ellos se de cuenta porque dicen que ojo de loca no se equivoca. Yo me escondía porque no quería que me vean (Hombre, 27 años, gay).

Sin embargo, el sentido de comunidad puede ser percibido como falso debido a la discriminación que se pueda dar incluso dentro de la misma comunidad. De esta manera, este rechazo se suele relacionar con atribuciones de homonegatividad en otras personas. Es decir, se considera que la internalización genera hostilidad hacia los mismos miembros.

Dentro de la comunidad existe homofobia, existe racismo, existe mucha discriminación eh... hay cierto tipo de grupos a los que tú no vas a encajar nunca y eso es horrible porque se supone cuando uno sale a marchar en el mes de Junio 'Soy gay, lesbiana, trans, lo que sea', es porque estás yendo a marchar por un tema de pedir de luchar por tus derechos, dar a conocer tantas identidades que hay dentro en nuestra comunidad. A veces parece imposible que se odien tanto, que haya tanta discriminación entre nosotras mismas que parece que solo nos dura un día. Por eso digo que una comunidad sin memoria es una comunidad sin orgullo. Es un orgullo que solo existe un día que sales a marchar, porque el resto del año no veo eso, no veo unión, no veo gente empática dentro de un mismo grupo humano que es tan vulnerado por una sociedad que se rige por un tema heteronormativo, donde solo encaja la heterosexualidad (Hombre, 27 años, gay).

De esta manera, las percepciones de discriminación dentro de la misma comunidad podrían limitar el desarrollo de la conectividad comunitaria, debido a que esta requiere que la persona perciba la necesidad de involucrarse con la comunidad (Frost y Meyer, 2012). En este sentido, esta percepción de la comunidad como grupo podría limitar el desarrollo de uno de los principales factores protectores frente al estrés de la minoría (Whitlock, 2007). Por el contrario, otro grupo de personas sí tiene un fuerte sentimiento de pertenencia con la comunidad. En efecto, este sentimiento de pertenencia se basa en la identificación que se puede tener con las experiencias similares de otras personas (Frost y Meyer, 2012). Sin embargo, varía en el caso de las personas bisexuales, ya que no se llegan a identificar por completo con las experiencias comúnmente compartidas dentro de la comunidad.

Sí, acá una vez que estás con más gente que se identifica como tu, tienen las mismas ideas que tú sobre la sexualidad, es un como que 'Ala, ahora sí tengo esto que todo el mundo llama comunidad, pero yo no lo sentía. Sí existe una comunidad, sí existen varias personas con esto (Mujer, 24 años, lesbiana).

O sea, los gais, lesbianas están súper, tienen una comunidad donde están representados (...). No sé tampoco muy bien qué es ser parte de la comunidad, qué significa. Tengo amigxs, tengo muchos amigxs gais, pero no voy exclusivamente a eventos, tengo en mi círculo un montón de amigxs gais, ¿si me siento parte de la comunidad? No sé y no voy tampoco, no sé qué significa ser parte de la comunidad (Hombre, 23 años, bisexual).

Asimismo, otra manera en la cual la interacción con otras personas de la comunidad desarrolla el sentido de conectividad comunitaria, es el encuentro de espacios seguros relacionados a lugares de encuentro con otras personas no heterosexuales (Vanable et al., 1992). Es decir, espacios como bares o discotecas dirigidas a la comunidad LGBTIQ+, así como la marcha del orgullo, son percibidos como positivos porque permiten una identificación y la posibilidad de una comparación positiva con otras personas (Frost y Meyer, 2012). Además, reduce el estigma percibido, ya que se suele tener menos vigilancia a situaciones de discriminación dentro de estos espacios.

(Sobre los bares/discotecas LGBTIQ+) Todos estamos como que en la misma línea por así decirlo no? Y que se que no va a pasar nada, siento que de cierta forma es seguro, protegido. Y que hay muchas personas como yo y que y es un espacio donde se que no va a haber ese tipo de discriminación porque siento que todos apoyarían a que eso no suceda ¿no? (Hombre, 24 años, gay).

Ahora en la marcha me siento segura porque siento que puedo expresar mis ideas tal y cómo son y nadie me va a decir oye qué chucha pasa, por qué das tus ideas o no sé, me siento segura porque puedo decir todo lo que me venga a la mente ¿no? (Mujer, 25 años, bisexual).

En esta misma línea, otra situación que motiva el involucramiento con la comunidad LGBTIQ+ es la consideración de la visibilidad como parte importante para la mejora de la situación de las personas no heterosexuales en la sociedad. En este sentido, los y las participantes consideran que es importante que se conozca más acerca de la existencia de diversas experiencias relacionadas a la diversidad sexual. Además, esta percepción de la visibilidad como necesaria es, en algunos casos, lo que motiva a las personas a compartir su experiencia a pesar de ser posiblemente discriminados.

He tenido tantas veces la experiencia de 'Asu, es la primera lesbiana que conozco', y que se den cuenta que soy alguien normal que no los va a morder, es bastante especial. Varias de mis mejores amigas me han dicho eso y por eso me gusta. No me da miedo, al contrario, siento que es algo que todos lo deberían decir. Sé que hay personas como que 'Mi sexualidad no debería importante', pero por la situación que estamos ahorita socialmente sí debería importar un montón, sino no va a ver un cambio (Mujer, 19 años, lesbiana).

En el caso contrario, también puede existir desesperanza ante la mejora de la situación de la comunidad. En este sentido, las actividades que busquen visibilizar o mejorar la situación de la comunidad son percibidas como desligadas del objetivo final. De esta manera, no pueden ser consideradas como acción colectiva según el modelo teórico planteado, ya que en ese caso la persona debería percibir el objetivo final como posible (Wright, 2008). Por lo tanto, si bien se da el sentimiento de pertenencia, aumenta el nivel de desesperanza en cuanto a la mejora de la situación de las personas LGBTIQ+.

Siento que la marcha se ha vuelto más que todo una tradición, es una marcha porque no pasa nada, solo hay la marcha obviamente crea ayuda, a visibilizar etc., y es bonito y todo ¿no? Pero si siento que con acciones concretas no pasa nada. Igual bien sí siento que estoy ayudando, pero no tengo las esperanzas de que eso finalmente va a tener un efecto fuerte en la situación actual no? No siento ahorita que haya algo que esté ayudando así radicalmente por así decirlo para que esta situación cambie. Siento que todo está no sé, igual (Hombre, 24 años, gay).

Por último, también existen acciones que sí forman parte de una acción colectiva. En este sentido, estas se pueden ver motivadas por el deseo de mejora de la situación de la comunidad (DeBlaere et al., 2014). Sin embargo, esta participación puede verse limitada si es que existen reacciones negativas ante ella. Es decir, la persona puede querer participar en estas actividades, pero por presiones, mayormente familiares, puede desistir de ser visible en cuanto a su orientación sexual.

Tengo presente mi identidad y siempre lucho por eso, investigo sobre eso, trato de desde dónde yo pueda hacer esfuerzos para no solo cambiar al afuera sino cambiarme a mí misma. No cambiarme a mí misma, pero hacer esfuerzos yo para ser más justa, por ejemplo, empezar a preguntar pronombres en vez de asumir. Y he estado también en voluntariados ¿no? LGBT. Y también siempre trato de leer

investigaciones, está siempre como integrado en todo lo que hago (Mujer, 24 años, lesbiana).

Ya, al principio trataba de hacerlo, cuando tuve el problema con mi mamá me alejé de eso y por voluntad propia yo iría a todas las marchas posibles, pero no lo hago tampoco por un tema de privacidad, y directamente con un hecho social no, no le he hecho. Pero es que tampoco veo organizaciones que te digan como que oye si haces esto, nos estas ayudando, no veo eso, entonces también fácil es por eso sabes (Mujer, 24 años, bisexual).

De esta manera, se puede ver la retroalimentación entre el involucramiento con la comunidad, tanto en el sentido de conectividad comunitaria como con la acción colectiva; y la homonegatividad internalizada. Efectivamente, esta interacción es clave, ya que según Newcomb y Mustanski (2010) la homonegatividad internalizada tiende a generar desconexión de otros individuos LGBTQ+. Por lo tanto, resulta coherente con la teoría que los individuos que tengan un soporte social que les permita validar su orientación sexual logren a su vez tener un mayor nivel de involucramiento con la comunidad LGBTQ+ (Meyer, 2003).

Finalmente, un elemento que atraviesa la narrativa mencionada anteriormente es el **soporte social relacionado a la orientación sexual** a lo largo del proceso. Específicamente, dentro de la narrativa expuesta, el soporte social suele presentarse a partir de la comunicación de la orientación sexual, y se suele mantener en adelante, incluyendo el involucramiento con la comunidad. Esto se debe a que la etapa de descubrimiento de la orientación sexual suele darse de manera más interna, ya que la persona todavía no está dispuesta a comunicarla. En este sentido, el soporte social no siempre es entendido como necesario, ya que en ciertas ocasiones se suele tener la percepción de falta de soporte como algo positivo.

Creo que me ha hecho crecer como persona, me ha hecho también ser como que más independiente, de cierta manera afrontar esto solo desde medio chico. No tener el apoyo de mis padres no tener con quién hablarlo, me ha hecho ayudar a conocerme a mí mismo, a darme cuenta de que no tengo que ser diferente para que alguien me acepte o sea mi amigo, ese tipo de cosas no. Pero creo que si, me ha afectado y de manera positiva (...) me ha ayudado a ser una mejor persona (Hombre, 24 años, gay).

Sin embargo, en ciertos casos el soporte social es percibido como una ayuda para desligarse de la homonegatividad internalizada. En efecto, el soporte social es un factor protector importante para cuestionar mensajes previamente internalizados. De acuerdo con la teoría, las personas pertenecientes a una minoría sexual que reportan recibir soporte social evidencian un menor nivel de homonegatividad internalizada (Sheets y Mohr, 2009). Además, este soporte en específico proviene de diversas fuentes, por lo que puede ser un factor protector importante incluso cuando la persona sigue expuesta a mensajes familiares adversos. No obstante, este tipo de soporte también se puede dar por un cambio de actitud por parte de los padres y madres.

Creo que de cierta forma me ayudó bastante tener la aceptación de mis amigas. Saber que para ellas era algo normal. Eso me ayudó a llevar un poco esa culpa que sentía (...). Llegas a tener culpa de ciertas acciones que en realidad no deberías tener culpa (Mujer, 25 años, bisexual).

Recién creo que cambió cuando finalmente mis papás lo aceptaron, entonces yo dije bueno sí ellos lo aceptan ya no importa nada más, ya puedo como abrirme a la posibilidad de que efectivamente mi vida va a ser así (Mujer, 24 años, lesbiana).

Asimismo, otra manera en la que el soporte social ayuda a proteger a las personas del estigma al que se ven expuestas por su orientación sexual, es mediante la validación de la diversidad sexual. De esta manera, un código recurrente en las entrevistas realizadas se trató de la necesidad de amigxs que validen esta diversidad. Es decir, que las personas puedan recibir mensajes y actitudes positivas que contrarresten las negativas a las que se han visto expuestas tanto a un nivel social como interpersonal.

Lo que también me ayudó era lo que te comentaba de tener amigas que sí se identificaban (...). O sea, hablar con ellas y que ellas eran mayores y decían 'Sí, pero no pasa nada. O sea, todo bien'. O sea, dar su propia experiencia de que sí, o sea a veces es complicado, pero a la larga es mejor que seas quien tú eres (Mujer, 25 años, bisexual).

Sin embargo, el soporte social no necesariamente proviene de amigxs cercanxs y/o familiares. En efecto, el respaldo institucional que se le da a personas con orientaciones sexuales distintas a la normativa también puede ser concebida como una

fueron una fuente importante de soporte. En este sentido, es importante que las instituciones validen las identidades y respalden a los individuos en caso se den casos de discriminación.

Mi colegio es el mejor en todo eso. Incluso mi primera y larga relación fue con alguien que era de Colombia y ella vino para mi prom y mi mamá no podía saber porque la quería meter presa. Y el coordinador, mi tutora, todos cambiaron el nombre de ella en la lista... hicieron pasar como que yo iba con un pata, nunca le dijeron a mi mamá que yo fui con una chica (Mujer, 19 años, lesbiana).

En este sentido, es importante que las personas puedan recibir soporte de diversas fuentes, en especial cuando los padres y madres expresan sentimientos de rechazo hacia la orientación sexual. Sin embargo, la familia sigue siendo un componente importante en la vida cotidiana de la persona. Por lo tanto, un recurso alternativo al apoyo por parte de padres y madres suelen ser los hermanos o hermanas, ya que son consideradxs como un soporte dentro del ámbito familiar. Además, la reacción ante la comunicación de la orientación sexual a los hermanxs suele ser positiva.

Me gustan los chicos, algo así le dije. Y me puse a llorar ¿no? (risas). Y me dijo que tranquilo, que igual me va a querer, que ya sabía y que demasiado normal que no me tengo que poner así, y no sé me dio bastante tranquilidad, porque era algo que también como que a veces era todo un mundo como que 'asu que va a decir', terminó siendo nada (Hombre, 24 años, gay).

Sin embargo, la negativa por parte de los padres y madres a aceptar la orientación sexual suele generar cuestionamientos respecto el nivel de interacción que se quiere entre la familia y la vida romántica de la persona. En este sentido, se encontró una diferencia en cuanto al deseo o no deseo de unión de la vida romántica y familiar. En efecto, en aquellos casos en los que se acepta el rechazo de los padres y madres, se llega a entender que la familia nunca va a aceptar o ser parte de la vida con la pareja. Asimismo, los padres suelen ser indiferentes con respecto a la información en comparación con las madres. Es decir, la persona no considera la posibilidad de tener soporte por parte de sus padres.

Han pasado 5 años. Sí, ha cambiado, pero mentiría que te diría que mi mamá aceptaría una chica en casa, no lo haría. Yo sé que, si salgo con una chica, no le

puedo contar, por más emocionada que esté. Es horrible, pero sí (Mujer, 19 años, lesbiana).

Sí, o sea lo saben, pero no lo hablan, como que no lo mencionan. Nunca me dicen nada porque tampoco yo nunca les he contado nada de con quién estaba saliendo ni nada, pero sí me gustaría, aunque tal vez sería incómodo que tengan el mismo 'approach' que tienen con mis hermanos cuando tienen enamoradas o sus flacas (...). Siento que es eso que yo no he tenido con ellos y no sé si me gustaría porque en verdad no sé, siento que sería incómodo porque nunca ha pasado (Hombre, 24 años, gay).

Por último, en los casos en los que la familia no puede ser considerada como fuente de soporte ni permite la expresión auténtica de las personas, se crea el concepto de familia elegida. En estos casos, el principal soporte se da por un grupo de amigxs cercanxs que son considerados familia.

En la comunidad pasa esto de que nosotros tenemos la capacidad de escoger a nuestra propia familia. Entonces, yo los escogí a ellos (...). Nunca he sentido que he encajado en ningún grupo, por eso siento que he pasado de un grupo a otro, pero los chicos que paso ahora son mis amigxs, los quiero muchos, son como mis hermanos, sentí que por primera vez encajaba en algo. Por primera vez a alguien le importaba lo que yo pasaba, no tenía miedo de contarles a ellos lo que me pasaba en ese momento y mostrarme de cierta forma vulnerable como no me había mostrado a otras personas (Hombre, 27 años, gay).

En este sentido, de acuerdo con la teoría, el soporte social resulta ser clave para contrarrestar el aislamiento e impacto psicológico que conlleva el estrés de la minoría (DeGarmo y Martínez, 2006). Efectivamente, esto se podría deber a que uno de los principales aportes del soporte social con respecto a la orientación sexual parece ser la validación que le da a la persona, ya que ayuda a cuestionar los mensajes heteronormativos previamente internalizados. Asimismo, el soporte social relacionado a la sexualidad específicamente suele provenir de redes de soporte diferentes a los padres y madres, por lo que son estas las que proveen soporte emocional frente a situaciones de discriminación, rechazo o conflictos internos relacionados a la validez de la orientación sexual (Doty et al., 2010). Por lo tanto, es mediante estas redes que se suelen mitigar los sentimientos de culpa asociados con pertenecer a una minoría sexual.

Por último, se puede ver que la familia es considerada como una fuente importante de soporte en un nivel global. Sin embargo, cuando se trata de temas relacionados a la sexualidad, esta no suele ser considerada como una fuente de soporte, sino de agresión y/o falta de comprensión. Por lo tanto, la persona suele buscar otras fuentes de soporte, que usualmente se suelen centrar en grupos que validen la orientación sexual, y que permitan a la persona expresarse de una manera más auténtica.



Conclusiones

La homonegatividad internalizada y los factores protectores frente al estrés de la minoría que tienen que ver con relaciones interpersonales se retroalimentan. Es decir, las mismas redes de soporte que la persona mantiene para otros aspectos de su vida, pueden ser quienes en el caso de la orientación sexual ejerzan la mayor violencia y sean la fuente de una gran cantidad de mensajes heteronormativos que posteriormente se lleguen a interiorizar. En este sentido, suelen ser lxs progenitorxs quienes proveen mensajes estigmatizantes relacionados a la diversidad sexual, por lo que posteriormente se suele dar un alejamiento entre la vida romántica y familiar de las personas. Por lo tanto, es posible concluir que no es necesario que se ejerza violencia física o directa hacia la persona para que se desarrolle una homonegatividad internalizada arraigada, sino que suelen ser mensajes heteronormativos provenientes de los padres los que invalidan la experiencia, y por lo tanto llegan a aislar al individuo del entorno.

Asimismo, esta violencia internalizada puede ser contrarrestada mediante diversos factores protectores relacionados con las relaciones interpersonales. En este sentido, un factor recurrente entre todos los mecanismos de afrontamiento es la validación que le aportan a la experiencia de pertenecer a una minoría de la diversidad sexual. En efecto, tanto la conectividad comunitaria como la acción colectiva ayudan a cuestionar actitudes negativas frente a la propia orientación sexual porque permiten un cuestionamiento de ideas que previamente fueron asumidas como verdad, ya que la persona se ve expuesta a actitudes y mensajes positivos con respecto a su propia orientación sexual. Sin embargo, basándonos en la narrativa presentada se puede concluir que para que la persona pueda involucrarse con la comunidad de esta manera, es necesario que primero encuentre una fuente de validación dentro de sus redes de soporte cercanas al momento de comunicar su orientación sexual.

Por último, es importante resaltar la diferencia en relación con las experiencias dentro de la comunidad LGBTIQ+. En este sentido, resulta esencial la interseccionalidad en cuanto a experiencias de discriminación, ya que las diferentes ideas con respecto a los distintos roles de género van a tener una influencia en cuanto a las experiencias por género. En este sentido, las mujeres suelen ser más sobresexualizadas, mientras que los hombres suelen ser más castigados socialmente por su orientación sexual, por lo que puede ser más difícil el encontrar fuentes de soporte que validen la diversidad sexual. Sin embargo, el desarrollo de mecanismos de afrontamiento suele ser más difícil en el caso de las personas bisexuales, ya que suelen haber mensajes dicotómicos en cuanto a la

orientación sexual, que dificultan la identificación con la comunidad LGBTIQ+, además de verse expuestos a más invalidación de su orientación sexual que sus pares homosexuales.

Recomendaciones

La presente investigación logró plantear un proceso mediante el cual se interrelacionan las distintas experiencias de socialización con respecto a la orientación sexual. En efecto, determinar este proceso resulta muy relevante, ya que para las personas gays, lesbianas y bisexuales; los círculos sociales a los que pertenecen pueden ser tanto fuente de mensajes homonegativos como de soporte frente a discriminación externa. Por lo tanto, establecer momentos específicos en la vida de personas LGBTIQ+ en donde se requieren cierta ayuda para desarrollar factores protectores resulta esencial. Asimismo, la presente investigación logró establecer diferencias entre las experiencias homosexuales y bisexuales. Esta diferencia resulta clave para la salud mental de personas bisexuales, ya que el proceso en este caso se ve complejizado por la falta de entendimiento y de representación que conlleva la identidad bisexual.

Con respecto a futuras investigaciones, se recomienda explorar más a profundidad la influencia que podría tener la percepción de mayor homofobia en la sierra. En efecto, es un aspecto que no se consideró en un principio, pero que resultó siendo relevante y estando presente en todas las entrevistas realizadas. De esta manera, resultaría importante explorar cómo es que esta mayor percepción de homofobia puede afectar la homonegatividad internalizada y el desarrollo de mecanismos de afrontamiento. Además, resulta importante analizar los factores culturales que pueden guardar relación con esta percepción.

En esta misma línea, se recomienda para futuras investigaciones explorar el concepto de discriminación que se tiene dentro de los miembros de la comunidad LGBTIQ+. En efecto, parece haber una desconexión entre las situaciones cotidianas de violencia que se viven y la idea de no ser discriminadx. En este sentido, resultaría relevante investigar si es que este concepto de discriminación como exclusivamente referido a la violencia física directa se repite en otras personas con una orientación sexual no heterosexual. Además, esto resulta particularmente relevante, ya que las estadísticas de discriminación que se tienen acerca de esta comunidad suelen ser auto reportadas (INEI, 2017). Por lo tanto, es importante considerar las implicancias que puede tener la homonegatividad internalizada para conocer de mejor manera la realidad de las personas de la diversidad sexual.

Por último, se recomienda explorar más en profundidad el rol de la familia y la importancia que se le da a esta en contraste con la violencia que se recibe por parte de este grupo. De esta manera, podría haber un componente cultural que influye en la relación entre la crianza heteronormativa y la homonegatividad internalizada, ya que se puede considerar como más relevante el rol de la familia. Asimismo, se recomienda indagar con respecto a la aparente división que existe entre la vida romántica y la vida familiar de la persona.

Limitaciones

A lo largo de la ejecución de la investigación se pudieron identificar una serie de limitaciones que deben ser tomadas en cuenta. En primer lugar, se pudo percibir que, durante las entrevistas, existió un cuestionamiento sobre la orientación sexual de la investigadora como requisito para responder ciertas preguntas. Esto se pudo deber a que se percibía cierta desconfianza por responder algunas de las preguntas sí es que la otra persona no formaba parte de la comunidad LGBTIQ+. Esto obligó a la investigadora a redirigir la entrevista hacia los temas que conciernen al objetivo de la investigación, lo cual pudo ser percibido como una restricción por las participantes en cuanto a la relación establecida entre ambas partes.

Además, el contacto con los y las participantes resultó difícil considerando los criterios de inclusión, ya que se estipuló que la orientación sexual debía ser de acuerdo con cómo la persona se identifique. Sin embargo, en el contacto inicial con los y las participantes no se preguntó acerca de la orientación sexual, ya que esto podría haber limitado la entrevista ya que esta pregunta formaba parte de la guía elaborada. Por lo tanto, se llegó a contactar a participantes que no estaban dentro de los criterios de inclusión que, finalmente no formaron parte de la presente investigación.



Referencias

- Andrinopoulos, K. Hembling, J. (2014). Las consecuencias relacionadas con la salud de la homonegatividad internalizada entre HSH en San Salvador: Una descripción del problema y recomendaciones para la acción. Comisca. http://www.mcr-comisca.org/sites/all/modules/ckeditor/ckfinder/userfiles/files/homonegatividad_internalizada_y_salud.pdf
- Beaber, T. (2008). Well-being among bisexual females: The roles of internalized biphobia, stigma consciousness, social support, and self-disclosure. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 69(4), 2616-2627.
- Berg, R., Munthe-Kaas, H., Ross, M. (2015). Internalized Homonegativity: A Systematic Mapping Review of Empirical Research. *Journal of Homosexuality*, 63(4), 541-558
- Borgogna, N., Mcdermott, R., Aita, S., Kridel, M. (2018). Anxiety and Depression Across Gender and Sexual Minorities: Implications for Transgender, Gender Nonconforming, Pansexual, Demisexual, Asexual, Queer and Questioning Individuals. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*. Publicación anticipada en línea.
- Bos, A.E., Kanner, D., Muris, P., Janssen, B. y Mayer, B. (2009). Mental illness stigma and disclosure: consequences of coming out of the closet. *Issues in Mental Health Nursing*, 30(8), 509-513.
- Bourn, J.R., Frantell, K.A., y Miles, J.R. (2018). Internalized heterosexism, religious coping, and psychache in LGB young adults who identify as religious. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 5(3), 303-312.
- Bradford, M. (2004). The bisexual experience. *Journal of bisexuality*, 4(2), 7-23.
- Bruce, D., Harper, G. W., & Bauermeister, J. A. (2015). Minority stress, positive identity development, and depressive symptoms: Implications for resilience among sexual

- minority male youth. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(3), 287-296.
- Costa, P., Pereira, H. y Leal, I. (2013). Internalized Homonegativity, Disclosure, and Acceptance of Sexual Orientation in a Sample of Portuguese Bisexual Men, and Lesbian and Bisexual Women. *Journal of Bisexuality*, 13(2), 229-244.
- Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (2015). Violencia contra personas lesbianas, gay, bisexuales, trans e intersex en América (36). <http://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/ViolenciaPersonasLGBTI.pdf>
- Cox, N., Dewaele, A., van Houtte, M. y Vincke, J. (2010). Stress-Related Growth, Coming Out and Internalized Homonegativity in Lesbian, Gay, and Bisexual Youth. An Examination of Stress-Related Growth Within the Minority Stress Model. *Journal of Homosexuality*, 58(1), 117-137.
- Creswell, J. W. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (3rd ed.). Sage Publications.
- D'Augelli, A.R., Pilkington, N.W y Hershberger, S.L. (2002). Incidence and mental health impact of sexual orientation victimization of lesbian, gay and bisexual youths in high school. *School Psychology Quarterly*, 17(2), 148-167.
- DeBlaere, C., Brewster, M., Bertsch, K., DeCarlo, A., Kegel, K. y Presseau, C. (2014). The protective power of collective action for sexual minority women of color: an investigation of multiple discrimination experiences and psychological distress. *Psychology of Women Quarterly*, 38(1), 20-32.
- Defensoría del pueblo. (2016). Derechos humanos de las personas LGBTI: Necesidad de una política pública para la igualdad en el Perú (175). <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3821.pdf>

- Degarmo, D.S. y Martinez, C.R. (2006). A Culturally Informed Model of Academic Well Being for Latino Youth: The Importance of Discriminatory Experiences and Social Support. *Family Relations*, 55(3), 267-278.
- Doty, N.D., Willoughby, B.L., 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.
- Drescher, J. (2015). Out of DSM: Depathologizing Homosexuality. *Journal of Behavioural Science*, 5(4), 565-575.
- Epstein, R., McKinney, P., Fox, S. y García, C. (2012). Support for a Fluid-Continuum Model of Sexual Orientation: A Large Scale Internet Study. *Journal of Homosexuality*, 59(10), 1356-1381.
- Foster, M. D. (2000). Positive and negative responses to personal discrimination: Does coping make a difference? *The Journal of Social Psychology*, 140, 93–106.
- Friedman, C. y Leaper, C. (2010). Sexual Minority College Women's Experiences with Discrimination: relations with identity and collective action. *Psychology of Women Quarterly*, 34(2), 152-164.
- Friedman, C. y Morgan, E. (2009). Comparing Sexual-Minority and Heterosexual Young Women's Friends and Parents as Sources of Support for Sexual Issues. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(7), 920-936.
- Frost, D. y Meyer, I. (2012). Measuring Community Connectedness among Diverse Sexual Minority Populations. *The Journal of Sex Research*, 49(1), 36-49.
- Gonzales, E., Molina, T. y San Martín, J. (2016). Comportamientos sexuales y características personales según orientación sexual en adolescentes chilenos. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 81(3), 202-210.

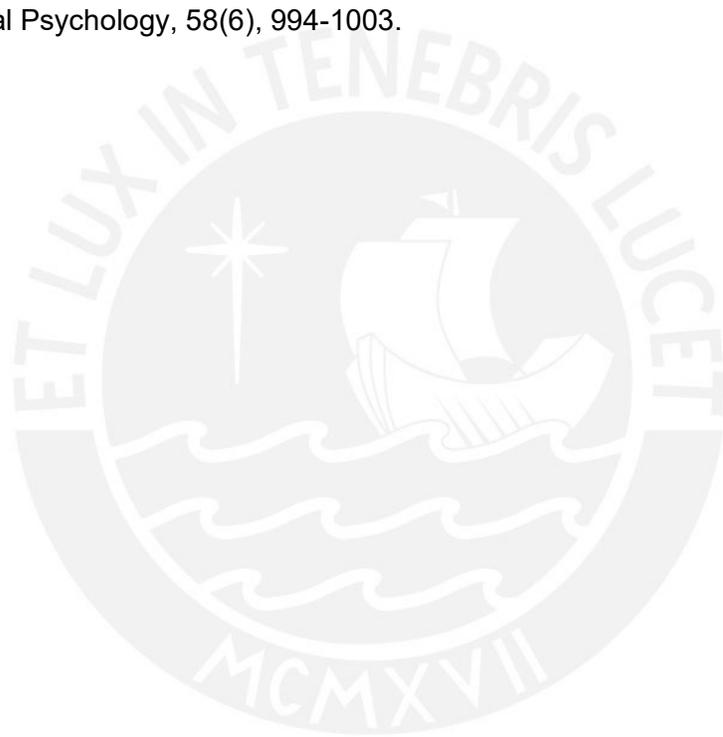
- Gray, N.N., Mendelsohn, D.M. y Omoto, A.M. (2015). Community Connectedness, challenges and resilience among gay Latino immigrants. *American Journal of Community Psychology*, 55(1-2), 202-214.
- Herek, G.M. (2007). Confronting sexual stigma and prejudice: theory and practice. *Journal of Social Issues*, 63(4), 905-925.
- Hinson, C. y Bowsher, J. (1997). Social support: a conceptual analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 25(1), 193-210.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017). Primera Encuesta Virtual para Personas LGBTI, 2017: principales resultados. <https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/lgbti.pdf>
- Jones, M., Hackel, T., Hershberger, M. y Goodrich, K. (2018). Queer Youth in Educational Psychology Research. *Journal of Homosexuality*. Publicación anticipada en línea.
- Kertzner, R.M., Meyer, I. y Stirratt, M.J. (2009). Social and psychological well-being in lesbians, gay men and bisexuals: the effects of race, gender, age, and sexual identity. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(4), 500-510.
- Mereish, E.H., Katz-Wise, S.L. y Woulfe, J. (2017). Bisexual-Specific Minority Stressors, Psychological Distress, and Suicidality in Bisexual Individuals: the Mediating Role of Loneliness. *Prevention Science*, 18(6), 716-725.
- Mays, V., Cochran, S. (2001). Mental Health Correlates of Perceived Discrimination Among Lesbian, Gay and Bisexual Adults in the United States. *American Journal of Public Health*, 91(11), 1869-1876.
- Meyer, I. (1995). Minority Stress and Mental Health in Gay Men. *Journal of Health and Social Behavior*, 36(1), 38-56.
- Meyer, I. (2003). Prejudice, Social Stress and Mental Health in Lesbian, Gay and Bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674-697.

- Mizielinska, J. y Stasinska, A. (2017). "There is Nothing Like a Family". Discourses on Families of Choice in Poland. *Journal of Homosexuality*, 64(13), 1793-1815.
- Muñoz-Plaza, C., Quinn, S. C., & Rounds, K. A. (2002). Lesbian, gay, bisexual and transgender students: Perceived social support in the high school environment. *The High School Journal*, 85(4), 52-63.
- Nadal, K. L., Wong, Y., Issa, M.-A., Meterko, V., Leon, J., & Wideman, M. (2011). Sexual Orientation Microaggressions: Processes and Coping Mechanisms for Lesbian, Gay, and Bisexual Individuals. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 5(1), 21–46.
- Nesmith, A.A., Burton, D.L. y Cosgrove, T.J. (1999). Gay, lesbian and bisexual youth and young adults: social support in their own words. *Journal of Homosexuality*, 37(1), 95-108.
- Newcomb, M.E. y Mustanski, B. (2010). Internalized homophobia and internalizing mental health problems: a meta-analytic review. *Clinical Psychological Review*, 30(8), 1019-1029.
- Nicholson, W.D. y Long, B.C. (1990). Self-esteem, social support, internalized homophobia, and coping strategies of HIV+ gay men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58(6), 873-876.
- Perez-Wicht, J.A. (2017). Identidad sexual y satisfacción de pareja en hombres homosexuales de Lima Metropolitana (Tesis de Pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Pitonak, M. y Spilkova, J. (2015). Homophobic Prejudice in Czech Youth: a Sociodemographic Analysis of Young People's Opinions of Homosexuality. *Sexuality Research and Social Policy*, 13(3), 215-229.
- Promsex. (2018). Derecho a la Igualdad de las personas LGBT en el Perú: perspectivas jurídicas y políticas. Promsex. <http://promsex.org/wp-content/uploads/2018/03/InformeLGBT2018juridico.pdf>

- Puckett, J.A., Levitt, H.M., Horne, S.G. y Hayes-Skelton, S.A. (2015). Internalized heterosexism and psychological distress: the mediating roles of self-criticisims and community connectedness. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(4), 426-435.
- Organización Mundial de la Salud. (2013). La OPS/OMS advierte que el estigma y la discriminación afectan la salud de lesbianas, gays, bisexuales y trans. Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud.
- Roberts, T.S., Horne, S.G. y Hoyt, W.T. (2015). Between a gay and a straight place: Bisexual individuals experiences with monosexism. *Journal of Bisexuality*, 15(4), 554-569.
- Rood, B., Reisner, S., Surace, F., Puckett, J., Maroney, M. y Pantalone, D. (2016). Expecting Rejection: Understanding the Minority Stress Experiences of Transgender and Gender-Nonconforming individuals. *Transgender Health* 1(1), 151-164.
- Russell, G. M., & Bohan, J. S. (2006). The Case of Internalized Homophobia: Theory and/as Practice. *Theory & Psychology*, 16(3), 343-366.
- Ryan, C., Russell, S. T., Huebner, D., Diaz, R., & Sanchez, J. (2010). Family Acceptance in Adolescence and the Health of LGBT Young Adults. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 23(4), 205–213.
- Ryan, W. S., Legate, N., & Weinstein, N. (2015). Coming Out as Lesbian, Gay, or Bisexual: The Lasting Impact of Initial Disclosure Experiences. *Self and Identity*, 14(5), 549–569.
- Ryff, C.D., Keyes, C.L. y Hugues, D.L. (2003). Status inequalities, perceived discrimination, and eudaimonic well-being: do the challenges of minority life hone purpose and growth? *Journal of the Health and Social Behaviour*, 44(3), 275-291.

- Sheets, R. L., & Mohr J. J. (2009). Perceived Social Support from Friends and Family and Psychosocial Functioning in Bisexual Young Adult College Students. *Journal of Counseling Psychology*, 56, 152-163.
- Shilo, G. y Savaya, R. (2011). Effects of Family and Friend Support on LGB Youths Mental Health and Sexual Orientation Milestones. *Family Relations* 60(3), 318-330.
- Snapp, S., Watson, R., Russell, S., Diaz, R. y Ryan, C. (2015). Social Support Networks for LGBT Young Adults: Low Cost Strategies for Positive Adjustment. *Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 64(3), 420-430.
- Spartacus. (2020). Gay Travel Index 2018 – Ranking Order. Spartacus. https://spartacus.gayguide.travel/gaytravelindex_2018.pdf
- Van der Zee, K., Buunk, B.P. y Sanderman, R. (1995). Social comparison as a mediator between health problems and subjective health evaluations. *The British Journal of Social Psychology*, 34(1), 53-65.
- Variable, P. S., McKirnan, D. J., & Stokes, J. P. (1992). Identification and involvement with the Gay Community Scale (IGCS). In C. M. Davis, N. L. Yarber, R. Bauserman, G. Schreer, & S. L. Davis (Eds.), *Handbook of sexuality related measures* (pp. 407–409). Sage.
- Velez, B. y Moradi, B. (2016). A Moderated Mediation Test of Minority Stress: The Role of Collective Action. *The Counseling Psychologist*, 44(8), 1132-1157.
- Vivaldi, F. y Barra, E. (2012). Bienestar psicológico, apoyo social percibido y percepción de salud en adultos mayores. *Terapia Psicológica*, 30(2), 23-29.
- Wagaman, A.M. (2016). Self-Definition as Resistance: Understanding Identities among LGBTQ Emerging Adults. *Journal of LGBT Youth*, 13(3), 207-230.
- Withlock, J. (2007). The Role of Adults, Public Space, and Power in Adolescent Community Connectedness. *Journal of Community Psychology*, 35(4), 499-518.

- Wright, E. y Perry, B. (2006). Sexual Identity Distress, Social Support, and the Health of Gay, Lesbian and Bisexual Youth. *Journal of Homosexuality*, 51(1), 81-110.
- Wright, S. (2008). Changing Intergroup Relations. En Wagner, U. Tropp, L., Finchillescu, G. y Tredoux, C. (Ed.). *Improving Intergroup Relations: Building on the Legacy of Thomas F. Pettigrew* (409-430). Blackwell Publishing.
- Wright, S., Taylor, D. y Moghaddam, F. (1990). Responding to membership in a disadvantaged group: From acceptance to collective protest. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(6), 994-1003.



Apéndice A

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por María Pía Bravo, de la Pontificia Universidad Católica del Perú. La meta de este estudio es conocer las experiencias de las personas que pertenecen a la comunidad LGTBQ+.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista. Esto tomará aproximadamente una hora de su tiempo. Lo que conversemos durante estas sesiones se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas. Una vez transcritas las entrevistas, las grabaciones se destruirán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a María Pía Bravo al teléfono 989045323.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar a _____ al teléfono anteriormente mencionado.

Nombre del Participante
(en letras de imprenta)

Firma del Participante

Fecha



Apéndice B

Protocolo de contención

Con el objetivo de mantener el rigor ético de la investigación, es importante mencionar que se contará con un protocolo de contención al momento de la entrevista. Se reconoce que diversas partes de esta pueden tener un efecto movilizador en lxs participantes, sobre todo en aquellas secciones en donde haya una mención directa de alguna situación de discriminación/vulnerabilidad que hayan atravesado. Sin embargo, estos no son los únicos momentos en donde hay riesgo de un desborde emocional; por ello, lx entrevistadorx deberá estar atentx a las reacciones emocionales, el tono de voz y la comunicación no verbal de la participante.

Frente a la evocación de sentimientos, tensiones y conflictos que pueden surgir por contar sobre su experiencia de homonegatividad o discriminación, la investigadora debe proceder a preguntarle a él/la/lx entrevistadx si desea tomarse un momento para calmarse: “¿Quieres tomarte un momento? Podemos hacer una pausa en la entrevista, entendemos que muchas de estas preguntas pueden hacer que surjan diversas emociones o recuerdos.” En el caso que él/la/lx participante muestre una reacción emocional significativa, como por ejemplo el llanto, se le ofrecerán pañuelos y un vaso de agua. Seguidamente, se le ofrecerá a él/la/lx participante realizar un ejercicio de respiración que la ayude a tranquilizarse: “Si quieres podemos hacer un ejercicio de respiración para que puedas estar más tranquila/o/e. Yo lo uso bastante y me sirve.” Si él/la/lx participante acepta, se empieza el ejercicio mencionado: “Siéntate en una postura cómoda, vamos a cerrar los ojos (ambas cierran los ojos). Reconoce si hay alguna tensión en el cuerpo y trata de soltar. Ahora, te vas a concentrar en tu respiración. Primero, vas a inhalar y contar lo más lento que puedas hasta 5. Al exhalar, también cuenta hasta 5 lo más lento que puedas y siente cómo todo el aire va saliendo. Vuelve a repetir”.

Después de la pausa realizada y/o del ejercicio de respiración (si la/el/lx participante quiso realizarlo) se le preguntará si se siente cómodx para continuar con la entrevista en este, en otro momento o también se le brindará la opción de abandonar por completo la investigación sin que haya alguna consecuencia negativa: “¿Te sientes más tranquilo?” “¿Te gustaría seguir con la entrevista o preferirías hacerla en otro momento o, en todo caso no realizarla? Si no te sientes cómodx no tenemos que seguir.” En caso el/la/lx participante indique que sí desea continuar, prosigue la entrevista.

Apéndice C

Guía de entrevista: homonegatividad internalizada y factores protectores frente al estrés de la minoría en la comunidad LGBTQ

Eje temático	Objetivo	Pregunta
Desarrollo de la identidad no heterosexual	Explorar las etapas iniciales del proceso	<p>¿Cómo te identificas?</p> <p>¿Cómo definirías tu sexualidad?</p> <p>¿Cómo fue el proceso de reconocer tu orientación sexual?</p>
		<p>Me podrías contar... ¿a qué edad te diste cuenta por primera vez de tu orientación sexual?</p>
		<p>De lo que te acuerdas, ¿cómo fue el primer año después de que te admitieras a ti mismx tu orientación sexual?</p> <p>Crees que hubo algún momento clave que te ayudó a asimilar/admirirte?</p>
		<p>¿Qué era lo que más te preocupaba en ese periodo?</p>

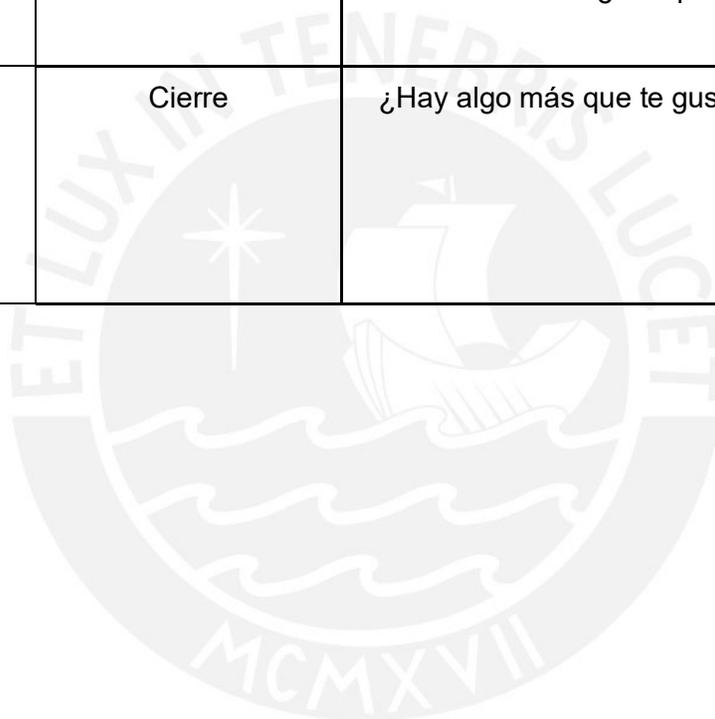
	<p>de desarrollo de la identidad no heterosexual en lxs entrevistadxs</p>	<p>¿Conoces la expresión “salir del clóset”?</p> <p><i>(En caso no conozca la expresión: “Salir del clóset es una expresión que se refiere al proceso de contarle a otras personas acerca de tu orientación sexual)</i></p> <p>¿Consideras que has “salido del clóset”?</p> <p>(En caso responda que sí) ¿Me podrías contar un poco sobre cómo fue este proceso?</p> <p>(En caso responda que solo en algunos espacios) ¿Con quiénes sí? ¿Por qué?</p> <p>(En caso responda que no) ¿Te gustaría hacerlo eventualmente? ¿Por qué?</p> <p>¿Alguna vez alguna pareja o expareja te ha pedido que ocultes tu orientación sexual? ¿Cómo te sentiste? ¿Accediste? ¿Y tú lo has hecho?</p>
<p>Experiencias de discriminación</p>	<p>Identificar experiencias de discriminación en el proceso de comunicación de la orientación sexual no heterosexual</p>	<p>¿Crees que la homofobia ha tenido algún impacto en tu vida? ¿Cómo?</p> <p>¿Crees que hay más homofobia en ciertos espacios que en otros? ¿En qué partes de la sociedad sientes que hay más homofobia?</p> <p>¿Crees que en la sociedad peruana hay homofobia? ¿Cómo?</p> <p><i>(En caso la persona entrevistada pregunte qué es homofobia, se entiende el término como “el miedo, odio, desconfianza o incomodidad frente a personas gays, lesbianas, homosexuales o queer”)</i></p>

		<p>¿Alguna vez has vivido alguna situación de discriminación por tu orientación sexual?</p> <p>Ejemplo</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo te sentiste? ● ¿Buscaste apoyo en alguien? ● ¿Cuál fue tu reacción? <p>Si ahora te tuvieses que enfrentar a lo mismo, ¿cómo lo harías?</p>
Homonegatividad internalizada		<p>Si hubieses podido hacerlo, ¿te gustaría haber podido cambiar tu orientación sexual?</p> <p>¿Por qué?</p>
		<p>Muchas personas no heterosexuales indican que a menudo experimentan sentimientos de homofobia (o sensaciones negativas hacia su orientación sexual) hacia ellxs mismxs debido a que lo aprendieron de la sociedad.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Sientes que has experimentado estos sentimientos? ¿Cómo? ● ¿Qué impacto crees que estos sentimientos tienen en tu vida? ● ¿Algo de esto cambió cuando empezaste a relacionarte más con personas no heterosexuales?
		<p>¿Qué tan cómodx te sientes dando a conocer tu orientación sexual a otras personas? ¿Por qué?</p>

	Indagar sobre los elementos y la experiencia de homonegatividad internalizada	<p>Cuando estás en algún contexto no amigable con la comunidad LGBTQ, ¿sientes que tratas de ocultar tu orientación sexual? ¿Por qué?</p>
		<p>¿Te sientes cómodx en discotecas/bares/eventos de la comunidad LGBTQ? ¿Por qué?</p>
		<p>¿Cuál era tu percepción de las personas (<i>lesbianas, gays, bisexuales o queer</i>) durante el primer año después de que te admitieras a ti mismx tu orientación sexual?</p>
Soporte social	Conocer acerca de las redes de soporte en la experiencia de pertenecer a una minoría sexual	<p>¿A quién le contaste primero sobre tu orientación sexual? ¿Por qué?</p>
		<p>¿A quién te daba más miedo contarle sobre tu orientación sexual? ¿Por qué?</p>
		<p>¿En quienes te apoyaste más durante este momento? ¿Por qué?</p>
		<p>a. Familiar</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Tu familia sabe acerca de tu orientación sexual? ● ¿Cómo reaccionó tu familia? ● ¿Esperabas que reaccionasen así? ● ¿Qué sentiste ante esa reacción?

		<p>b. Amigxs</p> <p>¿Tus amigxs saben acerca de tu orientación sexual?</p> <p>¿Cómo reaccionaron tus amigxs?</p> <p>¿Esperabas que reaccionasen así?</p> <p>¿Qué sentiste ante esa/s reacción/es</p> <p>¿Sientes que tu grupo de amigxs cercanxs cambió cuando saliste del clóset? ¿De qué forma?</p>
		<p>c. Comunidad LGBTQ</p> <p>¿Pudiste encontrar a alguien que estaba pasando o ya había pasado por una situación similar?</p> <p>En caso afirmativo, ¿qué sentiste?</p> <p>En caso negativo, ¿crees que esto te hubiese afectado de alguna forma?</p>
<p>Involucramiento con la comunidad y en actividades de acción colectiva</p>	<p>Explorar el nivel de involucramiento en acciones colectivas y su percepción sobre estas en relación con la mejora de la situación de la comunidad LGBTQ</p>	<p>¿Te sientes parte de la comunidad LGBTQ?</p> <p>¿Por qué?/¿Por qué no?</p> <p>¿Qué es lo que hace que sí/no te sientas parte de la comunidad?</p> <p>¿Cómo describirías la situación de la comunidad LGBTQ en el Perú?</p> <p>¿Consideras que puede mejorar? ¿En qué?</p>

		<p>¿Alguna vez te has involucrado en alguna actividad que haya tenido como objetivo revertir esta situación? ¿Qué actividad?</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo te sentiste?• ¿Cuál fue tu motivación para participar en esta actividad?
		<p>¿Dirías que este tipo de actividades pueden ayudar a mejorar la situación de la comunidad? ¿Por qué? ¿Cómo?</p>
Comentarios adicionales y cierre	Cierre	<p>¿Hay algo más que te gustaría agregar?</p>



Apéndice D

Ficha de datos sociodemográficos

Edad: _____

Nivel educativo: _____

Pareja: _____

Pertenencia a colectivos LGBTIQ+: _____

