|  |
| --- |
| **ACTIVIDAD 4 “Orientación sexual”** |

|  |
| --- |
| Videos: Orientación sexual y cambio de sexo: <https://www.youtube.com/watch?v=Fjua7W_XQXM>  - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - -  **ORIENTACIÓN SEXUAL**  **¿Qué es la orientación sexual?**  La orientación sexual es una atracción emocional, romántica, sexual o afectiva duradera hacia otros. Se distingue fácilmente de otros componentes de la sexualidad que incluyen sexo biológico, identidad sexual (el sentido psicológico de ser hombre o mujer) y el rol social del sexo (respeto de las normas culturales de conducta femenina y masculina).  La orientación sexual existe a lo largo del continuo que va desde la heterosexualidad exclusiva hasta la homosexualidad exclusiva e incluye diversas formas de bisexualidad. Las personas bisexuales pueden experimentar una atracción sexual, emocional y afectiva hacia personas de su mismo sexo y del sexo opuesto. A las personas con una orientación homosexual se las denomina a veces gay (tanto hombres como mujeres) o lesbianas (sólo a las mujeres).  La orientación sexual es diferente de la conducta sexual porque se refiere a los sentimientos y al concepto de uno mismo. Las personas pueden o no expresar su orientación sexual en sus conductas.  **¿Qué hace que una persona tenga una orientación sexual determinada?**  Existen muchas teorías acerca de los orígenes de la orientación sexual de una persona. La mayoría de los científicos en la actualidad acuerdan que la orientación sexual es más probablemente el resultado de una interacción compleja de factores biológicos, cognitivos y del entorno. En la mayoría de las personas, la orientación sexual se moldea a una edad temprana. Además, hay pruebas importantes recientes que sugieren que la biología, incluidos los factores hormonales genéticos o innatos, desempeñan un papel importante en la sexualidad de una persona.  Es importante reconocer que existen probablemente muchos motivos para la orientación sexual de una persona y los motivos pueden ser diferentes para las distintas personas.  **¿Es la orientación sexual una elección?**  No, los seres humanos no pueden elegir ser gay o heterosexuales. Para la mayoría de las personas, la orientación sexual surge a principios de la adolescencia sin ninguna experiencia sexual previa. Si bien podemos elegir actuar de acuerdo con nuestros sentimientos, los psicólogos no consideran la orientación sexual una elección consciente que pueda cambiarse voluntariamente.  **¿Puede la terapia cambiar la orientación sexual?**  No, aun cuando la mayoría de los homosexuales viven vidas felices y exitosas, algunas personas homosexuales o bisexuales pueden buscar un cambio en su orientación sexual a través de la terapia, a menudo como resultado de coacción por parte de miembros de su familia o grupos religiosos. La realidad es que la homosexualidad no es una enfermedad. No requiere tratamiento y no puede cambiarse. Sin embargo, no todas las personas gay, lesbianas y bisexuales que buscan la ayuda de un profesional de salud mental desean cambiar su orientación sexual. Las personas gay, lesbianas y bisexuales pueden buscar ayuda psicológica con el proceso de la revelación de su orientación sexual o el desarrollo de estrategias para lidiar con el prejuicio, pero la mayoría opta por la terapia por los mismos motivos y problemas de la vida que conducen a las personas heterosexuales a la consulta de los profesionales de la salud mental.  **¿Qué sucede con las denominadas "terapias de conversión"?**  Algunos terapeutas que siguen la denominada terapia de conversión informan que fueron capaces de cambiar la orientación sexual de sus clientes de homosexual a heterosexual. El examen detallado de estos informes, sin embargo, muestra varios factores que ponen en duda sus afirmaciones. Por ejemplo, muchas de estas afirmaciones provienen de organizaciones con una perspectiva ideológica que condena la homosexualidad. Asimismo, sus afirmaciones están mal documentadas; por ejemplo, no hay seguimiento al resultado del tratamiento ni informes al respecto, lo cual sería el estándar para probar la validez de cualquier intervención de salud mental.  La Asociación Americana de Psicología está preocupada por dichas terapias y el posible daño a los pacientes. En 1997, el Consejo de Representantes de la Asociación promulgó una resolución que reafirma la oposición de la psicología a la homofobia en el tratamiento y explicó en detalle el derecho de un cliente a un tratamiento imparcial y a la autodeterminación. Cualquier persona que ingresa en terapia para lidiar con problemas de orientación sexual tiene derecho a esperar que dicha terapia se realice en un entorno profesionalmente neutral, sin ningún prejuicio social.  **¿Es la homosexualidad una enfermedad mental o un problema emocional?**  No. Los psicólogos, psiquiatras y otros profesionales de la salud mental concuerdan en que la homosexualidad no es una enfermedad, un trastorno mental ni un problema emocional. Más de 35 años de investigación científica objetiva y bien diseñada han demostrado que la homosexualidad, en sí misma, no se asocia con trastornos mentales ni problemas emocionales o sociales. Se creía que la homosexualidad era una enfermedad mental porque los profesionales de la salud mental y la sociedad tenían información tendenciosa.  En el pasado, los estudios sobre personas gay, lesbianas y bisexuales incluían sólo aquellos bajo terapia, creando así una tendencia en las conclusiones resultantes. Cuando los investigadores examinaron los datos sobre dichas personas que no estaban bajo terapia, se descubrió rápidamente que la idea de que la homosexualidad era una enfermedad mental no era cierta.  En 1973, la Asociación Americana de Psiquiatría confirmó la importancia de una investigación nueva y mejor diseñada y suprimió a la homosexualidad del manual oficial que detalla los trastornos mentales y emocionales. Dos años después, la Asociación Americana de Psicología promulgó una resolución apoyando esta supresión.  Durante más de 25 años, ambas asociaciones solicitaron a todos los profesionales de la salud mental que ayuden a disipar el estigma de enfermedad mental que algunas personas todavía asocian con la orientación homosexual.  **¿Pueden las lesbianas, los hombres gay y los bisexuales ser buenos padres?**  Sí. Estudios que comparan grupos de niños criados por padres homosexuales y heterosexuales descubren que no hay diferencias en el desarrollo entre los dos grupos de niños en cuatro áreas críticas: su inteligencia, su adaptación psicológica, adaptación social y popularidad con sus amigos. También es importante darse cuenta de que la orientación sexual de un padre no indica la de sus hijos.  Otro mito acerca de la homosexualidad es la creencia equivocada de que hay una mayor tendencia entre los hombres gay, que entre los hombres heterosexuales, a abusar sexualmente de los niños. No hay pruebas para sugerir que los homosexuales abusen de los niños.  **¿Por qué algunos hombres gay, lesbianas y bisexuales les comentan a las personas sobre su orientación sexual?**  Porque compartir ese aspecto de sí mismos con los demás es importante para su salud mental. De hecho, se detectó que el proceso de desarrollo de identidad de las lesbianas, hombres gay y bisexuales denominado "destape" (revelación de su orientación sexual) se encuentra totalmente relacionado con la adaptación psicológica; cuanto más positiva es la identidad gay, lesbiana o bisexual, mejor es la salud mental de una persona y mayor es su autoestima.  **¿Por qué el proceso de "destape" resulta difícil para algunas personas gay, lesbianas y bisexuales?**  Para algunas personas gay y bisexuales el proceso de "destape" es difícil pero para otras no lo es. Con frecuencia, las personas lesbianas, gay y bisexuales sienten miedo, se sienten diferentes y solas cuando se dan cuenta de que su orientación sexual es diferente de la norma imperante en la comunidad. Esto resulta especialmente cierto para personas que perciben su orientación gay, lesbiana o bisexual en la niñez o adolescencia, lo que no es raro. Y dependiendo de sus familias y comunidades, pueden tener que luchar contra los prejuicios y la falta de información sobre la homosexualidad.  Los niños y adolescentes pueden sentirse especialmente vulnerables a los efectos nocivos de los prejuicios y estereotipos. También pueden temer ser rechazados por la familia, amigos, compañeros de trabajo e instituciones religiosas. Algunas personas gay deben preocuparse por perder sus empleos o ser objeto de actos de hostilidad en la escuela si se descubre su orientación sexual.  Lamentablemente, las personas gay, lesbianas y bisexuales tienen un mayor riesgo de ser objeto de ataques físicos y violencia que las heterosexuales. Estudios realizados en California a mediados de la década de 1990 indicaron que casi una quinta parte de todas las lesbianas y más de una cuarta parte de todos los hombres gay que participaron en el estudio, fueron víctimas de un delito motivado por odio basado en su orientación sexual. En otro estudio llevado a cabo en California en aproximadamente 500 adultos jóvenes, la mitad de todos los jóvenes participantes en el estudio admitieron alguna forma de agresión antigay, que va desde insultos hasta violencia física.  **¿Qué puede hacerse para superar el prejuicio y la discriminación que experimentan los hombres gay, las lesbianas y los bisexuales?**  Las investigaciones descubrieron que las personas que tienen actitudes más positivas hacia los hombres gay, las lesbianas y los bisexuales son aquellas que dicen que conocen bien a una o más personas gay, lesbianas y bisexuales, con frecuencia como amigo o compañero de trabajo. Por este motivo, los psicólogos creen que las actitudes negativas hacia las personas gay como grupo son prejuicios que no se basan en la experiencia real sino en estereotipos y falta de información. Asimismo, la protección contra la violencia y la discriminación es muy importante, del mismo modo que lo es para cualquier otro grupo minoritario. Algunos estados incluyen la violencia contra una persona en base a su orientación sexual como un "delito motivado por odio" y diez estados de Estados Unidos tienen leyes contra la discriminación por orientación sexual.  **¿Por qué es importante para la sociedad estar mejor concientizada sobre la homosexualidad?**  Es probable que al concienciar a todas las personas sobre su orientación sexual y homosexualidad se reduzca el prejuicio antigay. La información precisa sobre la homosexualidad resulta especialmente importante para los jóvenes que están apenas descubriendo y buscando entender su sexualidad, ya sea homosexual, bisexual o heterosexual. Los temores de que el acceso a dicha información haga que más personas se vuelvan gay no tienen fundamento; la información sobre la homosexualidad no hace que alguien se vuelva gay ni heterosexual.  **¿Están todos los hombres gay y bisexuales infectados con HIV?**  No, este es un mito común. En realidad, el riesgo de exposición al VIH está relacionado con la conducta de una persona, no con su orientación sexual. Lo que es importante recordar sobre el VIH/SIDA es que contraer la enfermedad (contagiarse) es algo que puede prevenirse mediante la práctica de sexo seguro y de no consumir drogas. |