

Sacramento Pinazo-Hernandis y Celia Carrascosa. Universidad de Valencia

PARTICIPACIÓN SOCIAL EN PERSONAS ADULTAS MAYORES LGTB COMO FACTOR DE PROTECCIÓN DE SALUD MENTAL

Las personas adultas mayores LGTB (lesbianas, gays, transexuales y bisexuales) se enfrentan a lo largo de la vida a los mismos problemas que cualquier persona en su proceso de envejecer pero además, se enfrentan a problemas específicos que pueden afectar a su salud mental.

No tenemos datos exactos en España del número de personas que conforman el grupo de adultos mayores de 65 años LGTB, pero Fredriksen-Goldsen y Kim (2015) estimaron que en Estados Unidos deben ser cerca de tres millones de personas (un 5,57% del grupo de mayores de 65 años) y se espera que esta cifra sea el doble en 2060 (un 11%). Haciendo un ejercicio de proyección futura y trasladados estos datos a la población española, teniendo en cuenta (INE, 2022) que las personas mayores de 65 años son el 20,08% -9,3 millones de personas-, estaríamos hablando aproximadamente de 518.000 personas mayores de 65 años LGTB.

En el último siglo, las personas LGTB han vivido múltiples situaciones de discriminación en las que expresar una orientación sexual o identidad de género, considerada como no normativa era causa suficiente para ser encarcelados, o enviados a terapias de re conversión. La identidad de género no normativa era calificada como delito o enfermedad mental. Estos aspectos, entre otros muchos, produjeron que muchas personas escondiesen y ocultasen su identidad de género u orientación sexual, llevando a menudo una doble vida, o bien viviesen su vida con normalidad pero sufriendo discriminación y estigmatización social, lo que generó una situación de estrés crónico y aislamiento social. Así lo refieren autores como Perone et al. (2020), quienes afirman que las personas adultas mayores LGTB enfrentan mayores riesgos de aislamiento social debido a las décadas de discriminación vividas.

En esta comunicación, se describen brevemente cuáles son los factores de riesgo pero también los factores de protección para un buen afrontamiento de las circunstancias vitales.

Factores de riesgo

Cuatro factores de riesgo de gran importancia y que a menudo van unidos son la soledad, el aislamiento, la falta de apoyo social y la discriminación.

El metanálisis realizado por Gorczynski y Fasoli (2021) examinó la relación entre soledad en personas de minorías sexuales y en personas heterosexuales. Los resultados mostraron que las personas pertenecientes a minorías sexuales tenían más sentimientos de soledad que las otras. Las causas pueden ser varias: 1) Las personas de minorías sexuales pueden carecer de un apoyo social adecuado por tener menos conexiones sociales; la mayor parte de ellos no tienen hijos; y muchos no tienen contacto con los miembros de la familia de origen (Detwiler et al., 2022). 2) Por otra parte, el miedo al rechazo también puede producir aislamiento social, y su consecuente separación de la participación social.

En el caso de las personas LGTB sin apoyo familiar, podrían necesitar ser cuidadas durante su vejez, lo que podría dar lugar a otro factor de riesgo para la salud mental, que sería el no recibir cuidados por parte de profesionales adecuadamente formados y poco sensibles a las necesidades concretas de las personas LGTB, por ejemplo, en casa o en centros residenciales (Donaldson, 2014).

La discriminación por identidad de género se une a la discriminación por edad en las personas adultas mayores LGTB.

Factores de protección

Pero las personas LGTB también pueden haber desarrollado factores de protección, tales como la resiliencia, la generatividad, la participación social en general o en conexión con la comunidad LGTB.

- a. *Resiliencia*. Muchos adultos mayores LGTB puntúan muy alto en escalas de resiliencia -que, como un muelle que consigue estirarse y volver siempre a su buena forma- se refiere a la capacidad de mitigar los impactos adversos del estrés y crecer ante la adversidad (Meyer, 2015).

- b. *Generatividad*. Los esfuerzos realizados por las personas LGTB para crear, reforzar y dar continuidad a la comunidad LGTB -y, por tanto, aumentar las cohesión y apoyo en la comunidad y de este modo contrarrestar conjuntamente la discriminación- son muchos y se asocian a la generatividad (Meyer, 2015). Para los adultos mayores LGTB, la generatividad podría representar una estrategia para dar visibilidad, valor y continuidad a la propia existencia a través de las generaciones siguientes (Rosati et al., 2021)
- c. La *participación social* de las personas LGTB puede actuar como un amortiguador contra los efectos adversos que la marginación o el estigma pueden producir en su bienestar psicológico. Además, sirve como una forma de generar una identidad grupal positiva para las poblaciones minoritarias que a menudo encuentran estigma por parte de la sociedad en general (Paceley et al., 2015). A través de la participación en una comunidad, asociación o grupo concreto, las personas pueden sentir mayor afirmación en su identidad y tener acceso a redes sociales y apoyo social. De manera más concreta, la participación en la comunidad LGTB se ha asociado con una mejor salud mental, un desarrollo de la identidad y la formación de una identidad grupal de gran importancia para los miembros de grupos minoritarios. Por esta razón, la participación social y la conexión con la comunidad LGTB proporcionará un entorno seguro y apoyo social, que actuará como factor de protección de la salud mental frente al estigma y discriminación.



Figura 1. Modelo de relación entre factores de riesgo y factores de protección y bienestar en las personas adultas mayores LGTB

En resumen, una comprensión holística y multidimensional de cómo es el envejecimiento de las personas LGTB requiere del reconocimiento por un lado, de las

dificultades, pero también de las fortalezas desarrolladas a lo largo de la vida. Esta perspectiva puede permitir avanzar hacia un modelo preventivo de promoción de la salud que reduzca problemas de salud mental y aportar, de este modo, una visión más positiva del envejecimiento en personas LGTB, que pase de la victimización al empoderamiento.

Referencias bibliográficas

- Detwiler, B., Caskie, G., Johnson, N. (2022) It's Complicated: Minority Stress, Social Support, In-Group Social Contact, and Sexual Minority Older Adults' Well-Being, *The Gerontologist*, 63 (2), 350-360. <https://doi.org/10.1093/geront/gnac092>
- Donaldson W.V., Vacha-Haase, T. (2014) Exploring Staff Clinical Knowledge and Practice with LGTB Residents in Long-Term Care: A Grounded Theory of Cultural Competency and Training Needs. *Clinical Gerontologist*, 39(5), 389-409. <https://doi.org/10.1080/07317115.2016.1182956>
- Fredriksen-Goldsen, K. I., Kim, H. J., Shiu, C., Goldsen, J., Emlen, C. A. (2015). Successful aging among LGBT older adults: Physical and mental health-related quality of life by age group. *Gerontologist*, 55(1), 154-168. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu081>
- Gorczyński, P., Fasoli, F. (2021). Loneliness in sexual minority and heterosexual individuals: a comparative meta-analysis. *Journal of Gay and Lesbian Mental Health*, 26(2), 112-119. <https://doi.org/10.1080/19359705.2021.1957742>
- Hoy-Ellis, C.P., Fredriksen-Goldsen, K.I. (2016). Lesbian, gay, y bisexual older adults: linking internal minority stressors, chronic health conditions, and depression. *Aging & Mental Health*, 20(11), 1119-1130. <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1168362>
- Meyer, I.H. (2015). Resilience in the study of minority stress and health of sexual and gender minorities. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(3), 209-213. <https://doi.org/10.1037/sgd0000132>
- Paceley, M.S., Keene, L.C., Lough, B.J. (2015). Motivations for involvement in nonmetropolitan LGTBQ organizations: A multimethod qualitative exploration. *Journal of Community Practice*, 23, 102-125. <https://doi.org/10.1080/10705422.2014.985412>
- Perone, A., Ingersoll-Dayton, B., Watkins-Dukhie, K. (2020). Social Isolation Loneliness Among LGTB Older Adults: Lessons Learned from a Pilot Friendly Caller Program. *Clinical Social Work Journal*, 48, 126-139. <https://doi.org/10.1007/s10615-019-00738-8>
- Rosati, F., Pistella, J., Giovanardi, G., Baiocco, R. (2021). Queer generativity in lesbian, gay, and bisexual older adults: Personal, relational, and political/social behaviours. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 31(6), 673-689.

<https://doi.org/10.1002/casp.2529>