

Respondiendo a sus preguntas sobre orientación sexual y homosexualismo

¿Qué es la orientación sexual?

La orientación sexual es una atracción constante hacia otra persona en el plano emotivo, romántico, sexual o afectivo. Es fácil diferenciarla de otros componentes de la sexualidad, incluso del sexo biológico, la identidad del género (el sentimiento psicológico de ser hombre o mujer) y el papel social que conllevan los géneros (tales como adhesión a ciertas normas culturales relacionadas con el comportamiento femenino o masculino).

La orientación sexual existe en torno a un continuum, que abarca desde la homosexualidad exclusiva hasta la heterosexualidad absoluta e incluye diversas formas de bisexualidad. Las personas bisexuales pueden sentir una atracción sexual, emotiva y afectiva hacia ambos sexos. Las personas que sienten una orientación homosexual se denominan gay (tanto hombres como mujeres) o lesbianas (solamente para referirse a las mujeres).

La orientación sexual es diferente del comportamiento sexual porque se refiere a los sentimientos de una persona y a la imagen que tiene de sí misma.

¿Qué factores condicionan la orientación sexual de una persona?

Existen varias teorías sobre los orígenes de la orientación sexual: hoy día la mayoría de los científicos considera que la orientación sexual es probablemente el resultado de una compleja interacción de factores ambientales, cognitivos y biológicos. En la mayoría de las personas la orientación sexual se determina a una edad muy temprana. En estos últimos tiempos también se ha podido comprobar que la biología, incluso los factores hormonales genéticos o innatos, desempeña un papel importante en la sexualidad de las personas. En síntesis, es importante reconocer que probablemente existen diversos motivos que explican la orientación sexual de una persona y que éstos son diferentes en cada caso.

¿La orientación sexual es una opción?

No, los seres humanos no pueden escoger ser homosexuales o heterosexuales. Para la mayoría de las personas, la orientación sexual se define al comienzo de la adolescencia, sin necesariamente pasar por una experiencia sexual. Si bien tenemos la opción de actuar, o no, en relación a esos sentimientos, los psicólogos no consideran que la orientación sexual sea un acto consciente que podamos cambiar a voluntad.

La orientación sexual es diferente del comportamiento sexual porque se relaciona con los sentimientos y la autoimagen. En su comportamiento las personas deciden expresar, o no, su orientación sexual.

¿Se puede cambiar la orientación sexual con terapia?

No. Si bien la mayoría de los homosexuales lleva una vida exitosa y feliz, algunos, a menudo bajo coerción por parte de sus familias o de grupos religiosos, desean cambiar su orientación sexual por medio de la terapia. Sin embargo, la realidad es que el homosexualismo no es una enfermedad. No requiere tratamiento y no se puede cambiar.

No obstante, cuando los homosexuales, las lesbianas y los bisexuales solicitan ayuda de un psicoterapeuta, no necesariamente es para cambiar su orientación sexual. Ocasionalmente, los homosexuales, las lesbianas y los bisexuales procuran asistencia psicológica para poder asumir su propia sexualidad, o para buscar estrategias que los ayuden a lidiar con el prejuicio, pero la mayoría de las veces cuando necesitan ayuda de la psicoterapia es por los mismos motivos existenciales que los heterosexuales.

¿Qué sabemos de las llamadas "terapias de conversión"?

Algunos psicoterapeutas, que practican lo que denominamos terapias de conversión, señalan haber logrado un cambio en la orientación sexual de sus clientes -de homosexual a heterosexual. Sin embargo, al examinar con mayor precisión dichos informes, observamos varios factores que nos hacen dudar de sus resultados. Por ejemplo, muchos

de estos informes provienen de organizaciones cuya perspectiva ideológica repudia la homosexualidad. Además, sus conclusiones carecen de fundamentación. Por ejemplo, no le dan un seguimiento temporal a sus resultados con miras a la presentación de un informe, tal como se hace comúnmente para corroborar los resultados de otras intervenciones.

La <American Psychological Association> (Asociación Norteamericana de Psicología) observa con cierta inquietud este tipo de terapias y su posible impacto perjudicial sobre los pacientes. En 1997, El Consejo de Representantes de la Asociación adoptó una resolución reafirmando la oposición de los profesionales ante la homofobia en los tratamientos y explicando los derechos que tienen los clientes a un tratamiento libre de todo prejuicio y a la autodeterminación. Cualquier persona que se somete a terapia para ahondar en los asuntos relacionados con su sexualidad tiene derecho a recibir dicho tratamiento en un entorno profesional imparcial, libre de todo prejuicio impuesto por la sociedad.

¿La homosexualidad es una enfermedad mental o un problema emocional?

No. Los psicólogos, psiquiatras y otros psicoterapeutas concuerdan en que la homosexualidad no es una enfermedad, un trastorno mental o un problema emocional. En más de 35 años de investigaciones científicas imparciales y bien diseñadas, se ha podido demostrar que la homosexualidad, de por sí, no está relacionada con trastornos mentales o problemas emocionales o sociales.

En una época se consideró a la homosexualidad como un trastorno mental porque los profesionales de esa disciplina y la sociedad contaban con información tendenciosa. En el pasado, los estudios sobre homosexuales, lesbianas y bisexuales, se concentraban exclusivamente en las personas bajo tratamiento psicoterapéutico, lo que daba un sesgo a sus conclusiones. Cuando los investigadores comenzaron a analizar la información relacionada con personas que no estaban bajo tratamiento, se dieron cuenta de inmediato que el concepto de la homosexualidad como enfermedad mental era falso.

En 1973, La <American Psychiatric Association> (Asociación Norteamericana de Psiquiatría) corroboró la importancia de las nuevas investigaciones sobre el tema y quitó a la homosexualidad del manual oficial que contiene la lista de enfermedades y trastornos mentales. Dos años más tarde la <American Psychological Association> adoptó una resolución apoyando esa decisión. Durante más de 25 años ambas Asociaciones han exhortado a los profesionales de sus respectivas disciplinas a que intenten eliminar el estigma que vincula la orientación sexual con trastorno mental.

¿Las lesbianas, los homosexuales y los bisexuales pueden ser buenos padres?

Si. Los estudios realizados comparando niños de padres homosexuales con los de padres heterosexuales no han encontrado ninguna diferencia de desarrollo entre estos dos grupos de niños en los siguientes cuatro ámbitos críticos: inteligencia, adaptación psicológica, adaptación social y popularidad con sus amistades. También es importante señalar que la orientación sexual de los padres no determina la de sus hijos.

Otro mito sobre la homosexualidad es la creencia errónea de que los homosexuales tienen una mayor tendencia a abusar sexualmente de los niños que los heterosexuales. No existen pruebas de que los homosexuales tiendan a un mayor abuso sexual de los niños que los heterosexuales.

¿Por qué algunos homosexuales, lesbianas y bisexuales conversan abiertamente sobre su orientación sexual?

Conversan sobre su sexualidad porque consideran importante para su propia salud mental el poder compartir ese aspecto de sí mismos con otras personas. De hecho, para los homosexuales, las lesbianas y los bisexuales, el proceso de evolución de su propia identidad está estrechamente vinculado con su adaptación psicológica -cuanto más positiva sea la identidad homosexual, lesbiana o bisexual, más sanos estarán psicológicamente y mayor será su autoestima.

¿Por qué es tan penoso para algunos homosexuales, lesbianas o bisexuales asumir su propia identidad sexual?

Para algunos homosexuales, lesbianas y bisexuales este proceso de asumir su propia identidad sexual es relativamente penoso, para otros no. A menudo las lesbianas, los homosexuales y los bisexuales, cuando se dan cuenta por primera vez que su orientación sexual es distinta a la norma, se sienten atemorizados, diferentes o solos.

Esto es aún más patente cuando las personas reconocen su orientación sexual durante su infancia o su adolescencia, lo que ocurre con relativa frecuencia. Según su conformación familiar y su entorno físico, tendrán acaso que luchar contra los prejuicios y la desinformación respecto a la homosexualidad. Los niños y los adolescentes son los más vulnerables a estos efectos nocivos de los prejuicios y estereotipos. Además, también temen ser rechazados por sus familias, amigos, colegas de trabajo e instituciones religiosas.

Algunos homosexuales se preocupan de que si su orientación sexual es conocida pueden perder su trabajo o ser hostigados en la escuela. Desafortunadamente, los homosexuales, las lesbianas y los bisexuales corren un mayor riesgo de ser agredidos físicamente, o de ser víctimas de actos de violencia, que los heterosexuales. Algunos estudios realizados en California a mediados de los años 90 demostraron que casi un quinto de todas las lesbianas y más de un cuarto de los homosexuales que participaron en las encuestas habían sido víctimas de algún delito violento desencadenado por el odio hacia su orientación sexual. En otro estudio, también realizado en California con cerca de 500 adolescentes, la mitad de los jóvenes admitieron haber sido víctimas de algún tipo de agresión anti-homosexual, desde los insultos hasta la violencia física.

¿Qué podemos hacer para superar el prejuicio y la discriminación que acosan a los homosexuales, las lesbianas y los bisexuales?

Las investigaciones realizadas hasta ahora han encontrado que las personas con la actitud más positiva hacia los homosexuales, las lesbianas y los bisexuales, son las que conocen íntimamente a alguno de ellos, sea debido a relaciones de amistad o de trabajo. Es por ese motivo que los psicólogos consideran que las actitudes negativas hacia los homosexuales emanan en general de prejuicios que no están arraigados en experiencias reales sino más bien en ideas preconcebidas y estereotipos.

Por otra parte, es importante, para este grupo de personas así como para cualquier minoría, protegerse de la discriminación y la violencia. Algunos estados del país tipifican como "delito de odio" cualquier acto de violencia basado en la orientación sexual de la persona agredida, y diez de éstos ya han promulgado leyes en contra de la discriminación sexual.

¿Por qué es tan importante que la sociedad esté mejor informada respecto a la homosexualidad?

Si educamos a todas las personas respecto a la orientación sexual y al homosexualismo lograremos reducir los prejuicios. En este sentido es particularmente importante educar a los jóvenes que están descubriendo su sexualidad -que sea homosexual, bisexual o heterosexual. Los temores expresados, según los cuales el acceso a ese tipo de información aumentará el número de homosexuales, no tienen validez. La información relacionada con la homosexualidad no hace que la gente se torne homosexual o heterosexual.

¿Todos los hombres homosexuales o bisexuales están infectados con el virus del SIDA?

No. Este es un mito comúnmente expresado. En realidad el riesgo de exposición al VIH está relacionado con el comportamiento de la persona y no con su orientación sexual. Lo que sí es importante recordar en relación al VIH/SIDA es que puede prevenirse empleando prácticas sexuales seguras y evitando el uso de drogas.