

2022 |

Discriminación y salud mental de las personas transgénero

Discrimination and Mental Health of Transgender People

María José Salazar Kenning

1er. semestre Investigación Documental
Docente Lic. Brenda Estremadoiro

RESUMEN

En la comunidad LGBT, el colectivo más discriminado y sujeto a críticas externas es el transgénero. En este grupo, es común encontrar casos de acoso, discriminación e invalidación hacia las personas, tanto en el ámbito social como en el laboral y clínico. Esto va de la mano con la exclusión dentro de la misma comunidad, especialmente en el círculo femenino trans. Además, el tema de la salud mental es invisibilizado en la sociedad y es aún más evidente en este colectivo, donde la invalidación, la depresión y la ansiedad son muy recurrentes.

Palabras Clave: depresión, discriminación, LGBT, personas Trans, salud mental

ABSTRACT

Within the LGBT community, the most discriminated and criticized group is the transgender community. Within this group, cases of harassment, discrimination and invalidation of individuals are common, not only in social settings but also in the workplace and clinical settings. This goes hand in hand with exclusion within the same community, particularly within the transgender female community. Furthermore, the topic of mental health is often invisible in society and is even more prevalent within this group, where issues such as invalidation, depression, and anxiety are common.

Key words: *depression, discrimination, LGBT, mental health, trans people*

Las personas de la comunidad LGBT, especialmente aquellas que no se sienten identificadas y conformes con su género, son objeto de odio por parte de aquellos que siguen una línea heteronormativa (Brown & Pantalone, 2011). Sin embargo, hay un colectivo específico dentro de la comunidad LGBT que recibe esta carga emocional, odio y repudio, hablamos de la comunidad transgénero. Las personas trans experimentan situaciones conocidas como dismorfia y disforia de género, lo que se refiere a la disconformidad con su género de nacimiento y el sexo asignado (Winter et al., 2016).

Los estudios que abordan la salud mental en la población trans toman en cuenta distintas variables. La primera y más importante, la discriminación que sufren en distintas esferas sociales. A partir de ella, se encuentran consecuencias en la salud mental de esta población, como lo evidencian estudios sobre su victimización, y su salud mental en la etapa escolar y en la adultez, encontrándose en ellos altos niveles de depresión, ansiedad, dismorfia corporal, entre otros. Así mismo, se observa que cuando buscan ayuda terapéutica sus síntomas remiten.

Discriminación social

Por otra parte, la discriminación está presente en distintos ambientes sociales. Schmidt et al. (2021) reportan que sus hallazgos afirman la necesidad de comprender los determinantes sociales que resultan en inequidades de salud mental entre las personas transgénero. Participantes de este estudio informaron sobre experiencias individuales y colectivas sobre las personas cis en una variedad de contextos sociales. Estos incluyeron experiencias de estrés de minorías de género, tales como discriminación, confusión de género, exclusión social y pérdida del apoyo social de amigos y familiares. Cuando las personas transgénero se sienten socialmente incluidas en los entornos sociales que apoyan sus identidades pueden lograr la equidad en salud mental y participar plenamente en la sociedad.

Sin embargo, no se puede negar la discriminación que reciben en diferentes ámbitos de la vida cotidiana. Para empezar, en el ámbito clínico existe una discriminación marcada hacia personas no-cis-genero. Rodríguez et al. (2017), quienes tomaron encuestas a más 2000 personas sobre la inclusión trans y la discriminación que reciben, llegaron a la conclusión de que los factores médicos son uno de los mayores exponentes cuando se habla de discriminación en las personas transgénero en lo referente al acceso a la atención médica. Por tanto, recomiendan realizar intervenciones para prevenir la discriminación en los entornos de atención de la salud.

Por otra parte, la discriminación hacia las personas trans puede ocurrir en igual proporción cuando se habla del ámbito laboral. Thoroughgood et al. (2017) realizaron un estudio sobre la estigmatización en el ámbito laboral hacia las personas trans. En particular, sus hallazgos son especialmente preocupantes para empleadores, tanto en términos de retención de trabajadores transgénero talentosos como con respecto a la responsabilidad que tienen todas las organizaciones de proteger el bienestar de sus empleados. En general, los resultados de las investigaciones solo pueden verse con ojos críticos resaltando el “infierno en tierra” que muchas personas transgénero pueden llegar a sufrir mientras trabajan en entornos hostiles o de otro tipo. Además, se debe tener en cuenta las dificultades para el acceso al empleo (especialmente para las mujeres) debido a la desigualdad de género. Según un estudio realizado en Medellín, Colombia, en 2020, la tasa de desempleo entre las mujeres es un 60,6% más alta que la de los hombres, lo cual evidencia la gran problemática de desigualdad y de brecha de género (Bohórquez & López, 2021).

Sobre el mismo tema de ambiente laboral se hace la pregunta “¿debería irme o quedarme?”. Una investigación detallada sobre el acoso y discriminación en el ambiente laboral demuestra que, en tercer puesto, tras las personas con capacidades especiales y las mujeres cis sin im-

portar su raza o etnia, se encuentran las personas transgénero, sobre todo las mujeres trans. Waite (2020), en su estudio encuentra que los empleados con diversidad de género y otras minorías son mucho más propensos que los empleados que no pertenecen a minorías a querer dejar su trabajo actual. Por tanto, es importante controlar el acoso y la discriminación en el lugar de trabajo, debido a que reduce significativamente e incluso puede eliminar el deseo de los empleados de minorías de abandonar sus trabajos. Esta es una clara evidencia para que los empleadores puedan beneficiarse de gran manera al fomentar la tolerancia y la diversidad en el ámbito laboral. La discriminación y humillación que sufren estas personas les obliga a mantener una visión crítica de las políticas existentes, y a no categorizar jurídicamente a los demás por la característica biológica (Pereira-García et al., 2020). Sin embargo, el estudio de Thoroughgood, Sawyer y Webste, (2017) hacen pensar en sesgos cognitivos a la hora de interpretar la realidad laboral, ya que encontraron que la cognición paranoica explica las relaciones entre las percepciones de discriminación en el trabajo de los empleados transgénero y sus actitudes laborales y bienestar.

Aunque el estudio de Waite (2020), muestra cómo en el sector público del Canadá, las dificultades al momento de tener empleo siendo hombre, mujer trans o trans no-binario son mayores a los de otros grupos. Este estudio es un primer paso, pero hay preguntas considerables que siguen sin respuesta, incluso si las personas transgénero experimentan barreras en la obtención de empleo, desigualdad salarial, acceso a la educación, formación, promociones y elección de ocupación en industrias.

Acoso y agresiones a mujeres y hombres trans

Tomando de base la discriminación, surge el término transfobia. En un estudio realizado me-

dante encuestas a personas cis para abordar temas como las personas transgénero, el bullying y el acoso, se encontró una prevalencia de personas transfóbicas y con tendencias a un bully. La prevalencia de la exposición a conductas de acoso hacia las personas transgénero niñas fue estadísticamente mayor en todos los casos que hacia los niños transgénero. De igual manera, el número de agresiones tanto en mujeres como en varones trans es bastante alta (Orue et al., 2021). Los resultados obtenidos sobre las diferencias de género muestran que los chicos puntúan más alto en la perpetración de actos transfóbicos, comportamientos y en actitudes transfóbicas sobre las chicas. De igual manera el estudio plantea que ambos, tanto chicas como chicos, están expuestos a comportamientos transfóbicos, pero los chicos frecuentan más estas actitudes (Orue et al., 2021).

Victimización

La victimización se define como "el acto o proceso de convertir a una persona en víctima a través de la violación de derechos con actos deliberados o involuntarios que causan daño" (Real Academia Española, s.f.). "Salir del clóset" como persona trans tiene un tinte negativo marcado si se comparan jóvenes-adolescentes con adultos (Goldblum et al., 2012). En este sentido, se puede asociar la prevalencia marcada de discriminación, acoso y violencia hacia estas personas, lo que radica en una tasa elevada de comportamientos suicidas, ansiedad generalizada y victimización (Goldblum et al., 2012)

En este sentido, la victimización está asociada significativamente con niveles bastante elevados de depresión y tendencias suicidas (Goldblum et al., 2012). En el estado de Virginia en EE.UU, se realizaron investigaciones basadas en encuestas tomando en cuenta parámetros de preguntas a más de 200 personas pertenecientes a la comunidad trans y LGBT. El resultado fue contundente, más de la mitad de ellos

afirmó haber sido víctima de violencia tanto física como verbal por su identidad de género. En esta investigación menos de la cuarta parte de las víctimas denunciaban, la mayoría de los estudiantes transgénero que fueron agredidos se negaron a informar estos eventos a los padres o maestros, ya que ellos se sentían inseguros en la escuela debido a su orientación. Los más jóvenes en edad, reportaban un mayor índice de victimización en comparación con los más adultos (Goldblum et al., 2012).

Por otra parte, se suele seguir el mismo patrón de victimización con los Trans No-Binarios (TNB), es decir, aquellos que no se identifican ni como mujer ni como varón. En la investigación de Kattari et al (2020) se describen las experiencias de violencia y victimización de esta población en los entornos de atención de la salud. Estas pueden resultar en: desconfianza médica, malas decisiones al no buscar atención médica necesaria y el impacto a largo plazo de no poder recibir atención médica de calidad. Por este motivo, los profesionales de la salud necesitan más educación, recursos y capacitación. Si no se toma en cuenta y no se trabaja hacia una atención de mejor calidad y una reducción de la victimización para las personas trans no-binarios, esta población seguirá experimentando maltrato y violencia en los establecimientos de salud.

Salud mental Escolar y Social

La investigación de Oswald y Lederer (2017) realizada con estudiantes de secundaria, corrobora la importancia respecto a la salud mental en personas trans. Este estudio fue realizado en Estados Unidos, en más de 117 colegios con personas que se consideraban transgénero, mujeres y hombres cis. La investigación duró 12 meses, y se trabajó con 12 condiciones de examinación: anorexia, ansiedad, trastorno por déficit de atención e hiperactividad, trastorno bipolar, bulimia, depresión, insomnio, trastorno obsesivo compulsivo, ataques de pánico, fobias, esquizofrenia y abuso de sustancias. En estos tres tipos de estudiantes universitarios hubo tres

picos altos cuando de salud mental se habla. El primero fue un reporte de ansiedad (11,6% en las personas cis y 33,4% en personas trans), seguido de depresión (10,4% en personas cis y 34,5% en personas trans), y, por último, ataques de pánico (5,3% en personas cis y 16,5% en personas trans). Los resultados del estudio indican porcentajes altos en depresión y ansiedad, en personas que se identifican como transgénero. Al mismo tiempo, mencionan que ellos tienen más riesgo de padecer condiciones y trastornos que afectan a su salud mental en comparación con personas cis género.

Dentro de este panorama, Mackie et al. (2021) comentan los posibles factores de riesgo y de protección en el entorno de la educación secundaria que están relacionados con la salud mental de los jóvenes transgénero. Estos hallazgos demostraron la relación entre el acoso y la victimización, incidiendo ambos en la salud mental de jóvenes transgénero en la educación secundaria, incluyendo de igual manera tendencias suicidas y depresión. Por este motivo, es de suma importancia que se implementen estrategias para promover la protección y concientización dentro del ámbito escolar, tales como programas eficaces para reducir factores de riesgo y tomar conciencia sobre la salud mental en estudiantes transgénero.

Depresión en personas adultas

En los estudios y análisis mencionados anteriormente, se hace hincapié en la depresión en la comunidad trans. Hoy-Ellis y Fredriksen-Goldsen (2017) realizan un análisis detallado sobre la depresión en personas transgénero adultas. En su investigación, casi la mitad de los adultos mayores transgénero experimentaban síntomas depresivos clínicamente significativos. En este estudio se menciona el heterosexismo, que es la creencia de que todos los individuos son heterosexuales y que la heterosexualidad es lo normal y lo aceptable, dejando a la homosexualidad y otras orientaciones sexuales en un lugar devaluado y desacreditado. Este heterosexismo in-

ternalizado puede estar vinculado con la depresión en esta población específica. Por ejemplo, las personas transgénero que han realizado la transición con éxito pueden experimentar menos consecuencias negativas de la internalización del heterosexismo y la consecuente depresión (Goldblum & Testa, 2012).

Dismorfia corporal

Visto desde otra perspectiva, la depresión no solo se inicia por heterosexismo normativo, también se puede presentar por la dismorfia corporal. Strübel et al. (2020), en su investigación evidencian en todos los grupos de identidad de género, la comparación entre el cuerpo y la vergüenza corporal. Además, la internalización del ideal de delgadez fue asociado con síntomas depresivos indirectamente a través del cuerpo. Esto se puede ver en el canon de belleza sobre la mujer cis al ser delgada y el hombre cis, fuerte y musculoso. Cuando se es parte de la comunidad trans y no se consigue llegar a esos cánones de belleza, se puede generar una frustración interna, que con el tiempo genera depresión en las personas.

Ansiedad

Para tocar el tema de ansiedad debemos tomar en cuenta que hay muchos disparadores de la misma, al tiempo que existen diversos métodos para validar cuantitativamente este tema. Chodzen et al. (2018), trabajaron con una muestra de participantes categorizados como Transgender and Gender Nonconforming (TGNC). Las conclusiones más relevantes, desde el punto de vista clínico, fueron que la ansiedad generalizada en personas jóvenes trans iba muy ligada a experiencias pasadas y casi en todas las pruebas los participantes presentaban tanto un Trastorno de Ansiedad Generalizada como un Trastorno de Depresión Mayor, siendo el porcentaje de ansiedad, mayor que el de depresión.

Al tocar el tema de la ansiedad dentro de la comunidad trans no se puede dejar de mencionar la ansiedad social que se puede generar. Un estudio realizado en residentes estadounidenses y canadienses mediante encuestas online llegó a la conclusión de que las personas vinculadas con la comunidad Transgender and Gender Nonconforming (TNGC) presentaban altos niveles de ansiedad social en áreas rurales, muy por el contrario, dentro de zonas urbanas y suburbanas la tasa de apoyo era elevada y la ansiedad se veía reducida. Kaplan et al. (2019) plantean que esto podría percibirse incongruente, pero toman la mentalidad abierta en zonas urbanas paralelamente a las zonas rurales. En este sentido, las personas en zonas rurales tienden a ser de mente cerrada hacia todo aspecto de la comunidad LGBT, desde otro punto de vista en la sub urbanidad se siente con fuerza las comitivas y el soporte en todo sentido a las personas TNGC (Kaplan et al., 2019).

Relación de la salud mental en personas trans con y sin terapeuta

Debido a la relación significativa percibida entre la victimización y el rechazo que pueden recibir las personas trans, se comparó la salud mental entre personas cis y del colectivo LGTB. Las diferencias se pudieron evidenciar en el estudio longitudinal, de tres años de duración, realizado por Bouman et al. (2016). En esta investigación participaron alrededor de 913 personas de entre 15 y 79 años de edad, donde 582 personas se identificaba como mujer trans y 331 personas como hombres trans. De esta muestra, 640 personas no poseían un terapeuta. Por otra parte, 249 de los participantes estaban en tratamiento con terapeutas.

Las conclusiones de este estudio evidenciaron diferencias marcadas entre las personas que estaban bajo el tratamiento terapéutico y quienes no lo estaban. Las personas que estaban bajo tratamiento fueron categorizadas como "sin

trastorno de ansiedad" en comparación con su contraparte. Por consiguiente, el uso de terapeutas era más prevalente en mujeres trans y los síntomas de ansiedad eran más marcados en hombres trans.

Se puede interpretar que este estudio marca síntomas de ansiedad siendo más preponderantes en géneros femeninos asignados al nacer y personas que no estaban en tratamiento. Por otra parte, el tratamiento de hormonas asistido es mucho más eficiente tanto en hombres como mujeres trans cuando poseen asistencia psicológica y médica constante. De este modo, se puede evidenciar que el uso de un terapeuta asistido en caso de personas trans tiene un impacto en su salud mental, reduciendo en este caso el porcentaje de trastorno de ansiedad en los pacientes (Bouman et al., 2016).

Conclusión

Las personas trans dentro y fuera del colectivo, enfrentan adversidades en su día a día, significativamente más a las personas cis heterosexuales (Brown & Pantalone, 2011). Violencia tanto física como verbal no es reportada, esto radica en el elevado índice de comportamientos suicidas, ansiedad y victimización. Experiencias como la poca escucha en el ámbito clínico y escolar genera sentimientos de rechazo hacia la comunidad trans (Winter et al., 2016).

Por otro lado, se encontraron índices elevados de depresión y ansiedad en estudiantes trans, en escuelas y universidades. Esto indica un foco de factor de riesgo en la salud mental no solo sobre las personas trans, sino sobre la comunidad LGBT en general. Por su parte, las personas trans con un Certified Hand Therapist (CTH) muestran una reducción considerable de sintomatología depresiva y ansiosa más el consumo de hormonas en contraste con el gran porcentaje que no asiste a terapia y regula su ingesta de hormonas individualmente (Bouman et al., 2016).

En relación a la depresión en personas trans, se obtuvieron resultados detallados sobre sintomatología depresiva, dando como resultado la naturaleza transicional de persona cis a trans y los estresores que surgen en esta etapa concluyen en depresión generalizada y no solo eso, al descubrir la identidad del género que se desea obtener inicia la dismorfia corporal, un gran disparador para la ansiedad. Por la misma línea, dentro de un estudio a personas trans en el área rural, se observa que la tasa de ansiedad generalizada es mayor en zonas rurales que en la ciudad, debido al fuerte índice de mentalidad cerrada (Kaplan et al., 2019).

Tomando en cuenta la precaria salud mental de las personas trans, el ámbito clínico, laboral y el escolar no se quedan atrás. Se ha demostrado con investigaciones que dentro del ámbito clínico existe discriminación al momento de la subvención de hormonas en personas trans; en el ámbito escolar los colegios poseen poca información y esto desencadena en bullying tanto físico como verbal. Por último, en el ámbito laboral, existe una fuerte tasa de desempleo en mujeres trans, siendo mucho más elevado que en hombres trans debido al estigma que la sociedad tiene sobre ellos (Bouman et al., 2016).

Ante el desconocimiento de este segmento social se recomienda la capacitación en el área de educación, clínica y laboral para que puedan conocer a mayor profundidad este segmento de la sociedad y puedan ser incluidos como tal. De igual manera, se incita a investigar más sobre la salud mental en minorías, en este caso, la comunidad trans. La escasa información que se tiene dentro del país obliga a tomar información externa la cual refleja información detallada de otro ambiente cultural y social, no pudiendo recolectar información detallada de nuestro entorno.

Referencias

- Bohórquez Espinel, B., & Castro López, M. (2021). Discriminación de Mujeres Trans en el Ámbito Laboral. *Poliantea*, 16(29), 31-39. <https://doi.org/10.15765/poliantea.v16i29.2920>
- Bouman, W. P., Claes, L., Brewin, N., Crawford, J. R., Millet, N., Fernandez-Aranda, F., & Arcelus, J. (2016). Transgender and anxiety: A comparative study between transgender people and the general population. *International Journal of Transgenderism*, 18(1), 16-26. <http://dx.doi.org/10.1080/15532739.2016.1258352>
- Brown, L., & Pantalone, D. (2011). Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Issues in Trauma Psychology: A Topic Comes Out of the Closet. *Traumatology*, 17(2), 1-3. <https://doi.org/10.1177/1534765611417763>
- Chodzen, G., Hidalgo, M. A., Chen, D., & Garofalo, R. (2018). Minority Stress Factors Associated with Depression and Anxiety Among Transgender and Gender-Nonconforming Youth. *Journal of Adolescent Health*, 1(2), 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.07.006>
- Davis, H. F. (2017). Why the “transgender” bathroom controversy should make us rethink sex-segregated public bathrooms. *Politics, Groups, and Identities*, 6(2), 199–216. <https://doi.org/doi:10.1080/21565503.2017.133897>
- Goldblum, P., Testa, R. J., Pflum, S., Hendricks, M. L., Bradford, J., & Bongar, B. (2012). The Relationship Between Gender-Based Victimization and Suicide. *Professional Psychology: Research and Practice*, 45(5), 468-475. <https://doi.org/10.1037/a0029605>
- Goldblum, P., Testa, R., Hendricks, M., Bradford, J., & Bongar, B. (2012). The Relationship Between Gender-Based Victimization and Suicide Attempts in Transgender People. *Professional Psychology: Research and Practice*, 43(5), 468-475. <https://doi.org/10.1037/a0029605>
- Hoy-Ellis, C. P., & Fredriksen-Goldsen, K. I. (2017). Depression Among Transgender Older Adults: General and Minority Stress. *Community Psychology*, 59(34), 295-365. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12138>
- Kaplan, S. C., Butler, R. M., Devlin, E. A., Testa, R. J., Horenstein, A., Swee, M. B., & Heimberg, R. G. (2019). Rural Living Environment Predicts Social Anxiety in Transgender and Gender Nonconforming Individuals across Canada and the United States. *Journal of Anxiety Disorders*, 66, 102-116. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.102116>
- Kattari, S. K., Bakko, M., Langenderfer-Magruder, L., & Holloway, B. T. (2020). Transgender and Nonbinary Experiences of Victimization in Health Care. *Journal of Interpersonal Violence*, 1(2), 1-23. <https://doi.org/10.1177/0886260520905091>
- Mackie, G., Lambert, K., & Patlamazoglou, L. (2021). The Mental Health of Transgender Young People in Secondary Schools: A Scoping Review. *School Mental Health*, 13(1), 13-27. <https://doi.org/10.1007/s12310-020-09403-9>
- Orue, I., Larrucea-Iruretagoyena, M., & Calvete, E. (2021). Transphobic bullying: Relationships between attitudes, observation, and perpetration. *Psychology in the Schools*, 58(9), 1832–1843. <https://doi.org/10.1002/pits.22569>
- Oswalt, S. B., & Lederer, A. M. (2017). Beyond

- Depression and Suicide: The Mental Health of Transgender College Students. *Social Sciences*, 6(1), 1-20. <https://doi.org/10.3390/socsci6010020>
- Pereira-García, S., Devís-Devís, J., Pérez-Samaniego, V., Fuentes-Miguel, J., & López-Cañada, E. (2020). Las Personas Trans e Intersexuales en el Deporte Competitivo Español: Tres Casos. *Revista Internacional De Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 20(80), 539–551. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2020.80.005>
- Real Academia Española. (s.f).Victimización. En *Diccionario panhispánico de español jurídico*. Recuperado el 13 de enero de 2023 de <https://dpej.rae.es/dpej-lemas/victimizaci%C3%B3n>
- Rodríguez, A., Agardh, A., & Asamoah, B. O. (2017). Self-Reported Discrimination in Health-Care Settings Based on Recognizability as Transgender: A Cross-Sectional Study Among Transgender U.S. Citizens. *Archives of Sexual Behavior*, 47(4), 973–985. <https://doi.org/10.1007/s10508-017-1028-z>
- Schmidt, J. M., Ellis, S., F, J., Byrne, V. L., & Tan, K. J. (2021). It's how the world around you treat you for being trans': mental health and wellbeing of transgender people in Aotearoa New Zealand. *Psychology & Sexuality*, 13(5) 1109-1121. <https://doi.org/10.1080/19419899.2021.1897033>
- Strübel, J., Sabik, N. J., & Tylka, T. L. (2020). Body image and depressive symptoms among transgender and cisgender adults: Examining a model integrating the tripartite influence model and objectification theory. *Body Image*, 35, 53-63. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.08.004>
- Thoroughgood, C. N., Sawyer, K. B., & Webster, J. R. (2017). What lies beneath: How paranoid cognition explains the relations between transgender employees' perceptions of discrimination at work and their job attitudes and wellbeing. *Journal of Vocational Behavior*, 103, 99–112. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2017.07.009>
- Waite, S. (2020). Should I Stay or Should I Go? Employment Discrimination and Workplace Harassment against Transgender and Other Minority Employees in Canada's Federal Public Service. *Journal of Homosexuality*, 68(11), 1833–1859. <https://doi.org/10.1080/00918369.2020.1712140>
- Winter, S., Diamond, M., Green, J., Karasic, D., Reed, T., Whittle, S., & Wylie, K. (2016). Transgender people: health at the margins of society. *The Lancet*, 388(10042), 390-400. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)00683-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00683-8)