

## Familias que apoyan a hijos/as LGBT

La noticia de que un/a hijo/a es gay, lesbiana, bisexual, transgénero (LGBT) o tiene dudas sobre su orientación sexual o identidad de género puede ser una noticia difícil para algunos padres y madres biológicas, sustitutas o adoptivas. Para otros, la información es bienvenida, y la reconocen como una señal de confianza. La manera como los padres y madres responden a su hijo/a LGBT tiene un gran impacto en el desarrollo saludable del/de la joven y en la calidad de su relación familiar.

### NO ESTÁS SOLO

Al enterarte de que tu hijo/a es LGBT, puedes sentir varias emociones desde alivio y aceptación hasta shock, negación, culpabilidad y enojo. No estás solo en esta experiencia. Aproximadamente una de cada cuatro familias en el país tiene un miembro LGBT. Muchas familias se aíslan y desconocen las herramientas disponibles en su comunidad para ayudarles. Por ti y por tu hijo/a, es fundamental que busques recursos, apoyo y educación para que tu comprensión y aceptación se nutran. La organización Padres, Familiares y Amistades de Lesbianas y Gays (*Parents, Families and Friends of Lesbians and Gays* [PFLAG]) ofrece grupos de apoyo conformados por voluntarios en todo el país (visita: [www.pfl-ag.org](http://www.pfl-ag.org) para encontrar el más cercano). Lo más importante es que le reafirmes a tu hijo/a tu amor incondicional.

### APRECIA LA FUERZA Y EL VALOR QUE TOMA SALIR DEL CLOSET

Si tu hijo/a te cuenta que se identifica como LGBT, puede que este paso le haya costado mucho esfuerzo y valor. Ahora depende de ti igualar su valentía, con tu compromiso, amor y apoyo. Tus expresiones de afecto y aceptación son extremadamente importantes para el bienestar de tu hijo/a. Un estudio del Proyecto en Familia (*Family Acceptance Project* [FAP]) demuestra que hay un vínculo específico entre ciertos comportamientos de rechazo de los padres, madres o del cuidador y los problemas de salud en lesbianas, gays y bisexuales en edad adulta.<sup>1</sup> Estos problemas incluyen intentos de suicidio, niveles altos de depresión, consumo de drogas, y sexo sin protección.<sup>2</sup> Un estudio reciente del FAP encontró que “la aceptación de la familia en la adolescencia está asociada con resultados favorables en la salud de los adultos jóvenes (autoestima, apoyo social, y salud general) y los protege de resultados desfavorables (depresión, abuso de sustancias químicas, e ideas e intentos de suicidio)”.<sup>3</sup>

Si te enteras de que tu niño/a es LGBT por otra fuente, evita enfrentarlo/a. Por lo contrario, trata de generar un ambiente lleno de fortaleza, valentía y respeto para que tu hijo/a se sienta cómodo/a y pueda confiar en ti. Esfuérzate por apreciar a tu niño/a, su identidad y su decisión de contarte o no.

### EXPANDE TU CONOCIMIENTO SOBRE TEMAS LGBT

No creas en los mitos infundados y estereotipos sobre las personas LGBT. Existe literatura específica para padres y madres de jóvenes LGBT que puede ayudarte a ampliar tu conocimiento y mejorar la relación con tu hijo/a. Puedes obtenerla a través de PFLAG, tu biblioteca local, librería, centro comunitario LGBT (para localizar el más cercano, visita el portal de la Asociación Nacional de Centros Comunitarios LGBT: [www.lgbtcenters.org](http://www.lgbtcenters.org)) o Proyecto en Familia (<http://familyproject.sfsu.edu/espanol>).

### COMPRENDE LA IMPORTANCIA DE TU APOYO

Tu reacción a la orientación sexual de tu hijo/a, o a su identidad de género tiene un gran impacto en su vida. Los/las jóvenes LGBT que son rechazados por sus padres y madres experimentan un riesgo mucho más alto de depresión, suicidio y abuso de sustancias, comparados con los que son aceptados por sus familias. Muchos padres y madres desarrollan una relación más fuerte y cercana con los jóvenes LGBT, una vez son conscientes de la importancia de su apoyo.

### FOMENTANDO TRANSICIONES

Una iniciativa conjunta de CWLA y Lambda Legal



1 Texto completo en inglés en: Caitlin Ryan, David Huebner, Rafael M. Diaz & Jorge Sanchez, Family Rejection as a Predictor of Negative Health Outcomes in White and Latino Lesbian, Gay, and Bisexual Young Adults, 123 *Pediatrics* 346, 346 (2009).

2 Ver id. at 349-350.

3 Caitlin Ryan, Stephen T. Russell, David Huebner, Rafael Diaz & Jorge Sanchez, Family Acceptance in Adolescence and the Health of LGBT Young Adults, 23 *J. Child & Adolescent Psychiatric Nursing* 205, 210 (2010).

## NO TRATES DE CAMBIAR LA ORIENTACIÓN SEXUAL O IDENTIDAD DE GÉNERO DE TU HIJO/A

Aunque suela suceder que los jóvenes pasan por un proceso para entender su orientación sexual o identidad de género, es importante entender que estos rasgos son una parte de la identidad individual y no pueden ser cambiados, sea la persona LGBT o no. Desconfía de las organizaciones, religiosas o laicas, que promueven “librarse de la homosexualidad” por medio de “conversión” o terapia “reparativa”. Estas declaraciones están basadas en la creencia errónea de que hay algo mal con la gente LGBT. Las principales organizaciones profesionales como la Asociación Americana de Psicología, la Asociación Americana de Psiquiatría y la Asociación Médica Estadounidense han publicado advertencias en contra de estas terapias y los efectos perjudiciales que producen en las personas que son sometidas a ellas.<sup>4</sup>

Estas organizaciones han reconocido por mucho tiempo que el ser lesbiana o gay no impide vivir una vida feliz, sana y productiva, y que la gran mayoría de las personas lesbianas y gay funcionan bien en diferentes actividades y relaciones interpersonales. Los expertos de salud mental consideran que las terapias de conversión son ineficaces, poco éticas y la causa de un riesgo aumentado de depresión, ansiedad y comportamientos autodestructivos. En vez de tratar de cambiar a tu hijo/a LGBT, proporciónale tu apoyo.

## DEFIENDE A TU HIJO/A SI LE HACEN DAÑO O LO/LA ACOSAN

Como padre o madre es tu deber el proteger a tu hijo/a LGBT de daños y acoso —en la escuela, vecindad y comunidad— de la misma manera que lo harías con cualquier otro hijo/a. Esto es aún más importante si tu hijo/a acaba de tomar la decisión de declararse como LGBT en la escuela o con sus amigos. Las investigaciones muestran que la juventud LGBT corre mayores riesgos de acoso y violencia por parte de sus compañeros que jóvenes que no son LGBT. Demuéstrale a tu hijo/a que estás de su lado.

<sup>4</sup> Según la Asociación Americana de Psiquiatría: “Las modalidades psicoterapéuticas para convertir o ‘reparar’ la homosexualidad están basadas en teorías

del desarrollo cuya validez científica es cuestionable. Mas aun, los reportes anecdóticos de daño psicológico contrarrestan los reportes anecdóticos de las ‘recuperaciones’ (...) APA recomienda que los profesionales éticos se abstengan de dichos intentos de cambiar la orientación sexual de los individuos” Texto completo en inglés en: Am. Psychiatric Ass’n, APA Document Reference No. 200001, Therapies Focused on Attempts to Change Sexual Orientation (Reparative or Conversion Therapies) (2000).

La Asociación Americana de Psicología afirma que: “Los tratamientos que están basados en suposiciones a priori sobre la homosexualidad o la atracción de personas del mismo sexo como desordenes mentales o psicopatologías, o en estereotipos erróneos sobre las personas LGB, deben ser evitados, porque son contrarios a los datos empíricos y porque los reportes sobre los daños de dichas terapias demuestran que pueden reforzar estereotipos restrictivos, aumentar la estigmatización interna, y limitar el desarrollo del cliente”. Texto completo en inglés en: Am. Psychological Assoc., Report of the American Psychological Association Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation (2009) at 86-87, disponible en: [www.apa.org/pi/lgbt/resources/therapeutic-response.pdf](http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/therapeutic-response.pdf)

La Asociación Médica Estadounidense (AMA por sus siglas en inglés) también está de acuerdo, y declara que: “Nuestra AMA...se opone al uso de terapias ‘reparativas’ o de ‘conversión’ basadas en suposiciones per se de que la homosexualidad es un desorden mental o la suposición a priori de que el/la paciente debe cambiar su orientación homosexual”. Texto completo en inglés en: Am. Med. Ass’n, AMA Policies on GLBT Issues, Patient-Centered Policy H-160.991, Health Care Needs of the Homosexual Population (2005), disponible en: [www.ama-assn.org/ama/pub/about-ama/our-people/member-groups-sections/glb-advocacy-committee/ama-policyregarding-sexual-orientation.page](http://www.ama-assn.org/ama/pub/about-ama/our-people/member-groups-sections/glb-advocacy-committee/ama-policyregarding-sexual-orientation.page).

## RECONCILIA ESTA NUEVA INFORMACIÓN CON TUS CREENCIAS RELIGIOSAS

Enterarse de que tu hijo/a es LGBT puede ser un gran desafío si sientes que tu fe o religión se opone a la homosexualidad. El ser LGBT no afecta la capacidad de una persona de ser espiritual o religiosa más que el ser heterosexual. Aunque algunas denominaciones religiosas continúan condenando la homosexualidad y la identidad transgénero, otras apoyan los derechos gay y a los individuos LGBT públicamente. Dentro de muchas comunidades religiosas hay grupos de apoyo para miembros LGBT y sus familias, incluyendo a la organización Dignity para católicos ([www.dignityusa.org](http://www.dignityusa.org)) y Affirmation para mormones ([www.affirmation.org](http://www.affirmation.org)). Puedes buscar recursos y consejos para reconciliar tus creencias religiosas con el compromiso hacia tu hijo/a LGBT.

“ Mi sueño es vivir en una familia que me acepte y donde pueda ser tan sólo un niño ” .  
—Joven en custodia estatal

 **Lambda Legal**  
abogando por la igualdad

**Lambda Legal**

120 Wall Street, Suite 1900  
Nueva York, NY 10005  
866-LGBTTeen ó 212-809-8585

[www.lambdalegal.org](http://www.lambdalegal.org)

 **CWLA**  
Together, Making Children  
and Families a National Priority

**Child Welfare League of America**

2345 Crystal Drive, Suite 250  
Arlington, VA 22202  
703-412-2400

[www.cwla.org](http://www.cwla.org)