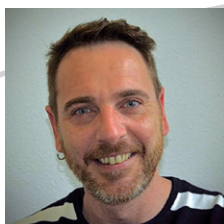
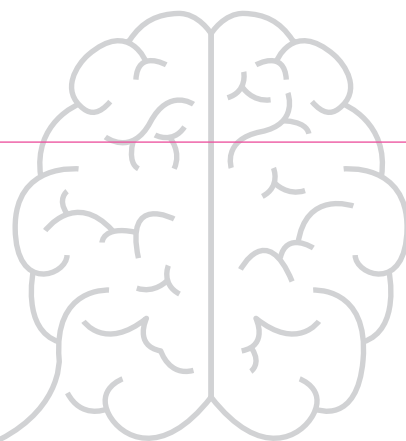


## SEXUALIDADES DIVERSAS Y SALUD



**DR. DAVID CÁMARA LIÉBANA**

Enfermero. Profesor del Departamento de Enfermería.  
Facultad de Enfermería. Universitat de Girona.



A pesar de que la evidencia indica que existe una relación positiva entre la satisfacción sexual, el bienestar, la calidad de vida y la salud física y mental<sup>1</sup> y que sabemos que la sexualidad es una parte fundamental del ser humano, existen carencias en su abordaje por parte de los profesionales de la salud, ya sea por falta de formación específica o por los prejuicios.

Considerar la salud sexual a partir de una perspectiva multidimensional, que integre aspectos como el placer, el erotismo, el sexo biológico, la orientación sexual, así como la identidad de género y su expresión, es esencial para hacer un correcto abordaje. Además, debe tenerse en cuenta que la sexualidad en su conjunto está influenciada por aspectos como la religión, el sistema político en el que se vive, las normas morales de la sociedad y la cultura.

Por lo tanto, tener una buena salud y bienestar sexual implica tener en cuenta todos estos aspectos, así como la vivencia de la sexualidad desde la satisfacción plena, libre de discriminación, coacción y violencia<sup>2,3</sup>.

Para que esta libertad sea real, se debe considerar la existencia de sexualidades diversas, no estáticas, y cambiantes a lo largo de la vida de las personas. Pero la dificultad reside en que vivimos en un contexto social que opera en los paradigmas de la heterosexualidad y en un sistema binario hombre/mujer, el cual rehúye de la diversidad y la excluye.

En este contexto, las personas lesbianas, gais y bisexuales (LGB), se enfrentan desde el nacimiento a una heterosexualidad impuesta, supuesta y forzada, que hace que la construcción de su identidad sea, en algunos de los casos, una etapa conflictiva, en la que tienen que experimentar situaciones y vivencias difíciles hasta aceptarla e integrarla, cosa que, por el contrario, no experimentan las personas heterosexuales.

Algunas investigaciones alertan de las consecuencias para las personas LGB de soportar la violencia, el estigma, los prejuicios y la discriminación que emana de una sociedad heteropatriarcal y heterosexista. Algunas de estas consecuencias son un riesgo más alto de padecer problemas de salud mental, tales como la depresión, los trastornos de ansiedad, y una mayor tasa de alcoholismo y de consumo de psicofármacos y otras drogas<sup>4,5</sup>, junto con el *bullying* homofóbico, que es la primera causa de *bullying* en los centros educativos, principalmente, en adolescentes gais<sup>6</sup>.

Por estos motivos, impera la necesidad de elaborar políticas públicas en las que el sistema de salud y sus profesionales se impliquen en la lucha contra un sistema que excluye y estigmatiza —a veces, de manera silenciosa— a las personas con sexualidades diversas, por las consecuencias que conlleva para su bienestar y su salud.

Para conseguirlo, es imprescindible impulsar la formación de grado y posgrado sobre sexualidad y salud sexual en las ciencias de la salud con una mirada amplia, que no sea cisheterocentrista y que no reduzca los conocimientos en sexualidad a la reproducción y la prevención de infecciones de transmisión sexual.

Los profesionales de la salud tienen la obligación de conocer las necesidades en salud sexual de la población, y esto incluye también a las personas LGB, que deben ser atendidas de manera justa y equitativa y libres de un modelo de atención heterosexista.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Flynn KE, Lin L, Watkins Bruner D, Cyranowski JM, Hahn EA, Jeffery DD, et al. Sexual satisfaction and the importance of sexual health to quality of life throughout the life course of U.S. adults. *J Sex Med.* 2016;13(11):1642-50.
2. Pitts RA, Greene RE. Promoting positive sexual health. *Am J Public Health.* 2020;110(2):149-50.
3. Gruskin S, Kismödi E. A call for (renewed) commitment to sexual health, sexual rights, and sexual pleasure: a matter of health and well-being. *Am J Public Health.* 2020;110(2):159-60.
4. Wittgens C, Fischer MM, Buspavanich P, Theobald S, Schweizer K, Trautmann S. Mental health in people with minority sexual orientations: a meta-analysis of population-based studies. *Acta Psychiatr Scand.* 2022;145(4):357-72.
5. King M, Semlyen J, See Tai S, Killaspy H, Osborn D, Popelyuk D, et al. A systematic review of mental disorder, suicide, and deliberate self harm in lesbian, gay and bisexual people. *BMC Psychiatry.* 2008;8:70.
6. Toomey RB, Russel ST. The role of sexual orientation in school-based victimization: a meta-analysis. *Youth Soc.* 2016;48(2):176-201.