

Prevención del suicidio en personas LGBTIQ+

Es ideal que la persona especialista en salud mental esté capacitada en suicidología para una intervención terapéutica efectiva.

Pero se pueden tomar en cuenta algunas pautas a la hora de la atención. Es importante que la persona especialista conozca sobre planes de intervención en momentos de crisis y cuente con estrategias para brindarle a la persona consultante **habilidades de regulación emocional y tolerancia al malestar** que pueda usar durante estos momentos de riesgo suicida.

Es clave trabajar la **psicoeducación con la familia** para brindar información precisa, derribar mitos sobre el suicidio y fomentar un entorno de apoyo a la persona LGBTIQ+. Debe evitarse cualquier práctica de conversión o intento de modificar su orientación, identidad o expresión de género.

El trabajo de prevención del suicidio desde lo socio – cultural consiste en:

- Identificar factores de riesgo para suicidio y violencia/invalidación en personas LGBTIQ+.
- Informar sobre sexualidad.
- Conocer a personas LGBTIQ+.
- Conocer sobre derechos humanos.
- Conocer sobre discriminación específica para personas de la comunidad.
- Orientar hacia la ayuda en la aceptación.
- Trabajo personal
- Trabajo comunitario

¡Importante!

Si hubiera una crisis, puedes llamar al 113 opción 5, **¡están las 24 horas!**



¿Qué herramientas legales existen para la defensa de personas LGBTIQ+?

- En el Código penal existe el **Artículo 323** que penaliza la Discriminación e incitación a la discriminación.
- El **Decreto Legislativo 1323-2017** indica que la orientación sexual y la identidad de género son categorías de discriminación que se deberían tener en cuenta al momento de imponer sanciones.
- El **Código de protección y defensa del consumidor** establece que: “Los proveedores no pueden establecer discriminación alguna por motivo de origen, raza, sexo, idioma, religión, opinión, condición económica o de cualquier otra índole, respecto de los consumidores se encuentren estos dentro o expuestos a una relación de consumo” (art. 38).

¿Quieres conocer más?

Descarga nuestra guía completa de enfoque afirmativo.

En esta guía juntamos la información que nuestra organización ha acumulado en estos años de trabajo sobre el enfoque afirmativo. Encuéntrala en:

masigualdad.pe/descargas



Búscanos en redes como:
@masigualdadpe



Más **Igualdad**

masigualdad.pe

ENFOQUE AFIRMATIVO EN LA SALUD MENTAL

Caminando hacia una atención inclusiva y respetuosa



Más **Igualdad**

Con el apoyo de:

triángulo
cooperación

Financiado por:

NO8DO
AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

¿Qué es el Enfoque Afirmativo?

El enfoque afirmativo puede entenderse como un **enfoque terapéutico** que ve a las identidades lésbicas, gays, bisexuales, trans y no binarias, **como identidades y relaciones válidas**. Implica una práctica respetuosa de los derechos humanos, una atención basada en información de la realidad y problemáticas que viven las personas LGBTIQ+.

¿Cuál es la situación de las personas LGBTIQ+ en el Perú?

El contexto peruano es adverso para las poblaciones históricamente excluidas, debido a la violencia, racismo, clasismo, misoginia y todo tipo de inequidades sociales. Sin embargo, **las personas LGBTIQ+ son un grupo especialmente vulnerable** debido a la LGBTifobia, conservadurismo y estigma que rodea sus experiencias de vida. **Esto las expone al estrés de minorías.**

¿Qué es el estrés de minorías?

Este modelo desarrolla el concepto de **estrés social**, reconociendo que al estrés habitual generado por condiciones y estructuras existentes en el contexto social, **se suman estresores específicos por ser parte de un grupo poblacional estigmatizado.**



¿Cómo podemos atender afirmativamente a las personas LGBTIQ+?

Optar por un modelo de salud mental comunitario

El modelo de salud mental comunitario propone **reducir las brechas de atención de la salud mental**, y comprende que la salud mental se construye por la interacción constante de diversos factores (que no se eligen), tales como biológicos, psicológicos, y contextuales o sociales, los factores sociales de la vivencia de los individuos o colectividades determinan su salud mental.



Uso del lenguaje inclusivo en la atención

El uso del lenguaje inclusivo, específicamente del nombre y el pronombre elegido (en vez de el que eligieron sus padres y está consignado en su identificación) por las personas trans y no binarias tiene un impacto positivo en la salud mental y el proyecto de vida de estas personas.



¿Cómo incorporar el lenguaje inclusivo?

- **Pregúntale a las personas** cómo desean ser tratadas: nombre, pronombre y título.
- Preferir **palabras que no contengan género**. Ejm: en vez de decir "los asociados" usar "las personas asociadas".

Principales pautas de atención

Durante los últimos años, existen diferentes esfuerzos por estandarizar las pautas de atención desde el enfoque afirmativo.

Estos lineamientos se basan en tres pilares importantes:

- El **reconocimiento de la afectación particular** de la salud mental de las personas LGBTIQ+ desde el modelo de estrés de minorías,
- Una **mirada interseccional** en la cual se reconoce que múltiples identidades pueden intersectar en una misma persona,
- Un **entendimiento de la diversidad sexual y de género** desde los postulados de la psicología afirmativa.

¿Has oído de las "terapias de conversión"?

Según un informe de la ONU, las mal llamadas "terapias de conversión" son un conjunto de intervenciones de diferente tipo que **tienen en común la creencia equivocada de que la orientación o la identidad de género de una persona pueden y deben cambiarse.**

