

Los enfoques afirmativos: un modelo validado de atención psicosocial con población LGBT+

Desde el Centro de Referencia Amigable, un servicio universitario pionero en atención a personas LGBT+, se sistematiza un modelo afirmativo de atención psicosocial que combina mirada interseccional, enfoque de derechos y compromiso con la justicia social.

Por: **Mag. Gonzalo Gelpi, Lic. Natalia Silvera, Lic. María José Durán,**
Facultad de Psicología, Universidad de la República.

Este artículo se nutre de la experiencia acumulada entre 2018 y 2025 en el Centro de Referencia Amigable (CRAM), un servicio universitario de atención psicosocial gratuita especializado en diversidad sexo-genérica. Este espacio, vinculado a la Facultad de Psicología de la UdelaR en convenio con el MIDES, se basa en un enfoque de derechos humanos con mirada interseccional. En estos años, se ha acompañado a más de mil personas con identidades, nacionalidades, edades y realidades socioeconómicas diversas. En los últimos años, ha cobrado relevancia la atención a varones trans* jóvenes.

La experiencia acumulada en el CRAM permite compartir un modelo de atención afirmativa que ha sido bien evaluado y que ofrece herramientas para acompañar a personas LGBT+ y sus familias. Esta propuesta enmarcada en la psicología afirmativa, que se orienta desde un paradigma de derechos humanos y afirma la validez de todas las identidades sexo-genéricas, rompiendo con la tradición patologizante de la psicología dominante.

El concepto «terapias afirmativas» fue introducido por Alan Malyon en 1982, inicialmente estuvo centrado en personas lesbianas y gays, y luego fue ampliado a personas trans* y no conformes con su género. Este enfoque, aún poco difundido en Iberoamérica, puede integrarse en cualquier corriente psicológica. Su eje central es el combate a la homo-lesbo-bi-transfobia, tanto en su dimensión social como internalizada. Aún hoy persisten prejuicios, muchas veces por desconocimiento o confusión conceptual más que por malicia.

La atención integral requiere una evaluación cuidadosa de factores como redes de apoyo, barreras de acceso, riesgos a la salud y riesgo suicida. También implica identificar personas aliadas en distintos ámbitos y adoptar una actitud de respeto activo: preguntar por el pronombre y nombre, revisar prejuicios propios, comprender el historial de opresión, respetar la intimidad y cultura de la persona usuaria, y conocer recursos sociales, culturales y legales disponibles.

Otro marco teórico relevante es el modelo de Estrés de Minorías, desarrollado por Illan Meyer, que permite comprender cómo las condiciones sociales afectan la salud mental de las personas LGBT+. Este enfoque desplaza la atención desde la identidad hacia los contextos que generan sufrimiento o protección. Todas las intervenciones afirmativas comparten el principio de *afirmar la diversidad sexo-genérica como una dimensión positiva de la identidad*.

La alianza terapéutica puede construirse con cualquier profesional competente, sin importar su identidad, pero aún hay servicios psicológicos que no respetan los derechos de este colectivo. Por ello, el trabajo con la denominada diversidad es un desafío epistemológico y político. Algunas aproximaciones pueden reproducir exclusión. La apuesta es por una psicología inclusiva, ética, basada en evidencia y orientada por las perspectivas de derechos, género y diversidad.

Desde el CRAM se defiende la transversalización de estas perspectivas en todo el sistema de salud. No se trata de crear guetos, sino de garantizar que cualquier servicio pueda atender competentemente a cualquier persona LGBT+. Para ello, el CRAM ha contribuido con guías ministeriales, formación a profesionales, asesoramiento técnico e investigaciones que fortalecen las políticas públicas.

Persisten, sin embargo, enormes desafíos: violencia familiar, bullying, heterocisnormatividad institucional, barreras en salud, exclusión laboral, inseguridad en el espacio público y soledad en la vejez. Aun así, existen también resistencias, luchas e interés creciente por formarse y acompañar.

Elegir saber, acompañar y no ignorar son acciones pequeñas pero revolucionarias. Este artículo busca que más profesionales descubran el potencial transformador de la psicología afirmativa, y que esta invitación se conviertan también en esperanza: que nuestra disciplina contribuya a la justicia social para quienes aún viven atravesados por la marginalidad ■