



## Obstáculos y facilitadores para la búsqueda de ayuda en salud mental y experiencias de uso de servicios entre estudiantes universitarios LGBT+ en Chile

► Un tercio de los estudiantes universitarios han tenido algún problema de salud mental en los últimos 12 meses, siendo la depresión mayor y el trastorno de ansiedad generalizada los problemas más comunes. Entre los estudiantes universitarios, los pertenecientes a minorías sexuales, como la población de lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, *queer* y más (LGBT+), presentan en todo el mundo peores problemas de salud mental que sus pares heterosexuales y cisgénero (HC). Los jóvenes LGBT+ enfrentan desafíos adicionales, como la divulgación de su orientación sexual e identidad de género (OSIG), la transición de género, contextos universitarios inseguros y un acceso limitado a servicios de salud universitarios inclusivos. De acuerdo con el *modelo de estrés de las minorías* (estrés social excesivo asociado con el estigma de pertenecer a una minoría sexual), factores como el estigma, los prejuicios y la discriminación contra las minorías sexuales y de género generan hostilidad y estrés generando entornos sociales que pueden explicar la mayor prevalencia de problemas de salud mental en las poblaciones LGBT+.

Los universitarios LGBT+, en su búsqueda de ayuda, reportan más barreras para acceder a los servicios de salud mental que sus pares, dentro de las que se encuentran barreras específicas tales como altos niveles de estigma, miedo a ser discriminado, experiencias de discriminación o falta de sensibilidad a los temas LGBT+ entre los proveedores de salud. Se ha visto que, en los servicios universitarios de salud mental, algunos profesionales no llaman a los jóvenes trans por su nombre, les dan el género equivocado o les realizan preguntas sobre su identidad de género; además, hay escasez de profesionales con conocimientos sobre temas trans. Otras barreras para otorgar tratamientos de salud mental efectivos y culturalmente sensibles para personas LGBT+ incluyen comportamientos heterosexistas y discriminatorios por parte de los proveedores de salud, la no disponibilidad de servicios afirmativos, microagresiones basadas en la orientación sexual (p. ej. se asume que es la causa de todos los problemas, evitando reconocerla o minimizándola) y la falta de capacitación en temas trans; todo aquello puede resultar en un abandono temprano del tratamiento.

Por otro lado, actitudes positivas hacia la orientación sexual y la identidad de género por parte de los profesionales y la provisión de servicios afirmativos LGBT+ (con enfoques culturalmente apropiados y sensibles hacia las personas LGBT+) se asocian con una mayor satisfacción percibida de los servicios de salud mental. Las universidades generalmente cuentan con diversos servicios de salud para su población estudiantil que ofrecen tratamiento psicológico y otros servicios según la demanda y disponibilidad de recursos. La identificación de los factores que dificultan o facilitan la búsqueda de ayuda en salud mental podría ayudar a la explicación de las disparidades en el uso de los servicios por parte de esta población y ser de utilidad para establecer políticas e intervenciones destinadas a promover la búsqueda de ayuda. Esto es especialmente relevante en el contexto latinoamericano, donde hay menos investigación sobre la población LGBT+ y donde menos se ha avanzado en la protección de derechos a través de políticas públicas.

Con este estudio cualitativo, se buscó explorar las barreras, los facilitadores y las experiencias en el uso de los servicios de ayuda en salud mental por parte de estudiantes universitarios LGBT+ en Chile. Se reclutaron 24 estudiantes de una universidad pública, de primer o segundo año de universidad, mayores de 18 años con una identidad y/o orientación sexual distinta a la heterosexual y cisgénero. En julio de 2021 y octubre de 2022, se sometió a cada participante a una sesión de entrevista individual semiestructurada, por medio de videollamada. Las entrevistas

se revisaron mediante el análisis de contenido temático inductivo y se utilizó el paquete de software MAXQDA 2020.

Los obstáculos que impedían o retrasaban la búsqueda de ayuda en salud mental fueron:

- *individuales*: miedo a ser discriminado o preocupación por confidencialidad,
- *sociales*: pobre red de apoyo familiar/social, creencias negativas en torno a la salud mental,
- *con relación al servicio*: costos de servicios privados, pocos profesionales capacitados.

Dentro de los facilitadores se reportaron:

- el reconocimiento de la angustia sobre la propia salud mental,
- percepción (individual, familiar y de amistades) positiva de los servicios de salud mental,
- haber interrumpido tratamientos de salud mental en el pasado,
- existencia de convenios formales entre la universidad y los centros de atención psicológica externos con tarifas reducidas.

Entre los requerimientos en los servicios de salud mental manifestados por los entrevistados, destacó la necesidad de una actitud positiva de los profesionales hacia las personas LGBT+ y de conocimientos en temas LGBT+, especialmente para los estudiantes trans. Otros requerimientos fueron: costo asequible, atención presencial, buena alianza terapéutica, cercanía geográfica y acceso a información en línea al profesional (que incluya enfoque terapéutico y posición política). Una vez vinculadas a la atención en salud mental, las principales barreras para obtener una atención eficaz estuvieron relacionadas con la discriminación basada en su OSIG (por ejemplo, la bisexualidad no es real) y escaso conocimiento de los temas LGBT+. La mayoría de estas experiencias negativas fue reportada por estudiantes trans, no binarios y de género fluido. Por otro lado, los facilitadores para obtener una atención eficaz en salud mental se relacionaron con el establecimiento de un espacio para personas LGBT+, es decir, un espacio de respeto, libre de discriminación y prejuicios. En otros facilitadores, destacó la necesidad de tener una relación cercana, positiva, más horizontal y con proximidad generacional con los profesionales de la salud mental. La disposición para utilizar los servicios de salud mental de la universidad fue mixta e influida por comentarios negativos de algunos participantes o por preferir utilizar servicios externos y/o privados. Este estudio permitió, considerando las experiencias y percepciones de los participantes, identificar barreras y facilitadores que repercuten en la búsqueda en salud mental. El acceso a servicios seguros y positivos o, por el contrario, las experiencias negativas relacionadas con OSIG durante la atención de la salud mental (incluida la discriminación y las microagresiones) son elementos relevantes que inciden en la percepción y satisfacción con la eficacia de la atención de los servicios de salud. Las agresiones y microagresiones durante la atención en salud mental o, al contrario, un ambiente seguro y positivo pueden resultar en una barrera o un facilitador. En este sentido, las barreras no solo están presentes en el acceso a los servicios, sino también durante la atención de la salud mental.

Las recomendaciones que hicieron los participantes para mejorar el trabajo de los profesionales y los servicios estuvieron enfocados principalmente a la creación de espacios seguros para las personas LGBT+, con la garantía de encontrar profesionales capacitados en el manejo de los temas LGBT+ que sepan evitar juicios basados en OSIG al preguntar nombre o pronombres, por ejemplo, y prevenir conductas discriminatorias, entre otras cosas.

Las actitudes que promueven una atención respetuosa y positiva de los profesionales de salud hacia las personas LGBT+ están íntimamente ligados con niveles de educación y formación en temas LGBT+. Es necesario promover entre los futuros profesionales una educación enfocada a la salud mental y a la proporción de servicios culturalmente competentes para este grupo.

Evelyn Rodríguez Estrada

### Bibliografía

Crockett, M. A., Martínez, V., & Caviedes, P. (2022). Barriers and Facilitators to Mental Health Help-Seeking and Experiences with Service Use among LGBT+ University Students in Chile. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16520. doi: 10.3390/ijerph192416520

**Selective®**  
Escitalopram

**RÁPIDO**  
**Y SELECTIVO**



La marca de escitalopram  
más accesible del mercado!



1+1 siempre... ¡Beneficio  
permanente para su paciente!



**psicofarma®**  
Al servicio de la salud mental

Referencia:  
1. Tomado de precios promedio de Selective y otras marcas de escitalopram en Farmacias San Pablo,  
Del Ahorro, Guadalajara y Benavides a febrero 2023.

**Contigo  
en Mente**  
[www.contigoenmente.com](http://www.contigoenmente.com)

**Remicital®**  
Citalopram

**LA VIDA  
EN ARMONÍA**



Día de tratamiento desde  
**\$30 pesos!**



**25% de ahorro adicional en los  
planes de apegos de farmacias  
participantes\*:**



¡Su paciente acumula 3 piezas y la 4ª  
**es gratis!**



\*San Pablo, Del Ahorro, Benavides.

Referencia: 1. Tomado de precios promedio de Remicital en Farmacias San Pablo, Del Ahorro, Guadalajara y Benavides a febrero 2023.

**psicofarma®**  
Al servicio de la salud mental