

Comunidades LGBTQIA+ y la salud mental

Una encuesta de Gallup de 2020 calcula que el 5.6 por ciento de la población, más de 18 millones de estadounidenses, se identifican como LGBTQIA+.¹ La comunidad LGBTQIA+ está compuesta por personas de todos los orígenes socioeconómicos, raciales, étnicos y culturales, con diversas identidades sexuales y de género.

Las personas LGBTQIA+ son más propensas que la población heterosexual a experimentar desempleo, pobreza y violencia debido a su identidad sexual u orientación de género. Se sabe que esas experiencias ponen a las personas en mayor riesgo de desarrollar un trastorno de salud mental. LGBTQIA+ no es una enfermedad mental; sin embargo, los adultos LGBTQIA+ tienen el doble de probabilidades que los hombres y mujeres heterosexuales de experimentar un trastorno de salud mental en su vida.² Las personas bisexuales y transgénero tienen las tasas más altas de problemas de salud mental dentro de la población LGBTQIA+. Los estudios muestran que un alto porcentaje de personas transgénero han considerado la posibilidad o ha intentado suicidarse. Desafortunadamente, el miedo a la discriminación y el estigma que rodea a las enfermedades mentales impiden que muchas personas LGBTQIA+ reciban la ayuda que necesitan.

Jóvenes LGBTQIA+

Incluso antes de la perturbación y la adversidad causadas por la pandemia de COVID-19, las encuestas mostraron que la salud mental de los jóvenes estaba en riesgo. En el informe del Director General de Salud de 2021, la proporción de estudiantes de secundaria que informaron sentimientos persistentes de tristeza y desesperanza aumentó en un 40 por ciento.³ La ideación suicida también aumentó, al igual que las visitas de los jóvenes a los departamentos de emergencia por depresión, ansiedad y otros síntomas de salud mental.

Las conexiones sociales fuertes son esenciales para una salud mental positiva y una alta autoestima, pero los jóvenes LGBTQIA+ pueden enfrentar la falta de apoyo de familiares y amigos al salir del clóset, o hasta el rechazo absoluto. La intimidación, el acoso y la discriminación también contribuyen a las altas tasas de depresión y ansiedad entre estos jóvenes. Los adolescentes LGBTQIA+ están especialmente en riesgo de afecciones

de salud mental y tienen seis veces más probabilidades de tener síntomas de depresión que los adolescentes heterosexuales. También son cuatro veces más propensos a pensar en el suicidio, intentar suicidarse o hacerse daño a sí mismos.⁴

Cómo obtener ayuda

Si los problemas de salud mental están afectando su calidad de vida o la calidad de vida de alguien que conoce que se identifica como LGBTQIA+, hay ayuda confidencial disponible a través de su programa. Además, está disponible una lista de recursos de la comunidad en el sitio web de los miembros.

1. news.gallup.com/poll/329708/lgbt-identification-rises-latest-estimate.aspx
2. psychiatry.org/psychiatrists/cultural-competency/education/lgbtq-patients
3. hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-youth-mental-health-advisory.pdf
4. adaa.org/find-help/by-demographics/lgbtq

Para comenzar, llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-356-7089 (TTY 711) o visite Member.MagellanHealthcare.com.