

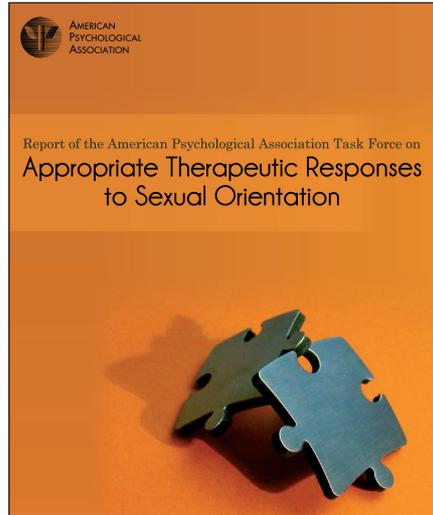
## INFORME DE LA APA SOBRE EL ABORDAJE TERAPÉUTICO DE LOS PROBLEMAS RELACIONADOS CON LA IDENTIDAD Y LA ORIENTACIÓN SEXUAL

Inés Magán y Silvia Berdullas

El *Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation* (Grupo de Trabajo sobre Respuesta Terapéutica Adecuada para Problemas Relacionados con la Orientación Sexual) de la APA (*American Psychological Association*) ha publicado recientemente un informe en el que se establecen las recomendaciones sobre los tratamientos psicológicos eficaces para abordar los problemas relacionados con la orientación sexual.

Este documento se ha elaborado con tres objetivos prioritarios. En primer lugar, tratar de realizar una revisión exhaustiva de la literatura empírica para actualizar el informe previo que ya existía sobre este tema. En segundo lugar, determinar cuál es el mejor abordaje terapéutico en función de la evidencia empírica disponible para tratar problemas relacionados con la orientación sexual y con el deseo de cambiar dicha orientación o las manifestaciones comportamentales asociadas, tanto en adultos como en niños y adolescentes, así como en los responsables legales de estos últimos. Finalmente, con este informe se persigue hacer pública la postura de la APA respecto a estos problemas, así como justificar por qué es más adecuado promover políticas dirigidas a combatir el estigma sexual y a facilitar la aceptación de la propia identidad sexual.

En relación con el primer objetivo, este Grupo de Trabajo de la APA concluye que, en base a la evidencia empírica disponible, no es cierto que las personas



con una identidad u orientación homosexual (gays, lesbianas y/o bisexuales) presenten un trastorno psicológico, sino que se trata de un patrón normal, aunque sea minoritario. No obstante, el estigma social asociado a estos colectivos constituye la principal fuente de estrés y malestar para estas personas, pudiendo, en algunos casos, necesitar apoyo o tratamiento psicológico para aprender a manejar y a afrontar de un modo más adecuado este estrés.

En relación con los diferentes abordajes psicoterapéuticos existentes para problemas relacionados con la orientación sexual, el informe, a la luz de la evidencia científica, concluye que los esfuerzos dirigidos a cambiar la orientación sexual y las manifestaciones comportamentales de ésta no son en absoluto eficaces, puesto que los resultados evidencian que no se produce un cambio en cuanto al sexo de las perso-

nas que les atraen y, cuando éste tiene lugar, no se mantiene a medio-largo plazo ni se generaliza a la vida cotidiana. Es más, este tipo de intervenciones tiene efectos secundarios de carácter negativo, puesto que incrementa el riesgo de desarrollar problemas relacionados con el estado de ánimo, con la ansiedad e, incluso, de desarrollar comportamientos suicidas, así como reduce el deseo sexual. De hecho, las altas tasas de abandono que presentan estos tratamientos podrían explicarse en base a que las personas experimentan malestar asociado a dichas intervenciones.

Estos hechos empíricamente validados se encuentran también en los niños y adolescentes que se someten a tratamientos cuyo objetivo es modificar la orientación sexual, incrementándose su vulnerabilidad a interiorizar el estigma social y al desarrollo de problemas de tipo psicológico. De hecho, el tener un comportamiento que pueda ser indicativo de una atracción por personas del mismo sexo, no predice que esto sea así en la vida adulta. Asimismo, es importante que el psicólogo actúe conforme a la ética y a la deontología de la profesión cuando son los padres quienes desean que su hijo o hija modifique su “supuesta” orientación sexual.

Por el contrario, parece que, tanto para adultos como para niños y adolescentes, el tratamiento psicológico que más apoyo empírico ha recibido es la terapia afirmativa, cuyo principal objetivo está dirigido a asumir la identidad sexual que presenta la persona y a desarrollar un

afrontamiento efectivo para combatir el estigma social. En concreto, en el Informe se establecen las siguientes fases terapéuticas: (1) Aceptación y apoyo; (2) Evaluación; (3) Desarrollo de un estilo de afrontamiento activo y efectivo, tanto a nivel cognitivo como emocional, para combatir el estigma social y los conflictos asociados; (4) Promoción, desarrollo y fortalecimiento del apoyo social de la personas; y (5) Exploración de la propia identidad sexual y desarrollo de una aceptación de la misma. En la población infanto-juvenil, además, según subraya este informe, es fundamental fortalecer una autoestima positiva, así como también es necesario trabajar con la familia para fomentar la aceptación de esta situación y con la escuela y con la comunidad para prevenir la aparición del estigma social y del rechazo y la discriminación.

Un caso especial lo constituirían las personas que se sienten atraídas por otras de su mismo sexo y que, simultáneamente, tienen unos valores y unas

creencias religiosas que entran en un claro conflicto. A este respecto, en el informe se indica que el tratamiento más adecuado sería el mismo, pero que habría que incidir bastante en la comprensión y apoyo de la fe que profesa el paciente y ayudarle a explorar el significado que para esta persona tiene su religión, de manera que pueda lograrse una integración o equilibrio entre ésta y su identidad sexual.

Por otro lado, los profesionales que desarrollen este tipo de intervenciones, según este grupo de trabajo, han de ser psicólogos especializados en la materia, que desarrollen terapias eficaces y que actúen acordes a los principios éticos y deontológicos de la profesión, promoviendo siempre la autonomía del paciente y tratando de facilitar la libertad de decisión de la persona.

En cuanto a las líneas futuras de investigación, la APA recomienda que se realicen más estudios sobre la eficacia de la terapia afirmativa. Sobre los tratamientos

dirigidos a cambiar la orientación sexual, determina que han de realizarse estudios que respeten de manera absoluta a la persona y que cumplan los criterios de rigor metodológico, debiendo ser estudios de tipo longitudinal y prospectivo.

Finalmente, la APA establece que las políticas habrían de dirigir sus esfuerzos a reducir el estigma social asociado a estos colectivos para prevenir la aparición de problemas sociales relacionados con la discriminación y los prejuicios, políticas que han de basar sus directrices en el conocimiento científico disponible.

## REFERENCIAS

APA Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation. (2009). *Report of the Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation*. Washington, DC: American Psychological Association. Disponible en: [www.apa.org/pi/lgbt/resources/therapeutic-response.pdf](http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/therapeutic-response.pdf).



Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos

## NORMAS PARA LA PUBLICIDAD EN LAS PUBLICACIONES DEL CONSEJO GENERAL DE COP

La Junta de Gobierno del COP ha tomado la decisión de acomodar, de forma más efectiva, el contenido de la publicidad que se inserta en sus publicaciones con los principios que respalda públicamente en torno a la defensa de la Psicología como ciencia y profesión.

La publicidad que se inserte en los medios de comunicación del COP se atenderá, en todos los casos, a los principios éticos, de decoro y de defensa de la Psicología como ciencia y profesión que son exigibles a una organización como el COP.

En este sentido, y desde hace ya bastante tiempo, la Organización Colegial ha venido manteniendo, en diversos foros tanto oficiales como profesionales, que la formación post-graduada, referida explícitamente a algún ámbito de la Psicología, debería estar encaminada únicamente a psicólogos. Así mismo, el COP, en su calidad de miembro de la EFPA (Federación Europea de Asociaciones de Psicólogos), está comprometido con el desarrollo del Certificado de Acreditación para Psicólogos Especialistas en Psicoterapia, y los principios que lo sustentan, siendo uno de los más relevantes, la consideración de que la formación especializada en Psicoterapia debe estar ligada a una formación básica en Psicología, y articulada en torno a unos criterios exigentes de calidad.

En consecuencia, y con el ánimo de dar un mensaje claro y coherente a nuestros colegiados y a la sociedad en general, la publicidad de post-graduada que se inserte en las publicaciones del COP deberá guardar las siguientes normas:

**1** Cuando se inserte publicidad en alguna de las publicaciones del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos (Infocop, Infocop Online, Papeles del Psicólogo, Psychology in Spain, Boletines de distribución por correo electrónico) que haga referencia expresa o implícita a formación postgrado en algún campo de la Psicología, dicha formación deberá estar dirigida únicamente a psicólogos, y el texto del anuncio deberá decir expresamente que dicha formación está dirigida únicamente a psicólogos.

**2** Cuando se inserte publicidad en alguna de sus publicaciones (Infocop, Infocop Online, Papeles del Psicólogo, Psychology in Spain, Boletines de distribución por correo electrónico) que haga referencia expresa o implícita a formación en el campo de la Psicoterapia, dicha formación deberá estar dirigida únicamente a médicos y psicólogos, y el texto del anuncio deberá decir expresamente que dicha formación está dirigida únicamente a psicólogos o médicos.

**3** En ningún caso, los anuncios insertados en cualquier publicación colegial podrán incluir referencia alguna a acreditaciones concedidas por sociedades nacionales o internacionales que no hayan suscrito los correspondientes acuerdos de reconocimiento mutuo con la EFPA (Federación Europea de Asociaciones de Psicólogos) o el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos. Se excluyen de esta norma las acreditaciones concedidas por organismos oficiales españoles.

Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos