MANUAL DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA PERSONAS TRANS

Lic. Alejandro Villafuerte

Psicólogo Clínico

“Conozca todas las teorías, domine todas las técnicas.

pero al tocar un alma humana, sea apenas otra alma humana”.

-Carl Gustav Jung.

Dedicado a cada persona Trans que ha tocado el consultorio psicológico de la clínica Integral de OTRANS-RN. A todas las que, en terapia, me enseñaron el mundo lleno de luz que tienen dentro. A todas las que se encuentran en conflicto: tienen aquí a un aliado en su lucha. Por las que han muerto, que su sangre sea fecunda.

-Alejandro Villafuerte.

ÍNDICE

PRÓLOGO	04
JUSTIFICACIÓN	05
TERMINOLOGÍA NECESARIA PARA MANEJO EFECTIVO	09
RASGOS DE LA PERSONALIDAD EN LA COMUNIDAD TRANS	13
PROBLEMÁTICAS PSICOEMOCIONALES MÁS FRECUENTES	23
PROCESO PSICOLÓGICO EN LA TERAPIA HORMONAL	50
CONSIDERACIONES A TENER EN PSICOTERAPIA	61
RECOMENDACIONES	63
ANEXO	65
REFERENCIAS	66

PRÓLOGO

La visibilización, el sacar a la luz pública la realidad de las poblaciones, en este caso de la población Trans, es la mejor de las herramientas con las que se cuenta, para ir contribuyendo en los procesos psicoeducativos que frenan todo tipo de discriminación, cuyo caldo de cultivo es la ignorancia, el desconocimiento y el mantenimiento de los mitos.

Durante los últimos meses, las redes sociales y los medios de comunicación han sido testigos, de la ola de violencia de género, ocasionado por la participación de dos mujeres Trans, como representantes de sus países ante el concurso Miss Universo- a la fecha de esta redacción aún no se saben los resultados del certamen- pero más allá de quien resulte ganadora, este hecho sin precedentes, nos pone en alerta ante tanto desconocimiento del tema y a la vez, lo podemos aprovechar como parteaguas, para que desde los profesionales en el área de la salud mental, se hable del tema, se convoque, se investigue, se promueva un acercamiento no solo científico, sino humanitario, responsable y acorde a las necesidades que se ponen de manifiesto en cada contexto donde haya una persona cuya identidad y/o expresión de género no se corresponde a las que se le asignaron al nacer, y que ande en búsqueda para encontrar su sitio en la sociedad y su realización personal.

De manera particular, se agradece a la Organización Trans Reinas de la Noche, que haya dado el paso, respondiendo a las necesidades de las personas que atiende en la República de Guatemala y se haya comprometido en elaborar este primer manual, que confiamos será la punta de lanza, para una cadena de publicaciones de fácil acceso, que permitan el conocimiento y la sensibilización de temas medulares para la población Trans, que durante muchos años, se ha visto lanzada a los últimos sitios.

Se agradece al licenciado Alejandro Villafuerte, responsable del manual, el incluir una descripción breve de varios conceptos, ya que no se puede asumir el manejo adecuado de los mismos, tanto por la población en general como por aquellos que prestan sus servicios en el área de salud.

De los elementos más valiosos de este manual, cabe destacar el enfoque práctico, para lograr acercar términos propios de la ciencia psicológica y con maestría familiarizar al lector menos entrenado en ese campo, para que logre captar la realidad de esta población, en sus ámbitos emocionales y sociales. Y por último, y no por ello, menos importante, es el apartado de sugerencias, concretas, factibles, aplicables, muy valiosas, porque lo que se necesita es hacer algo: ¡Aquí y Ahora!

Lic. Erick Díaz Sandí.
Psicólogo. Cód. 10168.
San José, Costa Rica.

JUSTIFICACIÓN

Dentro de los muchos procesos que se conocen para atención en salud de las personas que pertenecen a una sociedad, se proscriben poblaciones que urgen de una especial atención por sus singularidades.

Cuando se piensa en servicios de salud, se limita a la parte médica-biológica, descuidando la integridad de la atención, como en el caso del equilibrio psicológico que garantiza una mejora significativa en todas las áreas de la vida. Tal es el caso de los trastornos de síntomas somáticos[1], afectando y presentando signos y síntomas a atender desde lo médico pero que ha de realizarse una evaluación derivada a servicios psicológicos, dando solución certera a situaciones que competen al profesional en salud mental.

Los sectores de salud pública, específicamente en el área de psicología, descuidan la atención estigmatizando, por razones diversas, que van desde la influencia de pensamientos heteropatriarcales hasta el desconocimiento de la población. Aumenta la gravedad de la no atención adecuada debido a la carencia de guías bases que encaminan cada uno de los pasos a seguir, no como una acción dogmática, sino como una herramienta más que permita la facilitación de procesos.

Ante esta carencia de atención psicológica, es evidente reconocer que no existe una guía práctica que permita abordar de forma diferenciada el tema de personas Trans. Pero toda carencia siempre genera un cúmulo de oportunidades que permite obtener resultados satisfactorios. Por este motivo, desde la Clínica de Atención en Salud Integral OTRANS-RN, se genera una idea que puede ser

[1] "Todos estos trastornos se caracterizan por una atención importante a las preocupaciones somáticas y a su presentación inicial, principalmente en los centros médicos en lugar de en los centros de salud mental". Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5, Editorial Médica Panamericana, Pg. 310.

utilizada por los encargados de servicios de salud, para que la atención a la población sea la indicada, enfocándose en las necesidades específicas que se requiere desde sus realidades poco conocidas y no abordadas.

Hay una realidad, hay una necesidad que pulula, hay una población objetivo, esta población reclama solución, la cual no existe y debería de ser accesible. Requiere, en grado supremo, compromiso con la innovación y actualización de conocimientos que permita estandarizar generalidades, para que se acoplen a lo individual de cada ser humano.

La población Trans, desde la historia, ha sido poco reconocida, incluso durante muchos años se visibilizaron a causa de la categorización como trastorno psicológico, el cual recientemente la Organización Mundial de la Salud ha recomendado su eliminación por violentar derechos esenciales para la sana convivencia.[2] Como pago a esta deuda social, salubre, histórica y política, se crea la presente guía, mitigando en poco y reparando las faltas, suscitando una luz que sea recibida como base para nuevas ediciones, retroalimentando las acciones que se crean necesarias, con tal de dotar a la población Trans de alientos esperanzadores que las integren a la sociedad a la cual pertenecen y han sido marginadas.

Se requiere el apoyo del gremio de profesionales en salud mental, que se ha quedado al margen de formar parte propositiva a favor de las personas Trans, que no solo callan, sino que atacan con fundamentos alejados de los datos científicos. El profesional en salud mental se debe a su juramento, brindando opciones de vida sana y estable a las personas que acuden a las psicoterapias, aunque estas se alejen de los criterios propios.

[2] https://www.lanacion.com.ar/2145158-la-oms-retira-la-transexualidad-de-la-lista-de-enfermedades-mentales

Que la población Trans encuentre aliados, encuentre rutas de seguimiento hacia una estabilidad integral, que les permita perseguir la felicidad desde la complejidad de lo sencillo. Viendo este sano equilibrio es como la sociedad en conjunto se humaniza para dar atención integral desde cada aspecto y persona individual, timando en consideración que pertenece a un colectivo.

TERMINOLOGÍA NECESARIA PARA MANEJO EFECTIVO

La temática de esta guía puede resultar confusa si se lee sin lograr antes comprender términos, ideas, procesos y nombres que etiquetan, no de forma limitante, sino como una clasificación para la comprensión de la totalidad.

Uno de los motivos por los cuales la población refleja rechazo y discriminación a la población Trans, se debe al desconocimiento de la terminología, el estilo de vida y acercamiento a las diferencias que no suponen anomalía, sino una mera característica de un algo diferente a lo que se ha estado acostumbrado (o acomodado) a identificar.

Nuestra cultura ha considerado útil y suficiente enmarcar a cada persona en una dualidad básica binaria: se es hombre/mujer, niño/niña, macho/hembra, masculino/femenino. Pero las nuevas incidencias de activistas han reivindicado a las acciones que salen de este tópico y no necesariamente son tenidas como malas. Todos estos términos, como la vida misma, están en constante construcción, que se enriquece con cada aporte. En esta línea, Weeks (2011) afirma que "los recientes pensamientos teóricos tanto sobre el género como la sexualidad han demostrado que el gran edificio del género no puede considerarse ya plausiblemente como una emanación de la Naturaleza, sino que es construido sobre las necesidades y deseos siempre cambiantes y las prácticas sociales de millones de personas".

SEXO

En el documento "Por la salud de las personas Trans"[3], se enmarca el término en las características biológicas, donde aparece lo genético, lo anatómico y endócrino, las cuales se emplean en la clasificación de los seres vivos. Dentro del sistema binario, esta clasificación sirve para establecer diferencias entre el grupo

[3] "Por la salud de las mujeres Trans". Terminología, definiciones y descripción de la población. Pág. 23.

de seres humanos. En este apartado caben los términos referentes a órganos reproductores y rasgos físicos no genitales que van a enmarcar lo que hace diferente a la mujer del hombre.

SEXUALIDAD

"La sexualidad es un aspecto fundamental de la condición humana, presente a lo largo de la vida y abarca el sexo, las identidades y los papeles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad se vivencia y se expresa por medio de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, funciones y relaciones. Si bien la sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no todas ellas se vivencian o expresan siempre. La sexualidad recibe la influencia de la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, así como religiosos y espirituales."[4]

IDENTIDAD DE GÉNERO

"Este término (que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones) es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a este". [5]

En este aspecto, se ha de considerar que la identidad de género puede o no corresponder a la asignada al nacer. Es una construcción personal que se descubre.

[4] World Health Organization, 2002

[5] Principios de Yogyakarta. Orientación sexual, identidad de género y expresión de género: algunos términos y estándares relevantes. Comisión Internacional de Derechos Humanos. Pág. 5.

EXPRESIÓN DE GÉNERO

Es la forma en que una persona comunica su identidad de género. Utiliza su parte física-corpórea, incluyendo gestos, formas de expresarse en las conversaciones, uso de maquillaje, accesorios, entre otros. La expresión de género sucede a la identidad de género. Puede haber una mujer Trans que no se exprese femeninamente y mantenga su apariencia masculina, esto no la hace un hombre.[6]

TRANS

"Adjetivo utilizado como un término general para referirse a personas cuya identidad y/o expresión de género no se corresponde con las normas y expectativas sociales tradicionalmente asociadas con su sexo asignado al nacer".[7] Es el término político para referirse a travestis, transexuales y transgéneros.

TRAVESTI

"Término usado para referirse a personas que usan prendas de ropa y que adoptan otras formas de expresiones de género culturalmente asociados con el otro sexo. La utilización de prendas asociadas con el otro sexo puede ser la etapa inicial de la transición, sin embargo, no todas las personas que se travisten viven con angustia y sufrimiento por causa de su sexo asignado al nacimiento. Muchas personas periódicamente utilizan ropa o adoptan expresiones de género asociadas con el otro sexo como parte de representaciones o espectáculos en tanto que su identidad de género corresponde con su sexo asignado al nacer. Algunos términos utilizados son: drag queens, transformistas, dragas, o vestidas (en el caso de hombres que asumen un papel femenino), y drag kings o pintadas (en el caso de mujeres que asumen un papel masculino)".[8]

---

[6] Para aclarar mejor: la identidad de género es más subjetiva, propia, personal e intransferible. La expresión de género es la parte tangible de esa identidad, la forma en que se reviste y se vuelve sensible ante los demás.

[7] Por la salud de las mujeres Trans. Elementos para el desarrollo de la atención integral de personas trans y sus comunidades en Latinoamérica y El Caribe.

[8] "Por la salud de las mujeres Trans". Terminología, definiciones y descripción de la población. Pág. 23.

TRANSGÉNERO

"Este término se utiliza para aquellas personas que poseen una identidad de género, y de expresión, diferentes a su sexo biológico".[9]

American Psychologycal Association, define así a "personas cuya identidad de género, expresión de género o conducta no se ajusta a aquella generalmente asociada con el sexo que se les asignó al nacer".[10]

TRANSEXUAL

"Las personas transexuales se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género opuesto que social y culturalmente se asigna a su sexo biológico y que optan por una intervención médica (hormonal, quirúrgica o ambas) para adecuar su apariencia física y biológica a su realidad psíquica, espiritual y social".[11]

---

[9] Organización de Estados Americanos, informe preliminar sobre el tema "Orientación sexual, identidad de género y expresión de género", adaptado por el Comité Jurídico Interamericano en su sesión de marzo de 2013. Pág. 2.

[10] http://www.apa.org/topics/lgbt/transgenero.aspx

[11] Organización de Estados Americanos, informe preliminar sobre el tema "Orientación sexual, identidad de género y expresión de género", adaptado por el Comité Jurídico Interamericano en su sesión de marzo de 2013. Pág. 2.

RASGOS DE LA PERSONALIDAD EN LA COMUNIDAD TRANS

Muy alejado de lo que se ha generalizado, incluso en el mismo ambiente de gais, lesbianas, bisexuales, trans, intersexuales y queer, las personas Trans no son agresivas por naturaleza ni están alertas a atacar a cualquiera que se enfrente a ellas o trate de invadir espacios personales. Sí muestran algunas conductas de mayor atención clínica, pero no se debe de perder de vista que la persona (como ser individual) se construye por el entorno y las experiencias que se suman a la formación de una personalidad.

Para tener en cuenta al mencionar rasgos de la personalidad, no se está enmarcando en trastornos de la personalidad, solamente se dan grandes grupos de acciones que se ha encontrado, mencionando solo las que se evidencian como un continuo. Aquí no se mencionan las específicas, eso corresponde a cada caso aislado.

La forma más acertada es realizar dos grupos, las acciones que se consideran a favor de su estabilidad emocional y las que se consideran en contra.[12]

A FAVOR

Amorosas

Las personas Trans han sufrido de forma directa el rechazo y ataques de odio, manchando su felicidad. Con todo y este panorama, incluyendo los aspectos negativos que luego se tratarán, este grupo ha sabido dar una cantidad de amor que impresiona. En las personas Trans hay tanto amor para dar, no escatiman cantidades, aunque salgan lastimadas. Ven en ellas la forma de dar lo que no recibieron. Esta es, sin duda alguna, la cualidad más noble que usan como arma ante el mundo. Todo humano que genere amistad con una persona Trans, siente la dicha de estar acompañado.

[12] Estos datos y todos los siguientes se obtuvieron de grupos focales y pacientes atendidos en clínica psicológica de OTRANS-RN.

Pasionales

Se ha visto que en esta población, cuando algo les ocupa su deseo, se apasionan a tal punto de vivir a plenitud cada situación. Por ejemplo, cuando se unen para luchar por sus derechos, lo hacen con pasión, no cayendo en las demandas absurdas, sino todas acorde a las necesidades evidentes.

Enérgicas

Cuando se plantean algo, canalizan su energía en la consecución de eso que anhelan. Es muy poco probable encontrar a una persona Trans que no exteriorice esa energía. Obran con fuerza cuando están enfocadas en sus intereses, y es un elemento aliado en la consecución de su equilibrio interno.

Trabajadoras

Muchas personas pasan por dificultades que hacen sacar sus mejores cualidades para la supervivencia. Pero, sin duda alguna, la población Trans destaca en esto; por la situación de rechazo, ellas han sabido emprender negocios, sobresalir en trabajos, lograr alcances de metas, no le temen a los retos geográficos o de otro estilo con tal de cumplir lo que se proponen o les encomiendan. En su necesidad por tener una vida digna, la población Trans busca la forma de aplicar sus talentos y recursos a favor.

Ambiciosas

A lo mejor la primera impresión que se da sobre esta palabra puede ser negativa. Aquí se enfoca en que las personas Trans no se conforman, de manera sana, con el estado en que se encuentran. Siempre están buscando más, y no es que se pierdan en sí mismas o que no disfruten de sus frutos actuales, sino que lo hacen, los gozan, pero luchan por alcanzar más de lo que tienen. La sociedad les ha quitado tanto que ahora, por sus medios, buscan recuperar sus dignidades.

Astutas

Engañar a una persona Trans es muy difícil. Tienen la habilidad de percibir el peligro antes que este se acerque. Cuando ven que están en una situación desfavorable, buscan la manera de salir adelante, de no dejarse amedrentar. Sus habilidades y formas de superación las llevan en cada paso, lo cual evita que se desvíen de sus ideales.

Soñadoras

Esto suma a las ambiciones que tienen. De hecho, es el motor por el cual alcanzan grandes acciones. A la situación de despojo le han sacado ventaja, buscando alcanzar más de lo que perdieron. La escritora española Teresa de Jesús ejemplifica muy bien lo que es para las personas Trans los ideales de mejora: "ayuda mucho tener altos pensamientos, para que nos esforcemos a que lo sean las obras".[13]

Leales

Entre pares, aunque se dan disputas, las personas Trans saben defenderse cuando son atacadas. La lealtad que viven la demuestran ante cualquiera que lo necesite y ha demostrado apoyar las causas que a ellas les generan tranquilidad y bienestar. Esta cualidad las lleva a hacer amistades auténticas y permanentes.

Múltiples talentos

La misma necesidad de salir adelante las ha llevado a desarrollar destrezas en talentos de todo tipo. Por lo general se asocia a la población Trans femenina en cultoras de belleza, estilistas y cosmetólogas, sobresaliendo con evidencia. Pero siempre hay más que eso, las personas Trans desarrollan muchas áreas de sus

[13] Camino de Perfección. "En que se persuade la guarda de la Regla, y de tres cosas importantes para la vida espiritual". Capítulo IV, 1.

habilidades debido a lo que se les hace necesario, teniendo qué continuar con sus vidas y buscando la forma de resolver las situaciones que se presenten.

Directas al hablar

Esto es una ventaja, debido a que no acostumbran a fingir cuando están hablando con alguien frente a frente. En el caso de las terapias es de gran beneficio, porque al conectar con sus emociones logran decir puramente lo que están experimentando. Algunas personas Trans tienden a ser groseras en este punto, pero sigue siendo una ventaja porque les genera transparencia.

Hospitalarias

Esta cualidad quita todo prejuicio que la población Trans es de acciones negativas. Cuando alguien llega y se acerca a sus espacios, con actitud alejada de la discriminación, son recibidos con mucha alegría, entregan todo lo que puedan para hacer sentir bien a los demás, lo cual hace eco con la normalidad de sus interiores.

Solidarias

Si detectan una necesidad, sin importar la exclusividad, la comunidad Trans se muestra pronta a la ayuda. Se ha evidenciado cómo han estado presentes en situaciones de crisis social ante acontecimientos devastadores de la naturaleza, las manifestaciones en contra de los actos de corrupción y en apoyo a otros sectores que requieren asistencia.

Entusiastas

Sumado a los ideales y trabajos, cuando se empeñan en mejorar sus calidades de vida, muestran toda la forma de lograrlo. Su entusiasmo es la bandera de mejor presentación ante las luchas que llevan.

Bromistas

Encuentran el sentido del humor en cada situación. Usan el humor como una herramienta ante los síntomas que les ocasiona problemas, es una forma de distanciarse sanamente y vivir procesos de alegría. Es muy común ver a las mujeres Trans que ejercen el trabajo sexual en grupos mientras bromean, esperando la llegada de clientes. Les ayuda a sobrellevar las noches y cualquier otra forma que pueda herirles.

Cuidado de imagen

La población Trans, al reasignarse características de su género real, le dan mucho cuidado al aspecto físico, esto genera una buena práctica de presentación. Algunas de ellas han sobresalido ante la sociedad por las buenas costumbres de imagen que tienen; hombres Trans que logran la atención con su apariencia y mujeres Trans que se sobreponen ante los estándares.

Protectoras

La población Trans se caracteriza no solo por proteger sus ideales individuales, sino también por hacerlo de forma colectiva. Cuando un miembro de este grupo es violentado, defienden y protegen esa misma individualidad. El instinto de protección lo desarrollan muy fuertemente debido a los ataques que han tenido qué enfrentar.

EN CONTRA

Vanidosas

Por su afán de presentarse físicamente ante la sociedad, con un físico que se acople a la identidad asumida, son capaces de generar gastos innecesarios para poder provocar esos rasgos del género binario. Al referir aquí la vanidad, no es la necesaria para generar amor propio, sino aquella vanidad que se considera extrema y hace que su economía se vea afectada.

Posesivas

La misma situación de estar en el abandono hace que la población Trans sea muy posesiva. Lo manifiestan no solo en el ámbito afectivo, sino también en las pertenencias. Cuando emprenden actividades no permiten que se les apoye si en el proceso deben de delegar o compartir créditos, lo desean todo para sí mismas. Es probable que el ir encontrando el equilibrio interno y emocional haga que este rasgo desaparezca.

Impositivas

Este aspecto es muy generalizado al pensar en la población Trans, teniéndolas como prepotentes y sin acceso al diálogo. Se ha visto que el liderazgo hace que ellas impongan sus ideas y no acepten el debate, y al hacerlo defienden de una forma enérgica sus ideas, aunque a veces se caiga en la prepotencia de la acción.

Impulsivas

La misma defensa de ideales y su talante enérgico ha llevado a las personas Trans a ser impulsivas en sus acciones dominadas por la emoción del momento. Frecuentemente este actuar las hace tomar decisiones erradas con consecuencias que les afecta en su entorno.

Egocéntricas

Este egocentrismo es producto de la baja autoestima que tienen, buscando siempre ser el centro de atención en cualquier grupo al que se integren. Es de resaltar que buscan su posición, pero se considera aspecto negativo debido a que la posición que reclaman las hace llegar no solo al centro del colectivo, sino a veces con medios considerados dañinos para sí o quienes le rodeen.

Dramáticas

Este aspecto está muy relacionado con la problemática que se detalla en el apartado siguiente, donde se expresa el histrionismo. Aquí solo se hace referencia

a un rasgo por la exageración de las emociones que realizan y las acciones de egocentrismo, aunque no representen un trastorno de la personalidad.

Estar a la defensiva

La población Trans se encuentra lista al ataque debido a la forma que ha aprendido a defenderse por los constantes ataques que experimenta. Esta acción la llevan a todas las demás áreas atacando siempre, más frecuentemente con la palabra. Su continua barrera de defensa puede ser superada si descubren en los demás aliados para la reintegración social y el buen actuar dentro de la sociedad a la cual pertenecen.

Barreras afectivas

Aunque se ha dicho lo amorosas que son, que desean relaciones estables y tienen un fuerte potencial de entrega, sus barreras afectivas para recibir de manera saludable ese amor son muy fuertes. Es el miedo a seguir incrementando heridas el que domina en este caso; ante la situación de rechazo, encontrar ese buen y sano amor les parece muy inalcanzable, y al llegar muestras de afecto a sus vidas lo repelen por miedo a sentirse vulnerables o lastimadas.

Sumisión

Para no caer en el error de contradecir los numerales anteriores, se toma la sumisión acá en relación a sus parejas afectivas o a las personas Trans líderes que van encontrando. Esa fortaleza que aparentan al presentarse se desmorona cuando encuentran una seguridad de poder a la cual asirse, entregando su voluntad.

Envidia

Este aspecto es muy característico en la población Trans, pero se limita a la envidia que manejan en relación a otras personas Trans. Es muy común ver cómo se sabotean los proyectos entre ellas mismas, con tal de no ver a la otra persona

Trans sobresalir o lograr estar en situaciones mejores que las que ve en su entorno. Es una tarea difícil ser reconocida dentro de este sector, porque se encuentran con otras personas que sacan a relucir situaciones que perjudican la imagen, siendo lo importante tenerlo en sí mismas y no en otras.

Egoísmo

Por la misma envidia que manejan, el egoísmo se ha vuelto una de las formas en que se comunican entre sí. Si una persona Trans tiene algo que es de sobresalir, muy poco lo enseñan o lo comparten, a menos que vayan a obtener beneficios sobre eso.

Polígamas

La idea de una estabilidad afectiva, entendida como fidelidad, es un constructo casi desaparecido dentro de la población Trans. Curiosamente, desean relaciones estables pero el esfuerzo de tener una sola pareja sexual les ocasiona problema y pueden caer en la hipersexualidad[14]. Afirman no creer en la monogamia debido a las múltiples infidelidades que sus parejas han demostrado, pero excusando las que se refieren a las propias. La poligamia es un estilo de llevar una relación que funciona siempre y cuando la persona esté integrada en sus áreas básicas. Se coloca como un aspecto negativo por la incongruencia que les genera: desean tener una pareja estable que les sea fiel pero ellas no lo desean practicar, llevando una vida en secreto que les permita continuar con las parejas múltiples.

Inseguras

La inseguridad la expresan de muchas maneras, siendo el físico el más llamativo. Su idea de aceptación debido al estigma y discriminación que experimentan las lleva a sentirse inseguras, generalizando que van a sentir ese rechazo en todas las personas y en todas las áreas. Su inseguridad se ve marcada, también,

[14] Esta problemática se trata en el apartado siguiente, dando las formas en que se desenvuelven con el tema sexual.

cuando están relacionándose con otras personas, la forma en que llaman la atención y el querer aparentar empoderamiento y fortaleza solo afirma lo contrario al hacerlo de forma forzada.

Vengativas

La población Trans tiene la característica de no superar el daño que se les hace. Es tanto su mal manejo de la ira que seguido se escucha de sus bocas frases como “me las va a pagar”, “esta no se me olvida”, “de verla tengo”, entre otras. Llevan días cargados de mucha insatisfacción y frustración, y desplazan esas sensaciones hacia los ataques que vengan de otras personas, aunque no hayan sido los principales atacadores. Esta situación se empareja con la envidia, y ha llevado a las personas Trans a estar involucradas en situaciones delictivas o muy complicadas.

Desconfiadas

La población Trans tiende a ser desconfiada debido a la alta incidencia de ataques que experimentan, esto las lleva a desconfiar de las demás personas, volviéndolo uno de los rasgos más sobresalientes de su cotidianidad. La desconfianza es fácilmente impuesta ante cualquiera pero, al ver a los demás como aliados o amigos, vuelven a la confianza, pudiendo entablar relaciones muy estrechas y sacar su potencial de afecto.

Manipuladoras

Esta cualidad es más notoria en las personas Trans que son líderes, pues lo llevan al extremo de dominar a otros que estén bajo su cargo. La manipulación ha llevado a complementar la sumisión que viven, es como el complemento de ese grupo. Generalmente, ese dominio que ejercen, no lleva a situaciones positivas, como es el caso de personas que se automedican las hormonas para el cambio físico, sin asesoría de profesionales que les orienten, lo hacen por lo que las demás les ordenan que hagan.

Roles patriarcales

Ser una persona Trans conlleva transgredir el sistema binario impuesto, salir de los esquemas establecidos por una sociedad que se niega a avanzar en las necesidades de la humanidad, pero, curiosamente, cuando la persona asume su identidad de género de acuerdo a lo que en sí experimenta, se vuelve parte de lo que había transgredido por lograr encajar en ese grupo social: las mujeres Trans exagera su feminidad, cae en la sumisión ante su pareja amorosa y toma los aspectos de la mujer oprimida de los tiempos actuales; el hombre Trans tiende a caer en ser el dominante, en asumir su posición de macho, sintiendo en sí que la mujer es inferior. Este es uno de los retos más grandes que ha de enfrentar la población Trans, reivindicando la lucha de muchos sectores que buscan la igualdad.

COCIENTE INTELECTUAL (CI)

En un grupo focal que se realizó en OTRANS-RN, se administró el test psicométrico OTIS para la obtención del CI de la población Trans. Este grupo ha sido tachado de menos en tema de intelecto debido a la deserción escolar que sufren por los malos sistemas educativos que son exclusivos y nunca inclusivos. Pero, los datos obtenidos en este grupo, lanza que el promedio de CI de una persona Trans en edad adulta es de 93.41, siendo 107 el mayor punteo obtenido y 78 el más bajo CI encontrado. Se está, pues, ante un grupo con la normalidad del caso que requiere ser tratado. Esto demuestra que, aunque no concluyen sus estudios formales, sí se forman de otras áreas que les permite la adaptación a la vida de forma efectiva.

PROBLEMÁTICAS PSICOEMOCIONALES MÁS FRECUENTES

La realidad guatemalteca de rechazo, patologización, ignorancia, discriminación, odio y otros elementos, hacen que el contexto donde se desenvuelve una persona Trans sea propicio para la adquisición de psicopatologías o rasgos anómalos, incrementando la frecuencia en asistencia a clínicas psicológicas en busca de un equilibrio del cual fueron privadas.

Las personas Trans sí llegan a vivir problemáticas psicológicas, pero estos no son derivados de su identidad de género, sino de su ser como personas. No tienen ni más ni menos potenciales de considerarse con un trastorno mental, es una problemática de la población universal, no accidental.

En el presente documento, al final de cada problemática se plantea una sugerencia de qué trabajar en cada aspecto, basado en la experiencia clínica durante el tiempo atendido. Queda a discreción del profesional en salud mental el enfoque del tratamiento y tomar otra vía de eje central del problema.

IDEACIÓN PERSECUTORIA

"Idea delirante en la que el tema central es que el sujeto está siendo atacado, acosado, engañado, perseguido o que se conspira en su contra".[15]

La población Trans no sufre esta ideación por características neuroquímicas (habrá sus excepciones), se deriva en mayor incidencia por ataques que se han ido perpetuando en la población a la que pertenecen. Muchas de las mujeres Trans ejercen el trabajo sexual, lo cual las lleva a ataques verbales, físicos, psicológicos, económicos y religiosos que refuerzan las ideas irracionales, llevándolas hasta el extremo.

[15] "Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales 5". Glosario de términos técnicos. Pág. 824.

De igual manera, muchos sectores sociales rechazan contundentemente la vida de las personas Trans, señalándolas como anormales ante una sociedad en la que no encajan. Se han evidenciado marchas en contra de todo lo que se considera heteronormal, debates cargados de odio, oratorias condenatorias basados en ideologías religiosas y morales, así como la falta de leyes de protección directa a la población Trans, hace que ellas vivan en un reforzamiento continuo de estas ideas, las cuales dejan de ser psicopatológicas cuando se encuentran razones objetivas de las persecuciones suscitadas.

En el ámbito laboral, muchas de ellas no acuden a empresas donde pueden desempeñar acciones éticas y eficaces, debido a la discriminación de parte del personal encargado de contrataciones. Crece su ideación persecutoria que serán atacadas y no tomadas en cuenta, por lo cual no ponen por obra la asistencia a entrevistas y/o ingreso de hoja de vida para ser consideradas a un trabajo estable que explote sus capacidades.

Sugerencias:

- Si la idea persecutoria tiene bases objetivas del peligro, es importante enseñarle a la persona Trans que tome vías alternas para preservar la vida.

- Que identifique los esquemas que hacen a la sociedad un ente atacador y evite el inicio de este.

- Es importante que asuma sus fortalezas como herramientas a favor en cuanto aparezcan las ideaciones persecutorias, para que estas no se refuercen.

- Ayuda mucho la identificación de aliados, donde se generen espacios de interacción sana; se puede realizar por medio de las capacitaciones que informen a entidades que promuevan la no persecución, de esta manera la

población Trans irá encontrando espacios para la eliminación de sus ideaciones dañinas.

- Se sugiere dar acompañamiento multidisciplinario si las ideas persecutorias son ajenas a la realidad y/o acompañadas de psicosis.

FRUSTRACIÓN

Para su mejor comprensión, esta debe de ser dividida en áreas generales.

A nivel corporal, no es que experimenten un rechazo hacia su físico, las terapias han demostrado que ellas llegan a una conciliación estable sobre su genitalidad y su expresión de género. La frustración deriva cuando ellas se presentan ante la sociedad con una identidad reasignada, pero el esquema binario las excluye. En este aspecto, ellas experimentan la desagradable incongruencia de lo que han asumido ante lo que les es imputado.

Educativamente se ven fracasadas, por la situación de acoso escolar que las hace dejar la educación formal, aunque sean sobresalientes en sus materias. La deserción escolar sigue en aumento en la población Trans, frustrando sus deseos de superación académica, cumpliendo proyectos de darse un título universitario que ayude a subsanar sus carencias. Actualmente, en las atenciones registradas en la Clínica de Atención Integral OTRANS-RN, solamente el 2.77% tienen estudios universitarios, siendo solamente un 1.11% que posee el título en pregrado.[16]

Desde el ámbito profesional, las personas Trans no explotan al máximo sus capacidades debido a que los espacios generados (ya sea empresa, institución u

[16] Actualmente, no existe ningún paciente que acude al área de psicología de la Clínica de Atención Integral OTRANS-RN que tenga un postgrado. Este dato aumenta la frustración de las personas Trans, quienes son expulsadas de forma directa e indirectamente de los centros educativos.

otro) para la población general, limitan el acceso a esta minoría. Se ha encasillado a las personas Trans, laboralmente, como estilistas, meseras, trabajadoras sexuales, cocineras y maquiladoras. Los grandes pensadores han sobresalido por la oportunidad de generar sus ideas y alimentarlas con espacios acordes; una persona trans es poco probable, debido a la falta de formalidad con que las tomas los entes contratadores. La frustración, en este punto, es evidente, puesto que sus capacidades quedan limitadas, aunque tengan ideales altos. Sus opciones las encierran en las acciones que a ellas se destinaron, mas no las que se proyectaron en sí mismas.

Otra situación general que genera frustración en ellas es la situación amorosa. A causa del rechazo social que enfrentan, muchas personas que realmente viven un amor con la población Trans, no formalizan debido a las críticas y al posible exilio familiar. Ante esta situación, muchas personas Trans desean una relación estable, adecuada a sus aspiraciones, teniendo qué manejarlas únicamente en sus ideales no cumplidos.

Sugerencia:

- Como sugerencia general, lo que es más efectivo trabajar acá en las terapias, es la reasignación de valor a cada una de las áreas en las que se detecte frustración.

- Sirve de gran manera que se haga un plan para reestructurar las motivaciones, buscando nuevas rutas y alternativas sanas, que permitan no abandonar sus deseos, evaluando uno a uno si son efectivos.

- Es importante que se evalúen las creencias que ha interiorizado del cómo debe de ser o hacer las situaciones, y enseñarle nuevas experiencias.

- Si la persona Trans logra enlistar grandemente los triunfos alcanzados en su vida, la visión fatalista y frustrada merma.

ANSIEDAD

La ansiedad que aquí se plantea no es la normalmente aceptable, la que nos sirve para activar las acciones de defensa ante un peligro.

Es muy común encontrar síntomas ansiosos en la población Trans. Esta se deriva, mayoritariamente, por las mismas ideas anticipatorias de rechazo, de estar expuestas a la situación de calle. Muchas de estas personas ya han experimentado ataques físicos de odio, lo cual las lleva a generalizar sus patrones ansiosos.

Según los datos manejados en Clínica de Atención Integral OTRANS-RN, el 100% de quienes acuden a psicología ha referido ser blanco fácil de ataque, donde solamente un 15% ha sabido manejar las situaciones sin generar síntomas ansiosos de forma psicopatológica.

Por lo planteado, es evidente que la ansiedad en la población Trans tiene razones de soporte, pero ha de tratarse en clínica debido al manejo que se le debe de enseñar, para que sus efectos no sean destructivos sino enfocados a acciones que les orienten en la consecución de sus proyectos, aunque las limitantes sean muchas.

Sugerencia:

- Si el especialista en salud mental considera que la ansiedad sobrepasa los límites de autodominio, o está generando malestares en diversas áreas, ha de referir el caso con autoridades que puedan proporcionarle a la persona Trans los psicofármacos adecuados.

- Esto no desliga al psicólogo del trabajo, de la mano de los medicamentos (si se considera necesario) debe de ir la psicoterapia.

- Las técnicas que se utilicen pueden ser las generalizadas, como la relajación, pero también se debe de atacar el motivo directo.

- Es esencial calmar el síntoma, pero que se haga trabajo paralelo con la causa.

- Que la persona Trans sepa reconocer entre un peligro real y uno imaginario, y que tenga las herramientas para actuar en cada caso específico, de esta manera se enseña a discriminar entre la realidad y la fantasía.

- Como se describe anteriormente, la población Trans sí tiene causas objetivas de su ansiedad, por eso es muy importante que se le enseñe a tratar estas situaciones desde las primeras sesiones, asegurando el avance inmediato e integración de la realidad.

BAJA AUTOESTIMA

El motivo más sobresaliente de la baja autoestima es la falta de aceptación por parte de la sociedad en la cual está la población Trans. Este factor favorece a que no haya una autoestima aceptable de forma personal.

La baja autoestima se debe a que a las personas Trans se les impone una sexualidad, género y expresión de este que no corresponde al que van descubriendo conforme crecen y se genera consciencia de su verdadero ser. Al llegar a la etapa donde una persona es consciente de su individualidad, este sector encuentra una incongruencia, debido a que le han hecho creer, a fuerza de dogma, algo que no encuentra eco en su conocimiento personal, y este

enfrentamiento de realidades logra el desequilibrio emocional y rechaza lo que va descubriendo.

El esquema binario de géneros también abarca la parte estética de las personas, definen cómo debe de lucir y comportarse cada persona en los roles que se le asignan. Por las facciones del género opuesto al que se perciben se consideran con una anatomía no agraciada para los demás: mujeres trans con aspectos varoniles y hombres trans con aspectos femeninos. La baja autoestima se genera por el patrón mental instaurado, donde una mujer es mejor aceptada mientras más femenina sea y un hombre mientras más masculino se presente.

Este punto es delicado, debido a que se puede llevar al extremo de generar psicopatologías graves, con suicidios y prácticas autolesivas.

La falta de relaciones amorosas estables también contribuye a este aspecto. El rechazo directo de sus parejas emocionales repercute en las inseguridades afectivas propias, sumando un factor más donde se genera la baja autoestima. No es en sí la obsesión a la búsqueda de una relación, sino la no aceptación, las relaciones diversas ante las cuales no accede el hombre heterosexual que ha sido formado en los esquemas heteropatriarcales.

Sugerencia:

- A nivel general se puede sugerir fortalecer sus capacidades, provocar el insigth con su yo interno lleno de virtudes y talentos.

- También se sugiere evaluar sus creencias, cómo las ha interiorizado y de qué manera las está manejando, para poder encontrar rutas breves y efectivas en la solución de este conflicto.

- Se sugiere poner especial atención en este aspecto, para evitar que la baja autoestima devenga en psicopatologías más severas que puedan sobrepasar los niveles de dominio de la persona Trans.

- Este aspecto es el que ha cobrado mayores vidas en suicidios, por lo cual, el especialista en salud mental debe de enfocar sus procesos para empoderar, desde la realidad y la verdad, evitando el aumento del síntoma. Va de la mano de muchos otros conflictos, por lo que, al solucionarse, se está avanzando en muchos aspectos.

- También se debe de considerar en qué área está más reforzada la idea de desvalorización propia, para que se inicie sanando lo mayor a lo menor.

- Es imprescindible el camino hacia el amor propio, solo desde ahí se hará efectivo el proceso psicoterapéutico.

OBSESIÓN CON LA ESTÉTICA FÍSICA

Cuando una persona Trans empieza a descubrirse diferente de lo que le han proporcionado sus cuidadores primarios, el primer conflicto que entra en el esquema es el aspecto físico. Como se le ha enseñado cómo sí y cómo no se ve un hombre y una mujer, es cuando se ve diferente, y puede llegar a los síntomas obsesivos en su afán de encajar en ese esquema.

Este proceso, frecuentemente, lo realizan de forma empírica o con asesoría de pares que no tienen conocimientos científicos que puedan expresar las anomalías y daños que genera este tipo de conducta. El proceso ideal será siempre la asesoría con un profesional en endocrinología y otro en salud mental, haciendo un acompañamiento integral que genere mejores resultados.[17]

[17] Este tema será ampliado en el apartado del proceso de hormonización que realiza la población Trans.

En los actuales movimientos que están generándose en la sociedad, se da mucho más valor a lo físico, porque el colectivo se ha vuelto menos subjetivo, menos espíritu y más materia, de lo tangible, de lo que pueden comprobar con los sentidos. Es por esta causa que las personas Trans se obsesionan con el aspecto físico, debido a que necesitan que la sociedad las apruebe con el género y sexo que han descubierto y asumido; por ejemplo, una mujer Trans va a luchar constantemente por sentirse femenina, se iniciará en procesos que la encasillen como una mujer, se alejará de lo rústico, de lo rudo, de las fuerzas físicas con tal de ser aprobada como una mujer ante la sociedad. Para lograrlo necesita moldar ese físico y muchas veces maquillarlo con accesorios y otros elementos que le ayuden a ir mitigando (o matando) el antiguo aspecto masculino con que fue enseñada.

La obsesión con el físico se genera en mayor nivel por el deseo de aprobación que experimentan en su interior, a causa de las inseguridades ante la novedad y la falta de herramientas que les permitan responder de manera estable, sana y segura la reconstrucción de su identidad de género.

Este aspecto es de mayor composición mental, debido a que la obsesión es una idea intrusiva[18] que va generando acciones compulsivas si no se solucionan a tiempo. En lo físico, es esa recurrente idea que “debe de ser… debe verse como… si tengo el cuerpo de esta manera seré…” lo cual provoca las acciones planteadas y el malestar psicológico.

Sugerencia:

- Puestos los puntos que generan esta problemática, al trabajar la autoaceptación física general, se da solución a conflictos que crecen con el día a día.

[18] Manual Diagnóstico y Estadístico de Enfermedades Mentales 5. “Trastorno obsesivo-compulsivo y trastornos relacionados”. Pág. 235.

- Aquí es necesario enseñarle que las ideas plantadas e interiorizadas no tienen por qué seguir siendo asumidas como dogmas de estética; es decir, que es importante que la persona Trans capte que los estándares de belleza han ido cambiando con el pasar de los años, y no ha de buscar una adecuación a lo social solamente como manera de encajar, sino como un brote de deseo interior.

- En definitiva, la terapia de reemplazo hormonal es la forma más efectiva de adecuar su estética corporal a su verdad interior, lo cual debe de hacer acompañada.

- Un aspecto que no se debe de escapar es el hecho que la persona Trans no se deje asesorar por personas sin experiencia científica; de igual manera, si el profesional en salud mental que está llevando el caso no se siento en la capacidad de acompañar en este aspecto, es necesario que se refiera a un colega que sí domine el proceso, para no afectar más a la persona Trans acompañada.

- Es necesario solucionar y desenmascarar la obsesión que domina, para que bajen las acciones o compulsiones.

- Como generalidad, el proceso acá debe de enfocarse en reasignar la dignificación corporal, para que su caminar sea en modo pacífico y no de guerra consigo misma.

PRÁCTICAS AUTOLESIVAS

Esta situación va de la mano con el estado de ánimo de la población Trans, quienes siguen sin tener un espacio digno dónde desarrollarse como su identidad lo exige. Pareciera que son una población propensa a trastornos depresivos, pero únicamente el 2.75% de las atenciones ha evidenciado esto.

Ciertamente las prácticas autolesivas van de la mano con depresiones, pero a lo que aquí se refiere, es a las formas en que la población Trans está mitigando ese sentimiento de impotencia.

Las prácticas autolesivas más comunes son las que se relacionan a adicciones. No es que la población Trans presente una alta incidencia en adicciones, sino que utilizan estos elementos para escapar de la realidad que enfrentan a diario y les provoca malestar clínicamente significativo. El consumo de alcohol, por ejemplo, es más frecuente en las mujeres Trans que realizan el trabajo sexual, debido a la difícil situación de estar soportando lo que contrae la vida nocturna, exigencias de clientes, rivalidades entre iguales y otras situaciones que no se experimentan diurnamente.

Otra de las causas de esta conducta es por la disfunción familiar que se genera a raíz de múltiples factores, pero el hecho de contar con un miembro Trans, agrava las condiciones, y si a este panorama se le suma abuso infantil, la predisposición es mucho mayor. Las personas Trans ven el dolor físico una forma de liberación de la tensión emocional interna.

Los enfrentamientos violentos físicos entre parejas de personas Trans son comunes, según se ha visto en las consultas psicológicas individuales. Se coloca en este apartado, aunque se relaciona con muchos más, por el hecho de forzar a mantener una relación que les destruye, donde ellas mismas permanecen con voluntad. Es autolesivo porque están en conciencia que sufren y se destruyen poco a poco, las fuerzas que las motivan a seguir no son sanas y tampoco que las ayuden a crecer, pero entra la influencia del total de situaciones que las hace elegir sin conciencia plena de la situación.

Sugerencia:

- Se sugiere indagar en la causa directa que provoca el malestar anímico y deviene en las actitudes autolesivas.

- Referir a un médico para la evaluación de posibles heridas, formas de cura medicinal y cualquier otro procedimiento que se considere necesario.

- Dar tratamiento psicoterapéutico para el manejo de adicciones, las cuales son fuente frecuente de las acciones autolesivas. Si se considera necesaria la intervención de centros especializados en tal situación, debe de procederse de inmediato para evitar complicaciones en el síntoma.

- Se recomienda que se promueva una interpretación de sus relaciones afectivas, se reconozca el patrón de agresión y no se continúe en ellas. Identificando los inicios, es muy probable que la persona Trans se ayude en el crecimiento propio y renuncie a agravar las situaciones.

- No se debe de dejar de lado el trabajo psicoterapéutico del fortalecimiento de la autoestima. Con este elemento el trabajo a realizar se torna mucho más efectivo con cambios notorios en corto tiempo.

- Evaluar la forma en que está fallando en la resolución de conflictos, debido a que la autolesión es producto de un escape, a veces irresponsable, de las problemáticas que puede estar enfrentando en su cotidianidad.

- Dotar a la persona Trans en terapia de herramientas que le ayuden en el buen funcionamiento de motivaciones, que las causantes de esta conducta sean anuladas y promovidas nuevas y mejores.

ACTITUD AGRESIVA

Aunque se ha popularizado que la población Trans es agresiva, esto es en realidad una creencia errónea. Muchos de los que promueven esta idea pocas veces han tenido trato cercano con personas Trans. Es un claro ejemplo de la generalización.[19] Aquí se limita a exponer únicamente a las mujeres Trans, quienes son las que presentan esta actitud, hablando de generalidades.

Entonces ¿Por qué se coloca como una de las problemáticas comunes, si no se presenta en la población Trans en general?

Ciertamente no se presenta en toda la población Trans, pero sí hay actitudes agresivas que se evidencian en el trato cotidiano inicial, es decir, es la forma en que la población Trans se presenta en un inicio, pero rápidamente botan esta situación al encontrar en las otras personas que respetan las diferencias.

Esta actitud se deriva de la forma en que han sido tratadas comúnmente, por el ataque constante y el rechazo evidente al que están involucradas. La respuesta que se obtiene por estos fenómenos es la agresividad, como una reacción de defensa sobre los estímulos desagradables que atentan contra su dignidad y vida. De igual manera, la misma idea paranoide es la que reacciona con esta actividad, pero es muy común que se genere un cambio rápido al tener evidencia de lo contrario.

La actitud agresiva es más notoria y recurrente entre las mismas mujeres Trans, es decir, entre ellas hay continuos ataques y reproches, donde se mofan de apariencia, actividad y posturas que parecen amenazantes o desagradables. Se agrava más entre compañeras que ejercen el trabajo sexual, debido a la clientela que las requiere, luchan por preservar su lugar geográfico y a los que ya identifican como aliados para el incremento económico en tema de remuneración

[19] Este mecanismo de defensa lo manejan sin la idea de que lo sea.

de servicios. Se han presentado casos de pacientes que han sido agredidas físicamente por otras compañeras, teniendo heridas con arma blanca, golpes causados por puños, ataques masivos, entre otras formas de violencia física.[20]

La actitud de agresividad por defensa, no solo se debe por pares, sino por la delincuencia a la cual ellas están muy de cara, donde también deben de defenderé para preservar sus vidas y procurar sobrepasar las expectativas de vida que se tienen por todas las situaciones que se aglomeran en su entorno.

Sugerencias:

- Enseñar a la persona Trans el control de impulsos. Es necesario que aprenda a discriminar las exageraciones de expresión que pueda mostrar ante situaciones que, probablemente, no amerita esa conducta.

- Inducir a la persona trans a una rutina de meditación dirigida por sí misma que le permita pacificar los impulsos internos sin represión.

- Ayuda a generación habitual de ejercicio físico, que permita la canalización de la agresividad por medio de sanas acciones, gastando energías que son fácilmente utilizadas para las riñas y respuestas verbales groseras en situaciones que generan mayor conflicto.

- Se recomienda dar opciones de ocupaciones donde se integre con otras personas para la sociabilización. De esta manera aprenderá a encontrar nuevas formas de responder, según la experiencia que vayan narrando personas con las que se relacione.

[20] Una de las pacientes, que ejerce el trabajo sexual, refirió un ataque a manos de otra mujer trans compañera de actividad económica, asegurando que era la manera realizada para ser aceptada en las calles, sin tener inconvenientes y la dejaran ejercer su acción sin ningún obstáculo por parte de otras compañeras Trans. Según comenta, hay una mujer Trans encargada de manejar estas situaciones, donde las demás deben de someterse al liderazgo (muchas veces forzoso) para que la convivencia entre pares sea de la forma menos violenta posible.

- Que la persona Trans aprenda a identificar los propios sentimientos, y desenmascarar a la agresividad, para que encuentre qué está en el fondo ocasionando las situaciones desfavorables.

- Uno de los grandes retos es el diálogo, no solo donde se exprese asertivamente, sino también donde reconozca la opinión de otros como algo diferente y no un ataque.

- Identificar nuevas rutas para resolver problemas, donde no aplique la agresividad en cualquiera de sus expresiones, sino utilizando las formas más convenientes y reivindicativas.

SENTIMIENTO DE CULPA

Esta problemática la presentan en menor nivel. Lo que genera culpa en la población Trans es en relación con sus familiares que, por los esquemas interiorizados, los asumen y duelen ante la ruptura de un futuro programado según lo que asignaron, presentándose ante un futuro que ya no será, y esta vez con la difícil tarea de proyectar nuevos ideales según lo que su hija o hijo Trans ha asumido.

Las personas Trans sufren en sí mismas la dicotomía de “lo que mi familia quiere y ha esperado que sea, contra mi identidad que voy descubriendo y me hace sentir plenitud interna”.

Puesto de esta manera, la culpa que les genera es el sufrimiento que le causa a su grupo primario de apoyo, sabiendo que es a causa de algo que le compete únicamente a ella, sintiéndose responsable de los desprecios, llantos, reclamos, angustias y otras expresiones de duelo que manifiesta la familia.

El duelo[21] consta de cinco etapas: negación, ira, negociación, depresión y aceptación.[22] Se relaciona con el sentimiento de culpa que experimenta la población Trans, con claras excepciones, debido al proceso al que se introduce, no solo a quien lo experimenta en sí mismo, sino también a la familia, que sufre una alteración en su dinámica de convivencia, según sus normas internas asumidas.

Se habla de duelo porque en este caso hay una muerte, hay una ruptura de lo que se esperaba de la persona Trans miembro de una familia esquemáticamente heteronormativa y que ya no se cumplirá. Genera la pérdida de ese estilo de vida esperado. Si se integra de forma sana, al terminar el duelo, se espera la alegría y acompañamiento del renacer de la persona Trans; pero, en nuestra situación cultural y educativa, esto es una utopía, puesto que muchos de los miembros de la familia de la persona Trans, se quedan estancados en la negación e ira. Es muy común que la madre sea quien alargue el proceso en el paso de la negociación, tratando de dialogar con expertos y con la misma persona Trans para que corrija lo que ella considera está mal. Por su parte, el padre es quien transita mayor tiempo entre la negación y la ira, debido al comportamiento que se le ha inculcado y su rol dentro de la dinámica familiar.

Se tocan los temas de duelo en la familia porque ese proceso en sí es el que genera malestar clínicamente significativo en la población Trans, transformándolo

[21] En el DSM se plantea el duelo cuando hay una muerte de un familiar o persona cercana. En este caso se usa la analogía de la muerte física con la muerte de los ideales o de la persona miembro de la familia que no corresponde con su identidad. Desde otro punto, el duelo acá se menciona para la muerte del hijo que fue formado, pero ha asumido su identidad transgénero, teniendo una nueva perspectiva de ese ser que se presenta como novedoso. Se recalca que no es una muerte física, literal, quitando la rigidez de los conceptos, adaptándolo a lo que el contexto acá permite.

[22] Arturo Torres. Psicología y Mente. “Las cinco etapas del duelo: El modelo de Elisabeth Kübler-Ross”.

en culpa por el atravieso que enfrentan sus cercanos ante una realidad no escogida pero sí asumida.

Sugerencias:

- Generar la comprensión que la identidad de género se construye basándose en el conocimiento propio de lo que va asumiendo y no una elección caprichosa o banal.

- Acompañamiento psicoterapéutico a los miembros de la familia para un sano atravesamiento del proceso del duelo. Es esencial que el profesional en salud mental este muy sensibilizado con el tema Trans y con la dinámica familiar, de lo contrario puede generar mayor confusión y agravar los problemas. Si se considera no estar capacitado para el efecto, es mejor referir a quien sí lo esté, asegurando la sanidad de todos los miembros de la familia.

- Es necesario que la persona Trans en proceso psicológico reconozca el centro de la culpa, de esta manera podrá analizarla y dotar de sentido la situación, generando una responsabilidad motivadora y no una culpa devastadora.

- La sugerencia importante para darles es que no deben de pedir perdón o disculparse por la situación en la que se ve involucrada la familia o seres cercanos afectados, de lo contrario se estará reforzando la idea que es una elección y no un descubrimiento, una psicopatología y no una normalidad.

- Que exista acompañamiento cercano, donde la persona Trans vaya despejando sus dudas y no se aferren a ideas dañinas. Es necesario enseñarle a evaluar cada situación de forma objetiva y sin intervención de la culpa.

HIPERSEXUALIDAD

Esta situación es más recurrente en la población Trans femenina, por lo cual se limita este apartado a ellas específicamente. No se hace referencia a la actividad sexual abundante como parte del derecho que cada ser humano tiene, sino a la cantidad anómala y adictiva de realizarla. Se considera adictivo cuando el sexo saca de sus responsabilidades a la persona y esta actividad ocupa lo esencial en la convivencia con otras personas, alcance de metas, procrastinar proyectos, entre otros.

Por la baja tolerancia a la frustración, muchas de ellas presentan hipersexualidad para evadir sentimientos que son desagradables, generando orgasmos continuos, logrando la sensación placentera que contrarresta los efectos de procesos inconclusos.

El mismo rechazo de su situación como mujeres Trans promueve la existencia de una vida con marcada hipersexualidad, donde en esta actividad se esconden para liberarse de los prejuicios sociales y los estigmas de que son víctimas. En este caso, el acto sexual se utiliza como escape, y se convierte en frecuente y constante con múltiples parejas, porque el sentimiento desagradable provocado por la discriminación es recurrente.

Si la mujer Trans está en proceso de terapia de reemplazo hormonal, es muy probable que el desequilibrio interno la lleve a una elevación de la libido, provocando la constante búsqueda de actividad sexual.

El trabajo sexual no se toma como una actividad de hipersexualidad, debido a que no es por el mero placer que realizan esta acción económica, sino por las necesidades básicas de supervivencia.

Sugerencias:

- Generar discriminación de acciones en la paciente Trans para que sepa en qué momentos el sexo se está convirtiendo en un acto debido a su adicción.

- Promover actividades en su proceso diario, donde incluya meditación para el enfoque de energías y no devengan en las prácticas sexuales.

- Es indispensable que se refiera a instituciones donde constantemente se realice chequeo médico para detección de VIH, Sífilis y otras infecciones de transmisión sexual.

- Procesos de sanación interior.

- Incremento de la capacidad para sobrellevar la frustración, encauzando su accionar a otras actividades que le permitan equilibrarse, llevando una adecuada práctica sexual sin necesidad de utilizarla como escape.

- Dotar de técnicas que le permitan el control sano de esta práctica.

- Si es por causa de la terapia de reemplazo hormonal, es recomendable que la parte médica decida las acciones a tomar; el profesional en salud mental no puede quedar excluido, pudiendo dar a la paciente una claridad que explique su actuar con la hipersexualidad.

DEPENDENCIA EMOCIONAL

Una de las situaciones más comunes es la dependencia emocional. Esto se evidencia cuando sufren por las rupturas amorosas. De por sí, a la población Trans le es muy difícil generar relaciones amorosas, por situaciones de cultura y esquemas en la población general.

Generan esa dependencia al tener pareja porque consideran que “nadie va a querer estar con una persona Trans”, entonces, al tenerla, se entregan de tal manera que pierden su libertad, dando todo de sí, incluso lo que atente contra su dignidad, con tal que esa relación no termine. Pueden estar sufriendo maltratos, pero permanecen por el apego afectivo que vinculan a sus vidas.

El vacío interior que experimentan hace que amarren a alguien más sus ideales, autoestima, sentido de sí, y lo que representa seguridad para una persona Trans. No distinguen sus necesidades esenciales y tratan de poner ese sentido en los otros.

La carencia de límites y espacios definidos hace que lleven al extremo, es decir que no saben parar las situaciones a tiempo, llevan al extremo las acciones con tal de continuar y no hay felicidad sino comodidad.

Son personas que han sido atacadas y buscan el rescate, y esto lo manifiestan tomándole la mano a quien se las brinde, sin tener el conocimiento de qué intenciones lleva la otra persona, y cuando están enrolados en las relaciones codependientes, ya no ven la manera de salir y ganar libertad empoderada.

Sugerencias:

- Es necesario, si la persona terminó una relación, que el experto en salud mental encamine de forma acertada por el proceso del duelo, para dar por terminado lo que está atravesando. Así se asegura que no se retomen las conductas destructivas.

- Ayuda mucho el fortalecimiento de la autoestima, porque se genera estabilidad interna y la persona Trans va entendiendo su valor personal, no entregándolo a la esclavitud de cualquier situación.

- Cuando se le enseña a la persona Trans a discriminar los inicios de una situación conflictiva-dependiente, es más accesible que opte al abandono inmediato, empoderando sus decisiones para su crecimiento y beneficio.

- Para el proceso más acertado, es necesario que se identifique la causa o causas del apego, qué lo originó y cómo desprenderlo para que se genere el cambio deseado en favor de la persona Trans que acude a psicoterapia.

- Es efectivo evaluar la vida infantil, pero es más productivo ver las conductas actuales en las que se está perdiendo. Los procesos en que se gana independencia y se generan citas a solas han demostrado en esta clínica los avances tan beneficiosos para la independencia de la población Trans.

HISTRIONISMO

El DSM-V da como característica principal la emotividad generalizada y excesiva y el comportamiento de búsqueda de atención.[23] En la población Trans es muy evidente esta problemática, que en algunos casos sí llega a ser trastorno, pero en la mayoría solo se ve como rasgos que deben de trabajarse para mejorar la calidad de vida de la persona.

Tienden siempre a ser el centro de atención, buscan la manera de sobresalir haciéndose notar. Cuando no lo son, sienten incomodidad. En los discursos que se generan en terapia, cuentan sus situaciones con cierta altanería, ante todo aquellas donde se evidencie que fueron superiores y quedaron sin su orgullo herido.

Usan mucho el comportamiento sexual para poder acercarse a los demás, como se trata en el apartado de hipersexualidad. Esto se ve muy frecuente porque utilizan la parte corporal para hacerse notar, y el área sexual es siempre más

[23] DSM-V. “Trastorno de la personalidad histriónica”. Pág. 667.

llamativa para el grupo al que se acercan. Pueden llegar, incluso, a sexualizar totalmente una relación con tal de generar expectativas en los otros.

Un aspecto muy evidente del histrionismo es el cambio repentino de sus emociones. Pueden estar en mucha alegría, riendo y festejando, pero al menor indicio de ataque o humillación pasan al enojo muchas veces desproporcionado ante lo que la situación amerita. La expresión de cada emoción tiende a ser maximizada. Exageran y se van a los extremos de la misma emoción, es decir que ríen a carcajadas con las bromas, gritan exaltadas con el enojo y lloran descontroladas con la tristeza.

El físico es su mejor herramienta para atraer la atención. Incluso pueden caer en la vestimenta extravagante con el objetivo que se fijen en su presencia. Por lo general, las mujeres Trans exageran los aspectos femeninos y los hombres Trans los masculinos, de esta manera son vistos como tales.

En la forma de hablar se demuestra peculiaridad, divagan en los detalles. Su tono de voz es teatral, de acuerdo con la situación de momento. Exageran las expresiones de risa o llanto, también usada como una forma que los que están en su entorno se enteren que está presente.

Es un sector muy sugestionable. Aunque mantienen liderazgo, son fácilmente influenciables por alguna del grupo que sea líder. Se someten frecuentemente al liderazgo de alguien y le son fiel, incluso haciendo aquello que va contra sus deseos o contra lo que consideran correcto.

En sus relaciones son muy intensas. Pueden llevar muy pocos días de conocer a una persona y entregan todo cuanto pueden con tal de vivir al máximo esa emoción, es entonces cuando más frecuentemente salen dañadas. De igual manera, una ruptura de cualquier tipo de relaciones recién establecidas puede

devenir en síntomas depresivos. Consideran a sus relaciones más estrechas de lo que son en realidad.

Sugerencias:

- Lo efectivo en estos casos es enseñarle a la persona a encontrar los límites emocionales, que detecte cuándo está sobrevalorando y pueda manejar los procedimientos continuados.

- Cuando se trate con una persona Trans que tenga arraigados los síntomas y signos histriónicos, es importante tratarla como una persona adulta, que se sienta ajena al juego de manipulación al que está acostumbrada.

- El profesional en salud mental debe de mantener una actitud de seriedad sin caer en el extremo, es solo que debe de ser referente de cómo ha de comportarse una persona adulta, y esto servirá para que aprenda por obra lo que por palabra no podría.

- En cada situación es beneficioso que se le comparta las técnicas para tomar decisiones que le llenen de paz y no generen desasosiego en su interior. De esta manera generalizará la forma de proceder de acuerdo con sus urgencias momentáneas.

- La aceptación de su yo real genera siempre mucho avance en la psicoterapia, pues se asume el todo y la colocación de su puesto en la sociedad no es extravagante, desajustado ni impuesto; todo fluye en el sentido de serenidad.

ABUSO DE SUSTANCIAS

La población Trans no presenta un alto número estadístico en materia de adicciones, aunque así se ha planteado ante la sociedad. La actividad más

recurrente es el abuso, aunque son capaces de separar el consumo de sus actividades cotidianas.

Una de las razones más presentadas en clínica es la sensación de vacío y soledad. De igual manera como ocurre con otras prácticas, esta sirve para alejarse de la realidad que le duele y pesa en su ser total; es decir que, para no enfrentarse a su dolor y asumirlo para redimirlo, prefieren escapar con acciones que les permitan la distracción parcial o total. Por ejemplo, acuden al licor y otras sustancias en horarios nocturnos evadiendo la soledad de llegar a sus habitaciones. En las personas que se han tratado, no es adicción debido a que son capaces de trabajar esta problemática de forma rápida, alejándose de la ingesta de licor y otras sustancias con facilidad y rapidez.

Muchas personas de la población Trans acuden al abuso de sustancias debido a la imitación. Cuando están en contexto de apoyo por parte de pares, realizan las prácticas que ven en ellas, por lo que realizan el consumo debido al grupo al que están acudiendo. Este tipo de conducta lo describe Bandura, donde afirma que hay actividades aprendidas por la observación[24], como es el caso de las poblaciones nuevas de personas Trans que acuñan a su vida este tipo de consumo. El hecho de querer pertenecer y encajar en un determinado grupo es que lleva a algunas personas Trans a consumir sustancias que perjudican su salud.

La situación del trabajo sexual hace que se genere este abuso a sustancias. Estar en las noches es un reto demasiado exigente y fuerte para las mujeres Trans, y acuden a la ingesta de sustancias por el hecho de tener una ayuda que permita la

[24] Bandura lo llamó Aprendizaje Vicario. “Técnicamente, el aprendizaje vicario es el tipo de aprendizaje que ocurre cuando observar el comportamiento de otros individuos (y los resultados que tienen esos comportamientos) hace que se extraiga una conclusión sobre el funcionamiento de algo y sobre qué conductas son más útiles o más dañinas”. Aprendizaje Vicario: Observando a otros para educarnos. Adrián Triglia. Barcelona.

supervivencia del ambiente de calle.[25] Este apartado es más frecuente en mujeres Trans; hasta el momento no se considera problemática para los hombres Trans.

Los problemas afectivos las llevan también al abuso de sustancias. Las heridas emocionales son muy frecuentes en esta población, y a manera de superación, según lo han asumido erróneamente, acuden a esta práctica.

La mayoría de la población Trans ha sido exiliada de sus hogares por la situación que experimentan. Cuando inician a asumir su identidad real, son desamparadas frecuentemente en la adolescencia o juventud temprana, por lo cual no tienen una guía adecuada de cuidadores primarios, generando actitudes autodestructivas dentro de las cuales sucede el abuso de sustancias.

Sugerencias:

- Referir a área médica que realice una evaluación corporal para saber si existen daños o no por la ingesta de sustancias nocivas.

- Provocar la generación de un sentido de vida superior, lo cual permita el trabajo conjunto para que sus acciones no sean autodestructivas y se inicie a caminar según la meta planteada.

- Es necesario que se le enseñe a discriminar entre las acciones constructivas y destructivas que realizan sus pares, para que sea capaz de rechazar lo que puede provocar dificultades en su vida y crecimiento

[25] Una de las pacientes atendidas narra esta situación de la siguiente manera: “Yo me alcoholizo y me drogo pero no porque me guste eso, es que lo hago para aguantar el frío de la noche y la madrugada, también porque hay muchos hombres que te quieren agredir, entonces lo hago para que no me ponga tan mal. Una vez un hombre me pegó, pero como yo andaba con mis tragos, no me dolió tanto en ese momento y seguí trabajando. Por eso te digo, yo no me drogo porque quiera, yo lo dejo de hacer en cualquier momento, pero es una ayuda que me doy para aguantar estar en las calles”.

personal. Por ejemplo, que sepa y actúe ante el consumo de sustancias que hacen las demás personas y asuma solo lo útil.

- El profesional en salud mental ha de enseñarle nuevos métodos para que pueda manejar la situación de calle, sin que se vulnere más su acción económica (trabajo sexual), y que pueda proteger su integridad física hasta donde sea posible.

- Ayuda mucho la realización de un horario donde se incluya el ejercicio físico. De esta manera se canalizan las situaciones momentáneas y se realiza un tipo de desintoxicación corporal.

ABUSO SEXUAL

Lejos de lo que antes se creía, que los abusos sexuales generaban las conductas diferentes a la heterosexual, es una acción muy conflictiva y dolorosa que provoca problemas de diversos tipos, mas no modifica la esencia del ser. Como se plasmó en el inicio, la orientación sexual y la identidad de género no son adquiridas, sino asumidas basándose en lo que se va descubriendo.

El abuso sexual genera en la población Trans la problemática que ya se ha descrito, es la razón por la cual se coloca al final. Este aspecto sí debe de ser la generalidad, donde la persona Trans ha interiorizado el trauma como una acción que le agravará las situaciones mencionadas.

Hasta el momento, ningún miembro de la población Trans atendido en clínica ha evidenciado ser este el motivo por el cual asumieron su identidad de género. De hecho, lo mencionan con mucha confianza y lo han solucionado en un corto tiempo.

Las heridas que deja este evento son profundas, pero ninguna atenta contra su identidad de género, ni tampoco es determinante. Se conciben como hechos aislados, que repercuten en su vida general. Es decir, el abuso sexual es fuerte detonante de agresividad, dependencia a sustancias y/o afectivas, depresión, ansiedad, entre otras psicopatologías, pero no lo es en la identidad de género, no se modifica lo que se va descubriendo; puede distorcionar la realidad, pero no modificar la esencia. Si la persona se asume como hombre o mujer, es por identidad, no por herida.

Sugerencias:

- Lo inicial es identificar qué áreas están afectadas. A partir de ese punto que se tome la vía que se considere la mejor para tratar cada aspecto.

- Reconciliación con quien agredió a la persona Trans para el cierre de procesos que estén ocasionando malestares dentro de su ambiente interno o externo.

- Proceso de integración con las situaciones pasadas. Es necesario que se logre una sanación total con lo sucedido, que no se minimice la acción, pero tampoco se maximice y se caiga en la victimización de su ser, ya que esto hará que se refuercen las otras problemáticas.

- Utilizar todas las sugerencias planteadas anteriormente, depende la problemática que haya generado el abuso sexual, de ser necesario.

PROCESO PSICOLÓGICO EN LA TERAPIA HORMONAL

Dentro de los procesos de crecimiento para la salud emocional adecuada de las personas Trans, le Terapia Hormonal (TH) es, sin duda, la más efectiva para encontrar el sano equilibrio y la resolución de muchos conflictos. Esta acción les ayuda también a presentarse físicamente más acorde a su yo interior. Cuando una persona con aspecto masculino refiere ser una mujer, entra en conflicto todo el entorno, porque el esquema social ha enseñado que una apariencia masculina atañe únicamente al ser hombre, dejando de lado la diversidad que siempre ha existido pero que ahora recibe nombre. En esta situación, la TH ayuda a que el estigma y discriminación sean disminuidas, concordando en una apariencia e identidad de género más acoplada al esquema social. Aunque siguen habiendo rechazos.

La experiencia obtenida en Clínica de Atención Integral OTRANS-RN ha permitido el establecimiento de cómo proceder ante esta situación. En la TH, la persona Trans puede optar a ella en el momento que considere oportuno. Sin embargo, el trabajo realizado con un equipo multidisciplinario hace que sea más efectivo y sin secuelas lamentables.

Entonces ¿Cómo proceder ante una situación de TH desde el área psicológica?

Se presentan los pasos que se valúan, pero ha de tenerse en cuenta que solamente son generalidades, a cada caso se le debe de dotar de la individualidad, generando planes de trabajo psicoterapéutico de acuerdo a lo que se necesita de momento. Que haya sido funcional con una persona Trans no garantiza que lo sea para todos.

En los anexos se puede encontrar esta fuente primaria que recaba la información descrita a continuación.

A. LOS DATOS

Lo primero que debe hacer el profesional en salud mental es indagar todos los datos posibles de la persona Trans. Nombre social y nombre civil[26], edad, fecha de nacimiento, lugar de nacimiento, lugar de residencia actual, religión, profesión, oficio, años de estudio, nivel académico, acompañante/s de vivienda, y todos los datos posibles que generen una imagen total de la persona a tratar. Esto ayuda a que se tenga muy claro con quién se está trabajando y no caer en el riesgo de limitar el todo a partes aisladas. Es esencial para que la TH sea enfocada en su contexto específico.

B. DINÁMICA FAMILIAR

En este punto se necesita indagar mucho. Es esencial recoger la información de cómo percibe a su familia, cómo es tratado en ese círculo familiar y cuál es la causa de todo lo que vive la familia como tal. Se le pregunta si su familia sabe sobre su identidad de género, cómo lo asumieron o en qué proceso se encuentran ante este hecho. Si la persona no ha dado el paso de tener apertura sobre su identidad de género en su familia, es necesario suspender el proceso de TH y enfocarse en esta limitante, puesto que no es sano que inicie una transición donde va a estar de cara con cambios físicos evidentes. Es necesario recalcar que el primer paso es la aceptación personal de su verdadero ser, pero que es de compañía con el conocimiento de la familia, de esta manera se dan mejores procesos. No es necesario que la familia esté de acuerdo con lo que la persona Trans va a iniciar, aunque sería lo más recomendable; solo se necesita que se sepa para que no haya impactos más fuertes y se mitigue el dolor del duelo.

[26] El nombre social es aquel que la persona escoge acorde a su identidad de género, mientras que el nombre civil es el nombre que le fue impuesto. En Guatemala, el nombre social puede pasar a ser civil en el momento en que se lleva a cabo el cambio de nombre a través de un trámite administrativo.

Si el profesional en salud mental encuentra una difícil problemática familiar, queda a su consideración si da el aval o no sobre la TH para quien lo requiere

C. HISTORIA DE VIDA

Esta es la parte donde más ha de centrarse el profesional en salud mental. No se ha de indagar tanto en las problemáticas que se mencionaron antes, aunque es importante. Aquí el centro son las acciones de cómo se veía desde la infancia, cómo percibía su entorno y qué conflictos tuvo para empezar a descubrirse como una persona Trans. Las preguntas que pueden ser muy útiles son las siguientes:

- ¿Te gusta que te trate de él o ella?
- ¿Cómo te ves interiormente? Olvida el físico, cuando cierras tus ojos ¿Cómo te ves?
- En tu infancia ¿De qué jugabas?
- ¿Qué juguete te hubiera gustado tener?
- ¿Desde cuándo de ves como una mujer/hombre? (Esta pregunta es determinante. Si se responde antes de los 12, estamos ante un auténtico caso de persona Trans, puesto que ya hay concepción de verse a sí mismo como diferente a lo que le han marcado.
- Puede incluirse cualquier pregunta que se considere necesaria para obtener información sobre la identidad de género.

D. MOTIVOS APARENTES Y MOTIVOS REALES

En clínica pueden aparecer muchas intenciones, que son el impulso por el cual la persona Trans toma la decisión de iniciar el proceso de TH. Se necesita descubrir el verdadero motivo, pues algunos efectos de esta terapia son irreversibles, pudiendo generar frustración en quien la inicie.[27]

[27] Estos efectos se le hacen notar a la persona en el consentimiento informado que firman voluntariamente luego de la entrevista con área médica y área psicológica. Es indispensable que

Los motivos reales y necesarios que debe de presentar la persona que se somete a la TH es la identidad de género distinta a la asignada, donde pueda estar en un avance sobre su realidad. No se necesita que esté reconciliada con su totalidad, sino que desee iniciar el camino. Si se descubren intenciones aún dudosas no hay qué negarles el servicio, sino que acompañarlas en el proceso de la búsqueda. Lo más recomendable es que inicie psicoterapia semanal, para que pueda concluir procesos. Siempre será más efectiva la TH con estabilidad mental que la que se inicia con problemáticas desajustadas.

Uno de los motivos aparentes más recurrentes es lograr la imagen del género al cual se sienten identificados. Es aparente porque no es suficiente este motivo para dar la aprobación a la TH, es decir, si es solo por la apariencia bastaría con travestirse. El motivo real sería ciertamente identificarse físicamente con el género asumido pero no por mera apariencia, sino como una acción secundaria de haberse descubierto diferente y acoplar su yo real con su yo aparente. Si se basa solo en lo físico, se puede estar tratando de una insatisfacción corporal, aunque puede derivar de una identidad de género, se encuentra ante una problemática que debe de corregirse antes de la TH. Es decir, la persona que se ha descubierto Trans debe de primero hacer las paces con su físico, reconociendo las diferencias, para que su transición sea por opción de estar en concordancia y no por un duelo con su parte corpórea.

Otro motivo aparente que se han encontrado en clínica es acceder al proceso de TH porque su pareja afectiva le ha pedido. En este caso se ha dado la recomendación de no iniciar la TH, teniendo el acompañamiento necesario sobre este aspecto. Toda motivación auténtica y real es aquella

---

se genere uno en cada lugar, resguardando la confidencialidad y asegurando la plena consciencia del proceso. Se pueden leer más explícitos en el inciso E.

que surge del interior de la persona y lo lleva a cabo en soledad, aunque exista apoyo de otras personas, no debe de haber injerencia en esta decisión. En casos como este se está ante una violencia directa sobre las acciones individuales, es de urgencia trabajar esta situación dejando de lado totalmente la TH.

En clínica han dado manifestaciones aparentes como: hormonizarse para tener novio, para ser representantes de algún certamen de belleza, para ampliar los glúteos, para reafirmar aspectos físicos estéticos, para conocer a más hombres, entre otros. Estos casos son los que no se considera prudente iniciar con la TH, quedando ya a criterio de la persona trans, debido a que las motivaciones no son las adecuadas.

En conclusión a este inciso, el único motivo aceptable por el cual la persona se considera apta para la TH es la identidad de género asumida que no concuerde con la impuesta. Es estar ante una auténtica persona Trans, aunque tenga problemáticas, puesto que pueden ser trabajadas por el profesional en salud mental.

E. POSIBLES EFECTOS SECUNDARIOS

Esta área debe de ser explicada por el área médica, pero corresponde al profesional en salud mental hacerle la plena consciencia de lo que está por experimentar la persona Trans. Todo soporte objetivo lo dará el médico que evalúe y ordene los exámenes de laboratorio, y para conocimiento del psicólogo, están los siguientes, aclarando que no se dan siempre, se enlista el total de efectos posibles, siendo algunos de ellos muy escasos vistos en clínica.

- Crecimiento y desarrollo de senos. El tamaño de los senos varían en cada mujer. No es predecible y no siempre es simétrico. El tamaño logrado no es proporcional a la dosis hormonal recibida; Dosis

mayores de hormonas feminizantes no harán que se obtenga un volumen mamario mayor, ni que los efectos sean visibles en menos tiempo.

- Los testículos se vuelven más pequeños y suaves, y producen menos espermatozoides.
- Los testículos y la próstata se atrofian.
- Infertilidad (incapacidad de lograr el embarazo con una mujer cogenero); el tiempo que esto tarda en ocurrir y en convertirse en algo permanente varía mucho de una persona a otra, pero puede ocurrir esterilidad permanente tras 6 meses del uso de estrógenos.
- Pérdida de masa muscular y de fuerza, especialmente en la parte superior del cuerpo.
- Aumento de peso. En este caso la grasa tiende a ir a los glúteos, las caderas, cara, brazos y muslos, en lugar del abdomen y la sección media, haciendo que el cuerpo se vea más femenino.
- La piel se vuelve más suave y el acné puede disminuir.
- El vello facial y corporal se vuelve más suave y liviano y crece más lentamente. Si bien el vello corporal disminuye, el facial no siempre desaparece del todo. Existen otros tratamientos para eliminar el vello no deseado.
- La calvicie masculina puede ralentizar o parar, pero el pelo generalmente no vuelve a crecer.
- Disminución de la fuerza de las erecciones hasta desaparecer totalmente. La eyaculación se vuelve más fluida y hay menos cantidad.
- La terapia hormonal no cambia la estructura ósea de la cara ni del cuerpo; su nuez de Adán no se encoge.
- La voz sufre pocos cambios, ya que la laringe adulta es poco sensible a esta terapia hormonal.
- Puede causar niveles elevados de prolactina.

- Retención de líquidos
- Alteración de la función hepática
- Cálculos en la vesícula.
- Alteraciones digestivas: náuseas y vómitos, especialmente al principio del tratamiento con estrógenos.
- Infertilidad.
- Cefaleas. [28]

Estos efectos detallados anteriormente son los que le corresponden al área médica y de laboratorio determinar. El profesional en salud mental deberá saber comunicar estos riesgos a la persona que ha optado por iniciar la TH. Si ocurre alguno de estos efectos, es necesario que se le cuestione frecuentemente si desea continuar con el proceso, debido a que algunos efectos son de forma permanente; no hacerlo con la insistencia de quien influye en la decisión de la otra persona para acoplarse a los criterios del que orienta, sino como una reconexión con las intenciones reales y aparentes, para que puedan purificarse las intenciones y mejorar las respuestas ante la situación presente.

Ocurren también efectos en el ámbito psicológico. Se debe de tener en cuenta que la persona entra en una especie de "segunda pubertad"[29] y necesita ser conducida de la forma que le genere bienestar emocional. Dentro de estos efectos están:

- Disminución del deseo sexual
- Pueden ocurrir cambios en el estado de ánimo o el pensamiento.
- Reacciones más emocionales.

[28] Estos efectos se encuentran descritos en el consentimiento informado que entrega la médico de OTRANS-RN previo a iniciar el proceso de TH.

[29] Este término es acuñado por el psicólogo de la Clínica Integral de OTRANS-RN para explicar a las personas Trans la situación a la que ingresan, y cómo responder de forma asertiva sin que existan daños severos en su equilibrio emocional.

- Tristeza que es desencadenada por acciones mínimas.
- Ansiedad. Esta es más provocada por la necesidad de verse ya con el cuerpo deseado.
- Irritabilidad, vivida en dimensiones que no lo valen las situaciones.
- Algunas personas encuentran que su salud mental mejora después de comenzar el tratamiento hormonal.

Como la voz no cambia, el profesional en salud mental puede apoyar dando técnicas de moldeamiento de voz, o referir a terapista del lenguaje que pueda dar técnicas mejores para la similitud de la voz de acuerdo a su identidad de género.

F. LLEVAR AL LÍMITE

En esta fase, el psicólogo debe poner en situaciones extremas a la persona que desea optar a la TH, poniéndose en situación de la sociedad general, que rechaza este tipo de identidad. A continuación se presenta unos ejemplos de cómo realizarlo:

- “Entonces quieres dejar de ser hombre, eso quiere decir que estás mal, que tienes un serio problema, porque eso es una enfermedad, es algo que no es sano. Dime ¿Por qué tengo yo qué darte apoyo para tu enfermedad?”
- “¿Cómo es posible que quieras dejar de ser mujer, si eso no es correcto? Imagínate, todos te van a hacer burla, y van a tener razón, porque estás haciendo algo que no es correcto. Una mujer nace mujer y siempre será mujer, no puedes cambiar eso”.

Ciertamente son situaciones extremas y con crueldad, pero ahí se evalúa qué tanto defiende su identidad, qué tan asimilada la tiene y dónde se le puede apoyar.

Es importante aclararle al final que solo era un ejercicio y darle las bases actualizadas de la ciencia psicológica en relación a su ser como persona Trans. Si la persona se altera, es responsabilidad del profesional en salud mental mantener el ejercicio con la consecución del objetivo, teniendo en cuenta que es la persona preparada para el manejo de emociones.

El objetivo de este ejercicio es encarar a la persona Trans con muchos de los argumentos, falacias la mayoría, a los que se enfrentará, empoderando su conocimiento para respuestas efectivas que pueda utilizar sin generar conflictos innecesarios.

G. CONFRONTACIÓN CON LOS ESQUEMAS SOCIALES

Si el psicólogo evalúa una identidad establecida, debe de presentarle cómo será su vivencia de ahora en adelante que opte por la TH, qué aspectos deberá de valorar y cuáles desechar para acoplarse al género con el cual se identifica.

La cultura actual, de manera injusta e insana, eleva en dignidad y oportunidades al hombre, por lo cual la mujer Trans ha de saber que sale de ese grupo para incluirse al vulnerable mundo de la mujer; el hombre Trans, por contrario, ingresa a ese grupo privilegiado, y es conveniente que no genere las conductas machistas que pueden dañar a más personas a su alrededor. Es una oportunidad muy favorable para la reivindicación de los géneros.

H. PRESENTACIÓN DE LA REALIDAD

Con este aspecto, el profesional en salud mental le dará a conocer a la persona que opta por la TH el estigma y discriminación al cual se enfrentará. Ciertamente el proceso de la TH ayuda a su estabilidad emocional, pero la sociedad a la que pertenece no acepta o no valida esta

intervención, y debe de tener plena consciencia de los ataques posibles que sufrirá.

El psicólogo será el encargado de enseñarle a manejar estar situaciones de desigualdad, dotando de herramientas y técnicas que ayuden a mantener el equilibrio.

A nivel laboral será rechazada por no acoplar su imagen física a su género en documento. En la educación, aunque es contra los derechos, puede ser expulsado del establecimiento, o renunciar a la educación formal por los ataques y agresiones que experimentará. Si es participante de algún grupo religioso, debe de comprender que, por lo general, será excluida de ese sector, aunque puede llevar una práctica espiritual personal si es muy importante en su vida por elección. A nivel social puede experimentar agresiones físicas, incluso, y ser alejado de un sector ya formalizado. Y así, es necesario que conozca todas las formas en que puede experimentar situaciones desagradables.

Pero, es de recalcarle muy enfáticamente que va a tener una estabilidad mayor, que tendrá una sensación de paz consigo misma por haber acoplado ya su interior a su aspecto físico, que sentirá libertad y no la represión por la cual estaba acostumbrada. También tendrá la oportunidad de tener un disfrute mayor de sus relaciones afectivas puesto que en sí misma estará experimentando el equilibrio emocional. Muchos de sus conflictos internos se verán resueltos.

I. RESPUESTA FINAL

El psicólogo debe de dar una respuesta directa o aplazada al terminar la entrevista, para que se pueda tomar el mejor rumbo respecto a la TH.

Si es afirmativa, es porque considera que en la persona Trans sí hay una verdadera identidad de género que no corresponde con la impuesta por la sociedad. Debe de enmarcar los aspectos que sobresalen a favor y si hay algunos que necesiten ser trabajados en psicoterapia.

Si la recomendación es no iniciar con la TH, también debe de sustentar con hechos esa opinión, de esta manera se logra aclarar a la persona que desea optar por la TH los motivos que se encontraron suficientes para dar una negativa. Es recomendable hacerlo con mucha sutileza pero con autoridad de quien sabe manejar estas situaciones.

Es una respuesta aplazada si se considera que no hay suficiente evidencia para dar un sí o un no respecto a la TH. También si se considera que hay una identidad de género pero las problemáticas psicológicas que presenta son de urgencia, es necesario solucionar antes estas otras situaciones, para que no se agraven con la TH. Acá es muy importante decirle a la persona Trans que primero debe de trabajar en aspectos básicos, luego se podrá determinar si se da o no la TH.

CONSIDERACIONES A TENER EN PSICOTERAPIA

Es importante que el profesional en salud mental tenga conocimientos generales sobre el contexto en el que se encuentra una persona Trans, para poder adaptar las terapias según las necesidades que tenga y se pueda generar una efectividad mejor. De nuevo, se habla del grupo en general, habiendo excepciones en cada aspecto.

El nivel económico es muy bajo. Por la situación de difícil aceptación laboral que padecen, generalmente aceptan cargos donde la remuneración es deficiente, pero la necesidad las hace aceptar lo que sirva para cubrir lo muy básico.

El trabajo sexual, como ya se explicó, es una situación muy común. Es indispensable que el profesional en salud mental no tenga prejuicios al respecto, o pueda hacerlos a un lado en terapia, como se espera de un profesional. Muchas de estas personas que ejercen la actividad económica, lo hacen para poder adquirir los recursos que les permitan subsistir, y no por el mero placer que muchos argumentan. Si se quiere sacar a una persona del trabajo sexual, se debe de saber que es un derecho la opción que han tomado, y que ha de existir un plan de acción que les genere ingresos para no perjudicar un área por rescatar otra.

El lenguaje que utilizan, por lo general, no es técnico y sus diálogos son en sentido sexual, con mucha soltura y sin filtro. De igual manera, las palabras soeces van muy fluidas en sus conversaciones, por lo que debe de entenderse que no se son utilizadas como ofensas directas, sino una forma que encuentran en expresar sus ideas.

El contexto de calle las hace ser muy resilientes. Aunque se derrumban emocionalmente muy fácilmente por cuestiones de parejas, es de admirar la fortaleza que demuestran en otras áreas por la situación a la que se enfrentan. Por parte del profesional en salud mental se espera una adecuada empatía, una

comprensión mayor por lo que cada día y noche esta población experimenta, enfrentando el peligro, incluso de muerte.

Una realidad muy generalizada es la extorsión que se vive en cada contexto. La población Trans experimenta graves ataques si no cumplen con cuotas diarias, haciendo que muchas de ellas pasen ocultándose y realizando el trabajo sexual en cada noche. Incluso, ha de considerarse el costo diferenciado de las psicoterapias, dejando siempre esto a discreción del profesional en salud mental.

La migración es otro tema importante que se debe de tener en cuenta en el momento de las psicoterapias. Guatemala ha dado asilo a muchas personas Trans que han dejado sus países por peligro comprobable de muerte. La cultura, modismos léxicos, costumbres y otras situaciones que implican la parte social de una persona, son esenciales para el previo conocimiento del profesional en salud mental, adaptando su proceso al que la persona Trans se sienta más cómoda y pueda avanzar de mejor manera, al menos mientras se adapta a la cultura de su nuevo país.

El nivel académico que en promedio maneja una persona Trans es de primaria concluida, en segundo lugar se encuentra el grupo que ha culminado el ciclo básico y en tercero quienes tienen terminada la etapa de diversificado. Es muy probable que el nivel de cultura general sea bajo, pero el cociente intelectual es muy elevado, como se manifestó en anteriormente. En este caso, instrumentos que se requieran deben de ser acoplados al nivel académico que se presente.

RECOMENDACIONES

1. **Al Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social**, ante la deficiente atención diferenciada para personas Trans, que promuevan las capacitaciones de sensibilización en su personal de salud mental, para que la apertura hacia temas de dicha población no sean tratados con rechazo y discriminación, sino como la importancia que toda persona tiene y se le ha de demostrar.

2. Que se generen espacios prácticos y prontos para la promoción de servicios donde la población Trans esté accesible y pueda acudir con toda la confianza que se necesita para un adecuado proceso psicoterapéutico.

3. **Al Colegio de Psicólogos de Guatemala**, que lideran la bandera de la salud mental de Guatemala, donde se forjan los acuerdos más necesarios para la población que sufre en silencio y a gritos, en este Colegio de Profesionales descansa la esperanza que se generen actividades de incidencia, diálogos profesionales y científicos para lograr la despatologización total de la situación Trans, deuda que tenemos históricamente con este sector desatendido.

4. **A los profesionales en salud mental de Guatemala**, colegiados y no colegiados, que se genere una empatía con este sector excluido, que juntos y colectivamente logremos atender sin distinción y con los avances que las autoridades de la salud van dictaminando y acompañemos de la mano hacia la estabilidad.

5. **A los estudiantes de las ciencias de salud mental**, que se interesen en este tema de la identidad de género. La desinformación ha generado rechazo opresivo, llamando a esta realidad una tiranía. Las personas Trans necesitan nuevas visiones, más humanas y más pares.

6. **A las Universidades de Guatemala** con la formación de nuevos profesionales en salud mental, que promuevan las investigaciones y realización de todo tipo de documentación escrita que visibilice el tema de personas Trans. Se necesita mucho soporte científico para darle a la sociedad la respuesta de igualdad por la cual se cree desde la educación.

7. Que incluyan temas de diversidad sexual, trabajo sexual, identidad de género, y otros similares para que los nuevos profesionales en salud mental respondan a las exigencias de la sociedad a la que sirven, y no a esquemas represivos que siguen generando psicopatologías alarmantes.

8. **A la población Trans**, que acudan a los servicios de salud mental y empiecen a hacer valer su derecho de una adecuada estabilidad emocional, quitando el estigma que la psicología es exclusiva para psicopatologías que no competen con sus personas. Si ustedes se acercan a estos servicios, empujan a los profesionales en salud mental a formarse y actualizarse en temas que, lamentablemente, no se da aprendizaje.

9. Que se interesen en su población, que estudien las ciencias psicológicas, para que desde las mismas pares puedan dar respuestas coherentes a sus necesidades, logrando sobresalir en temas donde las mismas Trans son requeridas.

10. **A la población general**, que se acerquen por su voluntad a preguntar y aprender sobre la vida de la población Trans, tan igual y con las mismas problemáticas que cualquier otra persona que es ciudadana de este país. De esta manera se está acortando el difícil tramo de rechazo que estamos luchando por erradicar.

ANEXO

EVALUACIÓN PARA TERAPIA HORMONAL

A. DATOS GENERALES			
Fecha		Evaluador	
Nombre social			
Nombre civil			
Fecha de nacimiento		Edad actual	
Lugar de nacimiento		Lugar de residencia	
Acompañantes de vivienda		Tipo de vivienda	
Ingresos mensuales		Religión	
Oficio		Nivel académico	

B. DINÁMICA FAMILIAR (En relación a su identidad de género).

C. HISTORIA DE VIDA (En relación a su identidad de género).	
Trato recibido y reacción ante ello: (lenguaje, juego, comodidad, vestuario)	Percepción interior. (pasado, presente y futuro)

D. MOTIVOS	
Aparentes	Reales
Emociones experimentadas en relación a la TH	Conductas experimentadas en relación a la TH.
Anotaciones adicionales.	Firma y sello.

REFERENCIAS

1. "La OMS retira la transexualidad de la lista de enfermedades mentales". Recuperado de www.lanacion.com.ar. Argentina. 2018.
2. Consentimiento informado sobre Terapia de Reemplazo Hormonal. Clínica de Atención en Salud Integral OTRANS-RN.
3. De Jesús T. (2007). Obras completas. 17 edición. Editorial Monte Carmelo. España.
4. Kulik,D. (2008) Travesti: prostituição, sexo, gênero e cultura no Brasil, Editora Fiocruz.
5. Las personas Trans y la identidad de género. Recuperado de http://www.apa.org/topics/lgbt/transgenero.aspx
6. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales. 5ta. edición.Editorial Médica Panamericana. México, 2017.
7. Organización de Estados Americanos, Asamblea General. Cuadragésimo tercer período ordinario de sesiones. Resolución 2807-XLIII-O/13. Guatemala. 2013.
8. Por la salud de las personas trans. Guía de atención diferenciada para personas Trans. OTRANS-RN. 2016.
9. Principios de Yogyakarta. Principios sobre la aplicación de la legislación internacional de derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género. Yogyakarta, Indonesia. 2006.
10. Torres A. (2017). Las cinco etapas del duelo. Recuperado de: https://psicologiaymente.com/clinica/etapas-del-duelo
11. Triglia A. (2018). Aprendizaje vicario: observando a otros para aprender. Recuperado de: https://psicologiaymente.com/desarrollo/aprendizaje-vicario
12. Weeks J. (2011). The Languages of Sexuality. Routledge. Abigdon, OXON. 71.
13. World Health Organization (2002). Gender and Reproductive Rights. Recuperado: www. who.int/reproductive-health/gender/sexual_health.html