
Manual

APRENDE A COMPRENDERME

MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS EN
LA ATENCIÓN A LAS PERSONAS
MAYORES LGTBIQ+

TÍTULO ORIGINAL: Aprende a comprenderme, Manual de buenas prácticas en la atención a las personas mayores LGTBIQ+. 2024.

© Fundación 26 de Diciembre. 2024.
C/ Fray Ceferino González 4, 28005, Madrid.
91 0028417 www.fundacion26d.org

ISBN: 978-84-128450-3-7

Autor: Francisco Novo Vázquez
Coord. Víctor Mora Gaspar
Diseño y maquetación: Web Site Story



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

ÍNDICE

01 Contexto de las personas mayores

LGTBIQ+: Pag 1

- Definición de conceptos clave relacionados con la diversidad sexual y de género..... Pag 4
- Descripción de las características y desafíos específicos que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+..... Pag 8
- Estadísticas y datos demográficos relevantes sobre este colectivo.... Pag 16

02 Marco legal y normativo: Pag 17

- ¿Cómo hemos llegado hasta aquí? Breve recorrido histórico a modo de introducción” Pag 17
- Explicación de la legislación nacional e internacional que protege los derechos de las personas LGTBIQ+..... Pag 21
- Leyes y políticas específicas para la atención a personas mayores LGTBIQ+..... Pag 23

03 Necesidades y desafíos en la intervención

con personas mayores LGTBIQ+: Pag 25

- Identificación de los desafíos y barreras que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+ en el acceso a servicios y recursos..... Pag 25
- Abordaje de la discriminación, el estigma y la falta de sensibilidad en los servicios de atención..... Pag 26
- Exploración de los problemas de salud y bienestar que pueden afectar a este colectivo..... Pag 29
- Análisis de la soledad y el aislamiento social..... Pag 33

ÍNDICE

04 Buenas prácticas en la intervención con personas mayores LGTBIQ+:

Pag 38

-
- Enfoque inclusivo y respetuoso en la intervención..... Pag 38
 - Sensibilización y formación del personal sobre la diversidad sexual y de género..... Pag 40
 - Adopción de medidas para mejorar la accesibilidad de los servicios Pag 51
 - Promoción de la participación socio-comunitaria de las personas mayores LGTBIQ+..... Pag 55
 - Apoyo emocional y asesoramiento especializado..... Pag 58
 - Establecer alianzas y colaboraciones con organizaciones LGTBIQ+. Pag 60

05 Implementación del manual:

Pag 63

-
- Pasos para la implementación de las buenas prácticas en la atención a personas mayores LGTBIQ+..... Pag 63
 - Evaluación y seguimiento de la implementación..... Pag 66
 - Mejora continua y retroalimentación..... Pag 68

06 Casos de éxito y experiencias:

Pag 70

-
- Ejemplos de proyectos y programas exitosos en la atención a personas mayores LGTBIQ+..... Pag 70
 - Testimonios de personas mayores LGTBIQ+ y profesionales..... Pag 74

1. CONTEXTO DE LAS PERSONAS MAYORES LGTBIQ+

Las personas mayores LGTBIQ+ enfrentan una serie de desafíos únicos debido a una combinación de factores sociales, culturales y políticos. A lo largo de la historia, las personas que no se ajustaban a las normas de género y sexualidad han sido marginadas, discriminadas y excluidas, lo que ha resultado en consecuencias significativas a lo largo de sus vidas y especialmente en la vejez.

La marginación, discriminación y exclusión de las personas que no se ajustan a las normas de género y sexualidad, incluidas las personas mayores LGTBIQ+, se producen por una serie de factores interrelacionados que tienen profundas raíces en la historia, la cultura y la política. Algunas de las razones principales incluyen:

- 1. Normas sociales y culturales:** las sociedades han establecido normas rígidas en torno al género y a la sexualidad, que a menudo reflejan las creencias y valores dominantes de la época. La "heteronormatividad" es aquella convención social que presupone la heterosexualidad como norma, organiza la realidad en función de la misma y excluye orientaciones no heterosexuales. Esta norma no sólo afecta a la orientación, sino también a la identidad y la expresión del género, como veremos más adelante.
- 2. Religión y moralidad:** en muchas culturas, la religión y la moralidad han desempeñado un papel importante en la formación de actitudes hacia la sexualidad y el género. Las interpretaciones religiosas conservadoras a menudo condenan las identidades y expresiones LGTBIQ+, lo que contribuye a la estigmatización y discriminación.
- 3. Ignorancia y falta de educación:** la falta de comprensión y educación sobre la diversidad sexual y de género puede llevar a estereotipos, prejuicios y discriminación. La ignorancia sobre las experiencias de las personas LGTBIQ+ puede perpetuar la marginalización y el ostracismo.
- 4. Políticas y legislación discriminatorias:** en muchos países, las políticas y legislaciones discriminatorias han perpetuado la discriminación y la exclusión de las personas LGTBIQ+. Las leyes que criminalizan las relaciones del mismo sexo o penalizan las expresiones disidentes del género, contribuyen a la estigmatización y a la falta de protección legal para este

colectivo.

5. Estigma y discriminación internalizados: las personas que pertenecen al colectivo LGTBQ+ pueden internalizar el estigma y la discriminación que enfrentan en la sociedad, lo que puede llevar a la ocultación de su identidad e incluso a la fobia interiorizada. Esto puede dificultar la búsqueda de apoyo y aumentar el riesgo de aislamiento social.

6. Falta de representación y reconocimiento: la falta de representación y reconocimiento de las personas LGTBQ+ en los medios de comunicación, la cultura popular y la historia puede perpetuar la invisibilidad y la marginalización. La ausencia de modelos a seguir positivos puede afectar negativamente la autoestima y el bienestar de esta comunidad.

7. Edadismo: las discriminaciones por ser persona mayor contribuyen a una doble estigmatización del colectivo LGTBQ+, porque al envejecer no sólo tienen que enfrentar la LGTBQfobia sino también las discriminaciones propias asociadas a la edad y el envejecimiento.

En conjunto, estos factores contribuyen a un entorno social en el que las personas que no se ajustan a las normas de género y sexualidad enfrentan discriminación sistemática y exclusión, con repercusiones significativas en su bienestar emocional, social y físico a lo largo de sus vidas, incluida la vejez. Superar estos desafíos requiere un esfuerzo colectivo para desafiar y cambiar las actitudes, políticas y estructuras que perpetúan la discriminación y la marginalización.

¡ATENCIÓN!

Debemos entender que las personas mayores lesbianas, gais, trans, bisexuales, intersexuales o de otras identidades pueden sufrir problemas añadidos a aquellos que sufren sus iguales heterosexuales y cisgénero:

- Soledad no deseada
- Rechazo y/o abandono por sus familias
- Rechazo y/o abandono por su grupo de pares
- Incomprensión o falta de empatía
- Estigma
- Discriminación en los ámbitos sanitarios o atención deficiente e incompleta
- Infantilización y desexualización de sus relaciones

Por ejemplo, las mujeres diversas mayores pueden vivir sus identidades de forma muy distinta dependiendo de su localización, entorno y red social. Las vivencias de estas mujeres pueden variar mucho si viven en un entorno rural o en una gran ciudad, de las creencias que tienen sobre su identidad, si tienen una comunidad que las acepta o viven dentro del armario. Es decir, si las experiencias de las mujeres diversas son extremadamente heterogéneas, esta heterogeneidad se amplifica aún más cuando son mayores.

En este sentido, el vivir en entornos rurales suele estar asociado a tener una comunidad de apoyo más pequeña o incluso inexistente y vivir dentro del armario. Además, en entornos rurales, la disponibilidad de recursos específicos para personas LGTBIQ+ suele ser limitada, lo que puede dificultar el acceso de las mujeres diversas a servicios sanitarios adecuados. Esta carencia puede influir en la calidad y la equidad en la atención que reciben, haciendo necesario explorar soluciones inclusivas que reduzcan estas desigualdades. Y la falta de acceso a una sanidad de calidad con perspectiva de género y sobre la diversidad puede resultar en peor salud mental, mayor tasa de suicidio y menos bienestar general¹.

En definitiva, si tuviésemos que contextualizar a las personas mayores LGTBIQ+ lo podríamos hacer de la siguiente manera:

1. Historia y contexto social:

- Las personas LGTBIQ+ han enfrentado discriminación y persecución histórica en muchas partes del mundo. Las leyes que criminalizan la homosexualidad y la identidad de género diversa han contribuido a la estigmatización y la invisibilidad.
- Durante décadas, las personas LGTBIQ+ lucharon por el reconocimiento de sus derechos, incluidos el matrimonio igualitario, las leyes antidiscriminación y la igualdad de trato en el lugar de trabajo y en la sociedad en general.

2. Salud:

- Las personas mayores LGTBIQ+ a menudo enfrentan disparidades en la atención médica debido a la falta de sensibilidad cultural y la discriminación por parte de los equipos profesionales.

¹ MARTÍN LENCE, SILVIA; *Guía de asesoramiento e información para entidades y profesionales sobre la salud en la mujer diversa*; Fundación 26 de Diciembre; 2021; pag.

- La limitada accesibilidad a servicios de salud específicos para el colectivo LGTBIQ+ puede estar relacionada con una mayor incidencia de enfermedades crónicas, enfermedades mentales y aislamiento social.

3. Derechos legales:

- Aunque ha habido avances significativos en la legislación que protege los derechos de las personas LGTBIQ+, todavía existen lagunas en muchas leyes, recursos o acceso a servicios.
- La falta de reconocimiento, legal o social, puede tener graves repercusiones en áreas como el acceso a recursos de socialización, atención o del cuidado de la salud.

4. Desafíos sociales:

- Las personas mayores LGTBIQ+ enfrentan el doble estigma de la edad y la orientación sexual o la identidad de género. Esto puede resultar en aislamiento social, falta de apoyo y discriminación en entornos de cuidado a largo plazo.
- Muchas personas mayores LGTBIQ+ enfrentan la pérdida de redes de apoyo debido a prejuicios familiares o a la falta de amistades y compañía que compartan sus experiencias.

DEFINICIÓN DE CONCEPTOS CLAVE RELACIONADOS CON LA DIVERSIDAD SEXUAL Y DE GÉNERO

Diversidad sexual y de género

Este término hace referencia a la variedad de orientaciones sexuales, identidades y expresiones de género, así como a las distintas formas en que las personas se relacionan y experimentan su sexualidad. Reconoce que las experiencias humanas no están limitadas a las categorías binarias tradicionales (hombre-mujer, heterosexual-homosexual), sino que incluyen un espectro amplio de identidades.

Orientación sexual

La orientación sexual se refiere a la atracción emocional, romántica y/o sexual que una persona siente hacia otra. Las orientaciones más comunes incluyen:

- **Heterosexual:** atracción hacia personas del sexo/género diferente del propio.
- **Homosexual:** atracción hacia personas del mismo sexo/género.
- **Bisexual:** atracción hacia personas del propio sexo/género y de otros.
- **Pansexual:** Atracción hacia personas independientemente de su sexo o identidad de género.

Identidad de género

La identidad de género es la percepción interna y personal que tiene una persona sobre su propio género, la cual puede o no coincidir con el sexo asignado al nacer:

- **Cisgénero:** cuando la identidad de género de una persona coincide con el sexo asignado al nacer.
- **Transgénero:** cuando la identidad de género de una persona es diferente del sexo que le asignaron al nacer.
- **No binario:** aquellas personas que no se identifican dentro de los parámetros tradicionales del género, y del patrón binario que distingue hombre/mujer.

Expresión de género

La expresión de género es la forma en que una persona manifiesta su identidad de género a través de su apariencia, comportamiento, vestimenta o voz. Puede o no coincidir con las expectativas sociales tradicionales sobre el género.

Personas LGTBIQ+

Este acrónimo engloba a personas que se identifican como Lesbianas, Gais, Transgénero, Bisexuales, Intersexuales, Queer y otras identidades de género y orientaciones no normativas (+), reconociendo la diversidad dentro del espectro.

- **Lesbiana:** mujer que se siente atraída romántica o sexualmente hacia otras mujeres.
- **Gay:** hombre que se siente atraído romántica o sexualmente hacia otros hombres.
- **Bisexual:** persona que se siente atraída por más de un género.
- **Transgénero:** persona cuya identidad de género no coincide con su sexo asignado al nacer.
- **Intersexual:** Las personas intersex son aquellas cuyos cuerpos (cromosomas, órganos reproductivos y/o genitales) no se encuadran anatómicamente dentro de los patrones sexuales que constituyen el sistema binario varón/mujer.
- **Queer:** término amplio que abarca un corpus de teorías contemporáneas sobre identidades de género y orientaciones sexuales que no siguen las normas de la socialización heteronormativa o binarias.

Personas LGTBQ+ mayores

Las personas mayores que se identifican como parte del colectivo LGTBQ+ y que enfrentan desafíos específicos que combinan los efectos del edadismo (discriminación por edad) con el sexismo, la homofobia o la transfobia. En particular, pueden experimentar un "doble estigma", en el que tanto la orientación sexual como la edad se convierten en factores de exclusión. Este grupo a menudo carece de redes de apoyo, como familiares o parejas, debido a la histórica discriminación y puede enfrentar problemas de aislamiento social en la vejez.

Heteronormatividad

Es la creencia o suposición de que la heterosexualidad es la única orientación sexual válida o natural, lo que puede generar marginalización hacia personas con orientaciones sexuales no heterosexuales.

Cisnormatividad

De la misma manera que "heteronormatividad" es aquella norma social que presupone la heterosexualidad como norma, organiza la realidad en función de la misma y excluye orientaciones no heterosexuales, la "cisnormatividad" es aquella creencia social que presupone que todas las personas se identifican con el género que se les asignó al nacer en función de los atributos sexuales, y que invisibiliza las experiencias de las personas trans y no binarias.

Interseccionalidad

El concepto de interseccionalidad se refiere a cómo diversas formas de discriminación (por raza, género, orientación sexual, clase, etc.) se cruzan e impactan a las personas. En el contexto de personas mayores LGTBIQ+ implica reconocer cómo el envejecimiento, la orientación sexual, la identidad de género y otros factores interactúan para crear experiencias únicas de discriminación y exclusión.

Homofobia y transfobia

- **Homofobia:** es la aversión, prejuicio o discriminación hacia personas homosexuales o hacia cualquier comportamiento o actitud que desafíe las normas de género tradicionales.
- **Transfobia:** prejuicio o discriminación contra personas transgénero o no binarias, basado en la inconformidad con las expectativas de género normativas.

Acoso y discriminación LGTBIQ+

Son acciones que vulneran los derechos y el bienestar de las personas LGTBIQ+, tanto a nivel institucional como interpersonal. Estas pueden manifestarse en la forma de bullying, negación de acceso a servicios, violencia física o psicológica y leyes represivas.

Edadismo

Discriminación o prejuicio contra las personas basados en su edad. Este concepto suele aplicarse principalmente a los prejuicios hacia las personas mayores, aunque también puede afectar a los jóvenes. El edadismo puede manifestarse a través de estereotipos, actitudes negativas y la exclusión social, laboral o sanitaria de las personas mayores. En contextos laborales se les niegan oportunidades a personas de edad avanzada, mientras que, en entornos médicos o sociales, se pueden ignorar sus necesidades o tratarlas de manera paternalista.

Para las personas mayores LGTBIQ+, el edadismo puede combinarse con otras formas de discriminación, como la homofobia o transfobia, lo que aumenta su vulnerabilidad y la dificultad de acceder a servicios de calidad.

Sexismo

Discriminación o trato injusto hacia las personas en función de su sexo o género. Se manifiesta a través de la creencia de que un género, típicamente el masculino, es superior o más competente que otros, lo que lleva a la opresión de mujeres y personas no conformes con las normas de género tradicionales. El sexismo afecta tanto en el ámbito laboral, económico, político y social, donde las mujeres y personas de género no binario suelen ser marginadas o recibir trato desigual.

En las personas mayores, el sexismo también puede estar relacionado con la invisibilización de su sexualidad o la negación de su capacidad para tomar decisiones, especialmente en el caso de mujeres mayores y personas mayores LGTBQ+.

DESCRIPCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS Y DESAFÍOS ESPECÍFICOS QUE ENFRENTAN LAS PERSONAS MAYORES LGTBQ+

El colectivo de personas mayores LGTBQ+ está formado por personas que, en muchos casos, han sufrido a lo largo de los años una trayectoria de discriminación, soledad, aislamiento y rechazo. Muchas de ellas han sido abocadas a una soledad no deseada por desprecio familiar, el rechazo de sus espacios de socialización y la discriminación en sus entornos laborales. Incluso, en el caso de las personas mayores transexuales, muchas de ellas no han podido acceder a un perfil profesional que les haya permitido el desarrollo de una vida laboral regular.

Las personas mayores de nuestro país son poseedoras del conocimiento y aprendizaje de nuestro pueblo. Son, al igual que sus coetáneas heterosexuales, testigos de realidades valiosas que solamente ellas pueden transmitir a generaciones de personas más jóvenes. En épocas anteriores hubieron de disimular su condición sexual, y en la actualidad sus distintas trayectorias vitales son un banco de conocimiento, un testigo de la capacidad de resiliencia sostenida en el tiempo y el exponente vivo de que la capacidad de cambio y transformación vital se sostiene a lo largo de la vida y que se puede llegar a ser mayor con el ímpetu y la generosidad de desear colaborar en una sociedad para todos, todas y todes, desde el respeto y la inclusión, desde la tolerancia y la visibilidad de las diferentes opciones de ser en la vida.

DAMOS POR HECHO LA HETERONORMATIVIDAD

Vivimos en una sociedad en la que la heterosexualidad sigue siendo la norma social establecida y donde el colectivo LGBTQ+ sigue siendo la excepción a esa norma. Una persona heterosexual jamás debe justificar sus deseos o inclinaciones sexuales hacia las personas del sexo contrario, algo que sí deben hacer las personas LGTBQ+.

“salir del armario” es una obligación para las personas LGBTQ+

Esta problemática se agrava al llegar a la tercera edad, dado que, después de haber luchado toda una vida para que la sociedad respete su realidad, al ingresar en residencias de personas mayores, muchas veces, deben volver a esa invisibilidad.

Actualmente no disponemos de datos estadísticos sólidos que determinen el porcentaje de la población no heterosexual, lo que dificulta enormemente conocer con exactitud las características de un sector de la población que, por otro lado, si sabemos que está sufriendo una fuerte discriminación y aislamiento.

Como vemos, el doble estigma (pertenencia al colectivo y edadismo), la historia de discriminación, las redes de apoyo limitadas, el acceso a los servicios o recursos económicos limitados definen los desafíos específicos que enfrentan las personas mayores LGTBQ+, los cuales son el resultado de la intersección de su identidad y su edad.

Para entender un poco mejor estas situaciones se describen a continuación más detalladamente cada una de ellas:

1. Doble estigma:

- Las personas mayores LGTBQ+ experimentan el doble estigma de la edad y la orientación sexual o identidad de género. Esto significa que no solo enfrentan la discriminación asociada con el envejecimiento, como el edadismo y la falta de acceso a recursos, sino que también enfrentan discriminación adicional debido a su orientación sexual o identidad de género.

- Este doble estigma puede aumentar su vulnerabilidad y exclusión social, ya que enfrentan múltiples formas de discriminación y estigmatización en diferentes aspectos de sus vidas.

2. Historia de discriminación:

- Muchas personas mayores LGTBQ+ han vivido durante períodos en los que la homosexualidad y la identidad de género diversa eran criminalizadas o patologizadas. Esto ha resultado en experiencias de discriminación y estigmatización a lo largo de sus vidas, lo que puede haber tenido un impacto duradero en su salud mental y bienestar emocional.
- La discriminación histórica y la falta de reconocimiento de sus derechos pueden afectar profundamente la autoestima y la identidad de estas personas, así como su capacidad para acceder a recursos y apoyo.

3. Redes de apoyo limitadas:

- Debido a la estigmatización y la discriminación, algunas personas mayores LGTBQ+ pueden haber perdido el apoyo de sus familias de origen, amigos o comunidades religiosas. Esto puede dejarlos con redes de apoyo más limitadas en la vejez, lo que aumenta el riesgo de aislamiento social y soledad.
- La pérdida de redes de apoyo puede ser especialmente significativa para las personas mayores LGTBQ+ que enfrentan la discriminación de sus propias comunidades o que han sido rechazadas por sus familias debido a su orientación sexual o identidad de género.

4. Acceso a servicios de salud:

- Las personas mayores LGTBQ+ a menudo enfrentan barreras al acceso a servicios de salud culturalmente competentes y sensibles a su identidad de género y orientación sexual. Pueden enfrentar discriminación en entornos de atención médica y sentirse reacias a buscar atención debido al miedo al estigma o la falta de comprensión por parte de los proveedores de servicios de salud.
- La falta de acceso a servicios de salud adecuados puede tener graves consecuencias para la salud física y mental de las personas mayores LGTBQ+, ya que pueden posponer la atención médica o no recibir el

tratamiento adecuado debido a la discriminación o la falta de sensibilidad cultural.

5. Preocupaciones de vivienda:

- Algunas personas mayores LGTBIQ+ pueden enfrentar discriminación en el mercado de la vivienda o en entornos de vida asistida. Pueden sentirse inseguras o temerosas de revelar su orientación sexual o identidad de género por temor a represalias o discriminación por parte de otros residentes o del personal.
- La discriminación en la vivienda puede dificultar la búsqueda de vivienda segura y accesible para las personas mayores LGTBIQ+, lo que puede aumentar el riesgo de falta de vivienda o de vivir en entornos hostiles o poco acogedores.

Al mismo tiempo, las personas mayores LGTBIQ+ enfrentan estos desafíos de diversas maneras, y su capacidad para ello puede verse influenciada por una variedad de factores, como el apoyo social, los recursos disponibles y la resiliencia individual. A continuación, se describen algunas formas en que las personas mayores LGTBIQ+ pueden enfrentar estas características:

1. Doble estigma:

- **Desarrollando Resiliencia:** muchas personas mayores LGTBIQ+ han desarrollado una gran resiliencia a lo largo de sus vidas para enfrentar el doble estigma de la edad y la orientación sexual o identidad de género. Esta resiliencia puede provenir de experiencias pasadas de discriminación y estigmatización, así como del apoyo de la comunidad LGTBIQ+ y de otros grupos de apoyo.
- **Construyendo redes de apoyo:** las personas mayores LGTBIQ+ pueden enfrentar el doble estigma buscando y construyendo redes de apoyo sólidas dentro de la comunidad LGTBIQ+ y más allá. Estas redes pueden proporcionar un espacio seguro para compartir experiencias, recibir apoyo emocional y encontrar recursos útiles.

2. Historia de discriminación:

- Procesando y sanando: muchas personas mayores LGTBIQ+ están trabajando activamente para procesar y sanar las heridas emocionales causadas por décadas de discriminación y estigmatización. Esto puede implicar participar en terapia individual o grupal, buscar apoyo de amigos y familiares solidarios, o participar en actividades que promuevan el bienestar emocional.
- Abogando por el cambio: algunas personas mayores LGTBIQ+ están canalizando su experiencia de discriminación hacia la defensa de los derechos y la igualdad de las personas LGTBIQ+. Esto puede implicar participar en activismo, liderar grupos de apoyo o abogar por políticas y legislaciones que protejan los derechos de las personas LGTBIQ+.

3. Redes de apoyo limitadas:

- Buscando comunidad: a pesar de las redes de apoyo limitadas, muchas personas mayores LGTBIQ+ están buscando activamente comunidad y conexión con otros en la misma situación. Esto puede implicar unirse a grupos de apoyo en línea, participar en eventos comunitarios o conectarse con organizaciones LGTBIQ+ locales.
- Creando familias de elección: algunas personas mayores LGTBIQ+ están construyendo "familias elegidas" compuestas por amistades cercanas y otros miembros de la comunidad LGTBIQ+. Estas familias ofrecen apoyo emocional, compañerismo y un sentido de pertenencia que puede ser igual de significativo que el apoyo de la familia de origen.

4. Acceso a servicios de salud:

- Abogando por la sensibilidad cultural: las personas mayores LGTBIQ+ están abogando por servicios de salud culturalmente competentes y sensibles a su identidad de género y orientación sexual. Esto puede incluir educar a los proveedores de servicios de salud sobre las necesidades específicas de la comunidad LGTBIQ+, así como abogar por políticas y prácticas inclusivas en entornos de atención médica.
- Buscando recursos alternativos: cuando enfrentan barreras al acceso a servicios de salud tradicionales, algunas personas mayores LGTBIQ+ recurren a recursos alternativos, como clínicas comunitarias LGTBIQ+.

proveedores de servicios de salud LGBTIQ+ competentes y servicios de telemedicina.

5. Preocupaciones de vivienda:

- Buscando entornos seguros: a pesar de las preocupaciones de vivienda, algunas personas mayores LGTBIQ+ están buscando activamente entornos de vivienda seguros y acogedores que respeten su identidad de género y orientación sexual. Esto puede implicar buscar residencias de ancianos o comunidades de jubilación que tengan políticas inclusivas y personal capacitado en diversidad y sensibilidad cultural.
- Participando en activismo: algunas personas mayores LGTBIQ+ están participando en activismo para abogar por viviendas seguras y accesibles para la comunidad LGTBIQ+. Esto puede incluir la promoción de leyes y políticas antidiscriminatorias en el mercado de la vivienda y la sensibilización sobre los derechos de las personas mayores LGTBIQ+ en el ámbito de la vivienda.

En resumen, las personas mayores LGTBIQ+ enfrentan los desafíos de manera diversa y creativa, utilizando estrategias individuales y colectivas para hacer frente al estigma, la discriminación y la exclusión. A través del apoyo mutuo, la resiliencia y la defensa de sus derechos, están trabajando para crear un mundo más inclusivo y acogedor para las generaciones futuras.

Paralelamente es crucial abordar estas preocupaciones de manera integral para garantizar que todas las personas mayores puedan vivir con dignidad, respeto y apoyo adecuado. La respuesta de la sociedad a las características y desafíos que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+ puede variar considerablemente según el contexto cultural, político y social. Algunas formas en que la sociedad puede enfrentar o responder a estas características podrían ser:

Reconociendo la diversidad y la inclusión: la sociedad puede responder reconociendo y valorando la diversidad en todas sus formas, incluida la diversidad de orientación sexual e identidad de género. Promover una cultura de inclusión y respeto puede ayudar a contrarrestar el estigma y la discriminación que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+.

Apoyo de políticas y legislación: las políticas y legislaciones que protegen los derechos de las personas LGTBIQ+ y promueven la igualdad pueden ayudar a abordar las barreras y desigualdades que enfrentan las personas mayores

LGTBIQ+. Esto incluye leyes antidiscriminatorias, políticas de inclusión en el lugar de trabajo y acceso equitativo a servicios de salud y vivienda.

Promoción de la sensibilidad cultural: la sociedad puede promover la sensibilidad cultural y la competencia en diversidad sexual y de género entre los proveedores de servicios, incluidos los profesionales de la salud, los trabajadores sociales y el personal de viviendas y cuidados de larga duración. Esto puede mejorar el acceso a servicios de calidad y sensibles a las necesidades de las personas mayores LGTBIQ+.

Creación de espacios seguros y accesibles: fomentar la creación de espacios seguros y accesibles para las personas mayores LGTBIQ+, tanto en la comunidad como en entornos de cuidado a largo plazo, puede ayudar a combatir el aislamiento social y promover el bienestar emocional. Esto incluye la creación de centros comunitarios LGTBIQ+, grupos de apoyo específicos y programas de inclusión en residencias de ancianos.

Educación y concienciación: la educación y la conciencia pública sobre las experiencias y necesidades de las personas mayores LGTBIQ+ pueden ayudar a reducir el estigma y la discriminación. Esto incluye programas de capacitación para profesionales de la salud y trabajadores sociales, así como campañas de sensibilización en la comunidad sobre temas relacionados con la diversidad sexual y de género en la vejez.

Apoyo de la comunidad y alianzas: la sociedad puede apoyar a las personas mayores LGTBIQ+ mediante la creación de redes de apoyo comunitario y alianzas entre organizaciones LGTBIQ+ y grupos de defensa de las personas mayores. Estas alianzas pueden abogar por políticas y programas que aborden las necesidades específicas de esta población y promuevan la inclusión y el respeto en todos los ámbitos.

En resumen, la sociedad puede enfrentar y responder a las características y desafíos que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+ mediante la promoción de la inclusión, la igualdad y el respeto en todos los aspectos de la vida. Esto requiere un esfuerzo colectivo para desafiar el estigma, abogar por políticas equitativas y crear espacios seguros y accesibles para todas las personas mayores, independientemente de su orientación sexual o identidad de género.

Como hemos dicho, los desafíos específicos que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+ reflejan las intersecciones de la edad, la orientación sexual y la identidad de género en un contexto de discriminación sistémica y

estigmatización. Abordar estos desafíos requiere un enfoque integral que reconozca y respete la diversidad de experiencias y necesidades dentro de esta comunidad.

¡ATENCIÓN! DESAFÍOS CÓMUNES PARA LAS PERSONAS MAYORES LGTBIQ+

Discriminación y estigma continuos: a pesar de los avances en los derechos LGTBIQ+, muchas personas mayores pertenecientes al colectivo siguen enfrentando discriminación y estigmatización en diversos ámbitos de la vida, incluidos el empleo, la vivienda, la atención médica y la comunidad.

Acceso a servicios de salud culturalmente competentes: las personas mayores LGTBIQ+ a menudo enfrentan barreras en el acceso a servicios de salud culturalmente competentes y sensibles a su identidad de género y orientación sexual. Pueden experimentar discriminación en entornos de atención médica y sentirse reacias a buscar atención debido al miedo al estigma o la falta de comprensión por parte de los equipos profesionales de este ámbito.

Aislamiento social y soledad: muchas personas mayores LGTBIQ+ enfrentan un mayor riesgo de aislamiento social y soledad debido a la falta de redes de apoyo y conexiones sociales. La discriminación y el estigma pueden dificultar la búsqueda y el mantenimiento de relaciones significativas, lo que puede afectar negativamente su bienestar emocional y mental.

Falta de reconocimiento legal y social: las personas mayores LGTBIQ+ pueden enfrentar la falta de reconocimiento legal y social de sus relaciones y familias. La falta de acceso a derechos como pensiones de viudedad, atención médica u otros puede generar inseguridad financiera y emocional en la vejez.

Vivienda segura y asequible: algunas personas mayores LGTBIQ+ enfrentan discriminación en el mercado de la vivienda o en entornos de vida asistida. Pueden sentirse inseguras o temerosas de revelar su orientación sexual o identidad de género por temor a represalias o discriminación por parte de otras personas residentes o del personal.

Violencia y abuso: las personas mayores LGTBQ+ también pueden enfrentar un mayor riesgo de violencia y abuso, tanto en el hogar como en la comunidad. La falta de reconocimiento y protección legal puede dificultar la búsqueda de ayuda y apoyo para quienes son víctimas de violencia y abuso.

Atención específica para personas transgénero y no binarias: las personas mayores transgénero o no binarias pueden enfrentar desafíos adicionales relacionados con el acceso a la atención médica transcompetente, la documentación legal y la aceptación social. La falta de servicios y recursos específicos para personas transgénero y no binarias puede aumentar su vulnerabilidad y exclusión social.

ESTADÍSTICAS Y DATOS DEMOGRÁFICOS RELEVANTES SOBRE ESTE COLECTIVO

Personas mayores LGTBQ+ en España:

- En España, se estima que un **8% de la población mayor de 65 años pertenece al colectivo LGTBQ+**. Esta cifra proviene de estimaciones basadas en estudios demográficos generales que sugieren que entre el 5% y el 10% de la población total se identifica como LGTBQ+.
- Un estudio realizado por la **Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans y Bisexuales (FELGTB)** muestra que muchas personas mayores LGTBQ+ en España sufren aislamiento y discriminación. El 60% de estas personas ocultan su orientación sexual en los servicios de salud y residencias por temor a ser tratadas de forma negativa.

Salud mental y bienestar:

- Un informe de **Ilga-Europe** y estudios de salud pública señalan que las personas mayores LGTBQ+ tienen una prevalencia más alta de problemas de salud mental que la población general. El 40% de las personas mayores LGTBQ+ experimentan síntomas de depresión y ansiedad como resultado de su discriminación acumulada a lo largo de la vida.

- Además, el **21%** de las personas mayores LGTBIQ+ en Europa informan haber sufrido algún tipo de violencia o discriminación en entornos de atención médica, lo que aumenta su desconfianza hacia los sistemas de salud y los deja en una situación de vulnerabilidad en la vejez.

Redes de apoyo:

- En España, **2 de cada 3** personas mayores LGTBIQ+ no tienen hijos ni redes familiares tradicionales, lo que las expone a situaciones de mayor soledad y aislamiento, sobre todo cuando ingresan en residencias u hospitales. Un porcentaje significativo carece de un círculo cercano de apoyo familiar o social.

Aislamiento social y discriminación:

- En el mismo estudio de la FELGTB **en España**, el 53% de las personas mayores LGTBIQ+ han experimentado algún tipo de aislamiento social, mientras que el 40% señala que ha evitado acudir a servicios sociales o de salud por temor a ser discriminadas.
- En un informe de **Stonewall** (Reino Unido), que sirve como referente para España y otros países europeos, se indica que más del 70% de las personas LGTBIQ+ mayores evitan expresar abiertamente su identidad en servicios de atención a largo plazo o residencias.

Percepción social y actitudes:

- Según el Eurobarómetro sobre Derechos LGTBIQ+ (2020), en España, el 60% de las personas mayores de 65 años no estarían cómodas si su vecino fuera una persona LGTBIQ+, lo que evidencia que persisten actitudes discriminatorias entre los grupos de edad más avanzada.

2. MARCO LEGAL Y NORMATIVO

¿CÓMO HEMOS LLEGADO HASTA AQUÍ? BREVE RECORRIDO HISTÓRICO A MODO DE INTRODUCCIÓN

El género y el sexo son parámetros situados y contextuales, es decir, son elementos propios de lo humano que, en función de la época y el contexto

cultural y político, serán leídos o interpretados de formas diferentes. La forma de identificación social del género (el ser varones o mujeres), y el desarrollo del deseo erótico y la esfera emocional afectiva o romántica, si bien parten de factores propios de pulsiones naturales, son elementos fuertemente contruidos por el pensamiento convencional humano. Las formas de organización de las distintas sociedades a lo largo de la Historia han mostrado cómo las cuestiones relativas a la identidad y a la orientación del deseo han sido centrales para construir imaginarios sociales², modos de relación y de familia y, en definitiva, modelos de ciudadanía³.

En este sentido, es especialmente interesante valorar cómo los dispositivos de género y sexo han sido siempre también los que, socialmente, además de dibujar los parámetros de la moral social, han construido por defecto los límites de lo que está permitido ser y hacer y lo que no, como si fueran dos caras de la misma moneda. Si la norma social y moral (contextual, convencional y construida, como se ha dicho) indica que hay una única manera correcta de expresar el género y el deseo, toda conducta que visiblemente se salga de esos parámetros conducirá a problemas. En resumen, toda expresión y conducta que se desvíe o subvierta la socialización binaria (heterosexual, cis⁴ y normativa), será susceptible de causar problemas. No podemos entrar aquí en los porqués históricos de esos problemas, o en las historias que motivaron, precisamente, que las cosas comenzaran a cambiar. Sí debemos indicar, no obstante, que por mucho que nos pueda parecer en ocasiones (y siempre según el contexto) que la opresión por género y sexo disidente de lo normativo es cosa del pasado, estamos aún muy lejos de que ese sea un escenario general. Si bien ya sabemos que las cuestiones del cuerpo o de lo personal son políticas (podríamos decir, parafraseando al conocido eslogan feminista), lo cierto es que nos encontramos ahora mismo en un momento particularmente interesante y novedoso a propósito de este binomio. Las cosas han cambiado y mucho, desde luego, pero ¿en qué medida los parámetros de la diversidad sexual y de género se contemplan en los contextos de socialización más binarizados como, por ejemplo, los entornos sanitarios? Más allá de la instrumentalización que se ha

² Para ampliar sobre esta cuestión, es interesante consultar Foucault, M. (2001). *Historia de la sexualidad (Vol. 3). Siglo XXI*.

³ Sobre cómo el sistema sexo-género afecta a la noción de ciudadanía, interesante reflexión en Sabsay, L. (2011). *Fronteras sexuales: espacio urbano, cuerpos y ciudadanía* (p. 11). Buenos Aires: Paidós.

⁴ La palabra "cis" proviene del lenguaje de las ciencias biológicas y en años recientes se ha promovido su uso desde la sociología y los estudios de género para hacer referencia a las personas que se desarrollan y se sienten cómodas en relación con su sexo asignado al nacer. Es decir, una persona cis es lo contrario a una persona trans. Es un término descriptivo. Para una ampliación sobre el tema consultar Méndez, L. R. P., Rosón, M., & Arjonilla, E. O. (2017). *Barbarismos "queer" y otras esdrújulas*. Bellaterra.

hecho de algunas leyes recientes⁵ para fomentar una disputa política disfrazada de debate social, lo cierto es que en entornos como el sanitario, donde se estructura la organización de la población según una fuerte división binaria, sí que ha hecho saltar ciertas preguntas que parece conveniente hacerse. ¿Cómo se entiende el binarismo de género y sexo dentro de estos entornos? ¿De qué manera afecta la expresión de la identidad de género no normativa, o la manifestación de la orientación sexual no heterosexual en el día a día de la atención sociosanitaria?, o ¿de qué formas choca con las propias normas de conducta y desarrollo del cotidiano en estos servicios y recursos?

Por tanto, conviene insistir en algunos aspectos de carácter histórico. En la mayoría de los países europeos pertenecer al colectivo ya no es algo ilegal o a perseguir, y aunque todavía quedan morales densas que se resisten a cambiar, en general podemos decir que, tanto desde la representación política como de la cultural, la imagen del colectivo LGTBIQ+ ha experimentado un giro de 180 grados hacia la normalización. Ha llovido mucho desde aquella revuelta el 28 de junio de 1969 en el Stonewall neoyorquino, y hoy en día las democracias occidentales neoliberales se vanaglorian de haber conseguido y provisto de derechos civiles al colectivo, y también de celebrar el Orgullo en forma de festival masivo, generalmente. En este sentido, resulta tremendamente interesante ese giro de 180 grados que se ha producido en los últimos 50 años, y lo es más concretamente en el contexto español, que es en el que vamos a centrarnos.

En España la homosexualidad (un concepto que antiguamente englobaba también las identidades trans, travestis y toda expresión no conforme del género) fue ilegal hasta 1978. Tal y como expresaban distintas leyes, según la etapa de la dictadura franquista⁶, el hecho de “ser homosexual” ya era per se un motivo para ser encarcelado. De hecho, existían centros específicos (los centros para perversos) con la expresa intención de separar a los presos homosexuales del resto. Una segregación que no tenía como objetivo evitar agresiones sexuales, sino que se establecía siguiendo los parámetros que dictaba la creencia en la homosexualidad como contagio, es decir, como “enfermedad contagiosa”.

Tras la amnistía, la constitución y la despenalización de la homosexualidad, las

⁵ Referencia a las interesadas polémicas suscitadas a propósito de la Ley 4/2023, de 28 de febrero, para la igualdad real y efectiva de las personas trans y para la garantía de los derechos de las personas LGTBI. Boletín oficial del Estado. «BOE» núm. 51, de 01/03/2023.

⁶ Para ampliar sobre la trayectoria legal que se produjo durante la dictadura franquista y la persecución de la homosexualidad, más en Mora, V. (2019). *Ciencia, política y sexo. La homosexualidad durante el franquismo según sus textos. La manzana de la discordia*, 14(1), 37-49.

personas que pertenecen al colectivo quedaron, en la incipiente democracia, al inicio de un camino diferente, el camino de la legalización de sus asociaciones, el reconocimiento paulatino de sus derechos y el cambio progresivo en el imaginario social. Si bien hoy por hoy, casi 50 años después de la despenalización, no es frecuente escuchar que la homosexualidad es una “enfermedad contagiosa” (salvo en los reductos de un conservadurismo añejo o fundamentalista), sí es cierto que las implicaciones normativas de la discriminación estructural histórica continúan haciendo mella en buena parte de la población.

Ha habido cambios en la sociedad, evidentes y palpables, y hay que reconocerlos. Hoy por hoy en el contexto español nadie entra en prisión por el hecho de ser homosexual. La orientación o la expresión de la identidad no son constitutivos de delito (como sí lo fueron hasta hace poco), y la sociedad en general es cada vez más abierta o menos rígida respecto a los parámetros binarios. Es decir, como sociedad somos menos rígidos en la manera en la que podemos ser varones o mujeres en cuanto a la expresión de nuestra identidad, orientación, etc. Se ha ido ampliando su marco hacia lugares más fluidos y menos estáticos, y las formas de desarrollo personal se han ido desentendiendo del binarismo estricto como único modo de estar en el mundo. ¿Qué ocurre entonces en los entornos, como se ha dicho al principio, eminentemente binarizados, y que organizan su población y estructura según el patrón binario? ¿Qué problemas pueden emerger de esta organización, que rige de manera específica las conductas respecto a, por ejemplo, la expresión de género? ¿Se derivan efectivamente problema de este escenario? Es frecuente que en los entornos cerrados y controlados que homogeneizan a su población (como centros de educación, centros penitenciarios o, como en este caso, residencias, centros de día, hospitales, etc.), se produzca una homogeneización en más ámbitos de los presumibles. Es decir, es probable que haya particularidades de esa población que se concentra en un ámbito cerrado y controlado que se pasen por alto y se sobreentiendan, digámoslo así, según la inercia de interpretación que nos proporciona la normatividad (que siempre es cis y heterosexual). En este caso, es probable que cuando hablemos de población mayor, interpretemos las características de esa población siempre dentro de los patrones normativos (edad, tipo de dependencia o enfermedad, predisposición genética, estilo de vida, etc.) sin atender a las especificidades, diferencias o matices.

Dadas estas premisas, surge la pregunta a propósito del habitar un espacio en el que se va a interpretar o presuponer un régimen heterosexual⁷ que lleva

⁷ *Sobre el concepto de régimen político heteronormativo, o sistema sexo-género, en Rubin, G. (1989). Reflexionando sobre el sexo: notas para una teoría radical de la sexualidad. Placer y peligro. Explorando la sexualidad femenina, 113, 190.*

asociado la discriminación y marginación de las disidencias. En definitiva, la pregunta apunta a la necesidad de distinguir entre las problemáticas intrínsecas y la discriminación y opresión que pueda experimentar la población LGTBIQ+ mayor por el hecho de pertenecer al colectivo, dentro del centro de atención, en su convivencia cotidiana con el personal de atención e incluso con el resto de los miembros de su comunidad.

EXPLICACIÓN DE LA LEGISLACIÓN NACIONAL E INTERNACIONAL QUE PROTEGE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS LGTBIQ+

La legislación nacional e internacional que protege los derechos de las personas LGTBIQ+ ha evolucionado considerablemente en las últimas décadas, garantizando derechos fundamentales y luchando contra la discriminación basada en la orientación sexual, identidad de género y características sexuales. A continuación, se ofrece un marco legislativo clave en ambos niveles:

Legislación internacional sobre los Derechos LGTBIQ+

- 1. Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948):** aunque no menciona explícitamente la orientación sexual o la identidad de género, establece la igualdad y no discriminación como principios fundamentales. Artículos como el **Artículo 2** protegen a todas las personas, sin distinción de raza, sexo o condición, lo que se ha interpretado para incluir la protección de personas LGTBIQ+.
- 2. Principios de Yogyakarta (2006):** estos principios son un conjunto de estándares legales internacionales sobre la aplicación de los derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género. Proveen una guía sobre cómo los Estados deben actuar para proteger los derechos de las personas LGTBIQ+. Aunque no son vinculantes, han influido en la legislación y políticas públicas a nivel global.
- 3. Convención Europea de Derechos Humanos (CEDH): el Tribunal Europeo de Derechos Humanos** ha emitido varias sentencias que refuerzan los derechos LGTBIQ+, interpretando el **Artículo 14 (No Discriminación)** y el **Artículo 8 (Derecho a la Vida Privada y Familiar)** en favor de las personas LGTBIQ+. Por ejemplo, se ha prohibido la discriminación basada en la orientación sexual en áreas como el matrimonio y la adopción.

4. Resoluciones de la ONU: la ONU ha aprobado varias resoluciones en su **Consejo de Derechos Humanos**, condenando la violencia y discriminación basada en la orientación sexual e identidad de género. En 2011, adoptó la primera resolución explícita contra la discriminación de las personas LGTBIQ+ y en 2016 nombra un **Experto Independiente sobre Orientación Sexual e Identidad de Género**⁸ para investigar violaciones a los derechos humanos de este colectivo.

Legislación nacional en España sobre los Derechos LGTBIQ+

1. Constitución Española de 1978: la **Constitución Española**, en su **Artículo 14**, establece que todos los ciudadanos son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Este artículo ha sido la base para proteger los derechos de las personas LGTBIQ+.

2. Ley 13/2005 (Matrimonio Igualitario): en **2005**, España se convirtió en el tercer país del mundo en aprobar el matrimonio entre personas del mismo sexo, permitiendo a las parejas homosexuales casarse con los mismos derechos y obligaciones que las parejas heterosexuales. Esta ley fue un hito en la protección de los derechos de las parejas LGTBIQ+ en España.

3. Ley de Igualdad de Trato y No Discriminación (2022): aprobada en 2022, esta ley protege a las personas de discriminación en diversas áreas, incluida la orientación sexual e identidad de género. Refuerza la protección en el acceso a servicios, empleo y educación, y establece sanciones en casos de discriminación.

4. Ley Trans y LGTBI (2023): aprobada en **febrero de 2023**, esta ley establece importantes avances en los derechos de las personas trans y LGTBIQ+ en España. Entre sus medidas clave, se incluye el derecho a la **autodeterminación de género**, permitiendo a las personas cambiar su género en documentos oficiales sin necesidad de informes médicos o tratamientos hormonales. Además, amplía los derechos en áreas como la educación, salud y protección laboral.

5. Leyes autonómicas: varias comunidades autónomas en España han implementado leyes específicas para proteger los derechos LGTBIQ+.

⁸<https://www.ohchr.org/es/special-procedures/ie-sexual-orientation-and-gender-identity>

Comunidades como Galicia, Cataluña, Madrid y Andalucía han aprobado leyes que luchan contra la discriminación en áreas como la educación, la sanidad y los servicios sociales, y promueven el respeto a la diversidad sexual y de género.

Otras normas clave internacionales

- 1. Directiva Europea 2000/78/CE (Igualdad de Trato en el Empleo y la Ocupación):** esta directiva europea prohíbe la discriminación en el empleo basada en orientación sexual, protegiendo a las personas LGTBIQ+ en el ámbito laboral.
- 2. Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea:** en su **Artículo 21**, prohíbe la discriminación basada en diversos motivos, incluida la orientación sexual. Este documento es vinculante para los Estados miembros de la UE y refuerza la protección de los derechos de las personas LGTBIQ+ en Europa.
- 3. Decisiones judiciales internacionales:** en muchos países, los tribunales han jugado un papel crucial en la defensa de los derechos LGTBIQ+. En el caso de la **Corte Suprema de Estados Unidos**, la decisión de **Obergefell vs. Hodges (2015)** legalizó el matrimonio entre personas del mismo sexo en todo el país.

Impacto y retos actuales

Si bien se han logrado avances importantes en muchos países, la protección de los derechos LGTBIQ+ aún enfrenta retos, especialmente en regiones donde persisten leyes discriminatorias. Por ejemplo, en **67 países**, las relaciones homosexuales siguen siendo ilegales, y en 11 de ellos, se castigan con la pena de muerte.

LEYES Y POLÍTICAS ESPECÍFICAS PARA LA ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES LGTBIQ+

En el contexto de la atención a personas mayores LGTBIQ+, varios países han implementado leyes y políticas específicas para abordar las necesidades particulares de este colectivo. Estas normativas buscan garantizar la no discriminación, el acceso igualitario a servicios sociosanitarios y la creación de entornos inclusivos para el envejecimiento saludable.

España

- 1. Ley de Igualdad de Trato y No Discriminación (2022):** aunque no específica para personas mayores, esta ley protege a las personas LGTBQ+ frente a la discriminación en diferentes ámbitos, incluido el acceso a servicios públicos y privados como los de atención sanitaria y cuidados de larga duración. Abarca áreas cruciales para las personas mayores, asegurando que los servicios de atención sean inclusivos y sensibles a la diversidad.
- 2. Ley Trans y LGTBI (2023):** esta ley, además de abordar el derecho a la autodeterminación de género, establece medidas específicas para personas mayores LGTBQ+, reconociendo su vulnerabilidad y la necesidad de proteger sus derechos en entornos de cuidado. La Ley fomenta la formación de profesionales de la salud en la atención a personas mayores LGTBQ+, asegurando que las residencias y centros de atención adopten protocolos inclusivos.
- 3. Leyes Autonómicas:** varias comunidades autónomas han desarrollado legislaciones específicas que incluyen la atención a personas mayores LGTBQ+. Por ejemplo, en **Cataluña**, la Ley 11/2014 establece medidas de inclusión en la atención a personas mayores LGTBQ+, garantizando el respeto a su orientación sexual e identidad de género en residencias y centros de día. La Generalitat Valenciana ha desarrollado un protocolo de atención a la diversidad LGTBQ+ en centros y servicios para personas mayores en la Comunitat Valenciana, que tiene como objetivo servir de guía a todo el personal que trabaja en dichos centros y servicios. Este protocolo busca visibilizar, abordar y prevenir cualquier tipo de discriminación o maltrato por razón de libertad y diversidad afectivo-sexual, así como por identidad y expresión de género de las personas usuarias, evitando así la revictimización institucional.

Internacional

- 1. Estados Unidos - Older Americans Act (OAA):** aunque no es específica para personas LGTBQ+, esta ley establece la provisión de servicios para personas mayores, y en algunas enmiendas recientes se ha incluido la obligación de prestar especial atención a las necesidades de las personas mayores LGTBQ+. Algunos estados, como **California** y **Nueva York**, han aprobado leyes específicas para garantizar que los programas financiados por el OAA sean inclusivos.

2. Reino Unido - Equality Act 2010: esta ley prohíbe la discriminación por orientación sexual e identidad de género en servicios, incluida la atención a personas mayores. En el contexto de los cuidados, el Care Quality Commission se asegura de que los centros de atención a mayores cumplan con estándares inclusivos para personas LGTBQ+.

3. Canadá - Age-Friendly Communities Initiative: este programa incluye medidas que garantizan que las personas mayores LGTBQ+ sean incluidas en políticas de envejecimiento activo. Si bien no es legislación específica, muchas provincias canadienses han implementado directrices para hacer que los servicios de atención a personas mayores sean inclusivos para el colectivo LGTBQ+.

Beneficios de estas leyes y políticas

Estas leyes buscan:

- **garantizar la no discriminación** en los servicios de atención a largo plazo;
- **promover la formación y sensibilización** del personal en entornos residenciales y de salud;
- **fomentar la creación de espacios inclusivos** donde las personas mayores LGTBQ+ puedan envejecer de manera digna y sin ocultar su identidad.

3. NECESIDADES Y DESAFÍOS EN LA INTERVENCIÓN CON PERSONAS MAYORES LGTBQ+

IDENTIFICACIÓN DE LOS DESAFÍOS Y BARRERAS QUE ENFRENTAN LAS PERSONAS MAYORES LGTBQ+ EN EL ACCESO A SERVICIOS Y RECURSOS

¡RECORDAMOS!

Las personas mayores LGTBQ+ enfrentan desafíos únicos debido a una combinación de discriminación histórica y contemporánea, redes de apoyo limitadas y barreras en el acceso a servicios y recursos. Es crucial abordar estas necesidades a través de intervenciones específicas y políticas inclusivas para asegurar que este colectivo pueda envejecer con dignidad y seguridad.

Como ya se ha indicado, es crucial identificar los desafíos y las barreras con las que las personas mayores LGTBIQ+ se encuentran en el acceso a los servicios y recursos.

A continuación, os proponemos una serie de estrategias que no solo os servirán para identificar estas necesidades en los lugares donde desarrolláis vuestra práctica profesional, sino también os serán de gran ayuda a la hora de abordar la discriminación, promover un entorno inclusivo y diseñar intervenciones que respondan de manera integral a las especificidades de este colectivo. Estas estrategias os permitirán implementar políticas de no discriminación y aplicar un enfoque de atención centrado en la persona, atendiendo a la diversidad sexual, de género y de edad de forma respetuosa y sin juicios. De esta forma, estaréis contribuyendo a que los servicios sean más accesibles y acogedores para las personas mayores LGTBIQ+, fomentando su bienestar y participación social.

Estas medidas no solo mejoran la calidad de vida de las personas mayores LGTBIQ+, sino que también contribuyen a crear entornos de atención que respeten la dignidad y la identidad de cada persona, fomentando un sistema de apoyo inclusivo y respetuoso en la vejez.

ABORDAJE DE LA DISCRIMINACIÓN, EL ESTIGMA Y LA FALTA DE SENSIBILIDAD EN LOS SERVICIOS DE ATENCIÓN

Abordar la discriminación, el estigma y la falta de sensibilidad en los servicios de atención para personas mayores LGTBIQ+ requiere un enfoque integral que combine la formación y sensibilización de los profesionales, la creación de políticas inclusivas y la promoción de entornos seguros y centrados en la persona. Al implementar estas estrategias, los servicios de atención pueden mejorar significativamente la calidad de vida de las personas mayores LGTBIQ+ y garantizar que reciban el respeto y la dignidad que merecen.

A continuación, os presentamos algunos enfoques y estrategias clave que se pueden implementar para mejorar la atención de las personas mayores LGTBIQ+.

1. Actitud exenta de juicios

Estrategias:

- **Conciencia personal:** las profesionales debemos desarrollar una conciencia

sobre nuestros propios prejuicios y trabajar activamente para superarlos. Esto incluye reconocer y desafiar las creencias y actitudes personales que puedan influir en el trato hacia las personas LGTBIQ+.

- **Formación continua:** implementar programas de capacitación y sensibilización para ayudar a las personas que conforman los equipos profesionales a comprender las experiencias y necesidades únicas de las personas mayores LGTBIQ+. Esta formación debería incluir información sobre diversidad sexual y de género, así como sobre la historia y los desafíos actuales que enfrenta la comunidad LGTBIQ+.

Ejemplos:

- **Hospitals Rainbow Training Programs:** muchos hospitales y centros de atención médica en países como EE. UU. y Reino Unido han implementado programas de capacitación centrados en la competencia cultural LGTBIQ+ para su personal.

2. Atención centrada en la persona (ACP)

Estrategias:

- **Individualización del cuidado:** reconocer a cada persona como un individuo único, con sus propias experiencias, necesidades y deseos. Esto significa adaptar los servicios para que sean sensibles a las diferencias en la orientación sexual, identidad de género, cultura y antecedentes personales.
- **Participación activa:** involucrar a las personas mayores LGTBIQ+ en la toma de decisiones sobre su propio cuidado. Esto promueve un sentido de control y autonomía, lo que es crucial para su bienestar mental y emocional.
- **Evaluación personalizada:** realizar evaluaciones integrales que consideren no sólo las necesidades médicas, sino también los factores sociales y emocionales que afectan a las personas mayores LGTBIQ+.

Ejemplos:

- **Fundación Pilares:** basan su trabajo en la *Atención Integral Centrada en la Persona* y trabajan en seis líneas de actividad que articulan sus proyectos. Una de estas líneas es el acompañamiento al cambio de modelo, donde

ofrecen sus servicios de formación, consultoría y asistencia técnica a equipos profesionales para orientar de manera progresiva la incorporación de los diferentes elementos que conforman el Modelo de AICP y apoyar la gestión del cambio, todo ello con el objetivo último de garantizar los derechos, promocionar la autonomía personal y conseguir mejoras en la calidad de vida de las personas en situación de dependencia.

3. Creación de entornos seguros e inclusivos

Estrategias:

- **Políticas de inclusión:** establecer políticas claras que prohíban la discriminación y promuevan la inclusión de personas LGTBIQ+. Estas políticas deben ser comunicadas claramente a todo el personal y a los pacientes y usuariado.
- **Espacios seguros:** crear entornos físicos y psicológicos donde las personas mayores LGTBIQ+ se sientan seguras y bienvenidas. Esto puede incluir la visibilidad de símbolos de apoyo LGTBIQ+ y el uso de un lenguaje inclusivo en la comunicación.

Ejemplos:

- **Proyectos de vivienda inclusiva:** iniciativas como las comunidades de vivienda LGTBIQ+ para personas mayores en ciudades como Madrid y Nueva York están diseñadas para ofrecer un entorno seguro y acogedor.

4. Empoderamiento y apoyo psicosocial

Estrategias:

- **Grupos de apoyo:** facilitar grupos de apoyo para personas mayores LGTBIQ+ donde puedan compartir experiencias y recibir apoyo emocional de sus pares ayudará a reducir el aislamiento y a construir una comunidad de apoyo.
- **Programas de mentoría:** implementar programas de mentoría donde las personas mayores LGTBIQ+ puedan conectarse con mentores que entienden sus experiencias y pueden ofrecer orientación y apoyo.

Ejemplos:

- **Iniciativas de apoyo comunitario:** organizaciones como SAGE (Services & Advocacy for GLBT Elders) en EE. UU. ofrecen una variedad de programas de apoyo para personas mayores LGTBIQ+, incluyendo servicios de asesoramiento y grupos de socialización. En nuestro país nos encontramos con los propios servicios especializados que ofrece la **Fundación 26 de Diciembre**, tanto a las personas mayores LGTBIQ+ como a empresas y organismos públicos.

5. Sensibilización y educación comunitaria

Estrategias:

- **Campañas de concienciación pública:** llevar a cabo campañas para educar a la comunidad en general sobre las necesidades y derechos de las personas mayores LGTBIQ+ puede ayudar a reducir el estigma y promover una mayor aceptación.
- **Involucramiento de la comunidad:** colaborar con asociaciones u otras organizaciones, promoviendo eventos y actividades que celebren la diversidad y fomenten la inclusión.

Ejemplos:

- **Eventos de sensibilización:** eventos como el *Día del Orgullo* y otras actividades comunitarias ayudan a visibilizar a las personas mayores LGTBIQ+ y a promover una mayor comprensión y aceptación en la sociedad.

EXPLORACIÓN DE LOS PROBLEMAS DE SALUD Y BIENESTAR QUE PUEDEN AFECTAR A ESTE COLECTIVO

Las personas mayores LGTBIQ+ enfrentan una serie de problemas de salud y bienestar únicos, que a menudo son el resultado de una vida de discriminación, estigmatización y falta de acceso a servicios de salud adecuados. A continuación, se exploran algunos de los principales problemas que afectan a este colectivo.

1. Salud mental

Desafíos:

- **Estrés y ansiedad:** muchas personas mayores LGTBIQ+ han experimentado una vida de discriminación y rechazo, lo que puede resultar en altos niveles de estrés y ansiedad. Este estrés crónico puede tener efectos negativos significativos en la salud mental y física.
- **Depresión y soledad:** la soledad es un problema común entre las personas mayores en general, pero es especialmente pronunciada entre las personas mayores LGTBIQ+, quienes a menudo carecen de redes de apoyo familiar debido a la discriminación y el rechazo. La depresión puede ser más prevalente debido al aislamiento social y la falta de aceptación.

Estudios:

- Según un estudio publicado en *The Gerontologist*, las personas mayores LGTBIQ+ tienen un mayor riesgo de sufrir de depresión y ansiedad comparadas con sus contrapartes heterosexuales debido a experiencias acumulativas de discriminación y estigmatización.
- **Fundación 26 de Diciembre:** en España, esta organización encontró que un alto porcentaje de las personas mayores LGTBIQ+ reporta sentirse sola y carece de una red de apoyo adecuada.

2. Acceso a servicios de salud

Desafíos:

- **Barreras de acceso:** muchas personas mayores LGTBIQ+ enfrentan barreras significativas para acceder a servicios de salud competentes y sensibles a sus necesidades. Esto incluye miedo a la discriminación por parte de los proveedores de servicios de salud y una falta de conocimiento sobre las necesidades específicas de salud de las personas LGTBIQ+.
- **Competencia cultural de los profesionales de la salud:** hay una falta de formación y sensibilización entre los profesionales de la salud sobre cómo tratar con respeto y comprensión a las personas mayores LGTBIQ+. Esto puede resultar en un trato desigual y en una reticencia por parte de estas

personas a buscar atención médica cuando la necesitan.

Estudios:

- un informe de la **Asociación Americana de Personas Jubiladas (AARP)** encontró que más del 50% de las personas mayores LGBTQ+ cree que sus proveedores de salud carecen de la competencia necesaria para atender sus necesidades específicas.
- según **ILGA-Europe**, en muchos países europeos, las personas mayores LGBTQ+ todavía enfrentan discriminación en el acceso a servicios de salud, lo que lleva a resultados de salud desiguales.

3. Enfermedades Crónicas y Físicas

Desafíos:

- **Condiciones de salud relacionadas con el estrés:** las personas mayores LGBTQ+ son más propensas a experimentar condiciones de salud crónicas como hipertensión, enfermedades cardiovasculares y diabetes, en parte debido al estrés crónico y la discriminación que han enfrentado a lo largo de sus vidas.
- **Prevención y cuidado continuo:** hay menos probabilidades de que las personas mayores LGBTQ+ participen en programas de prevención y cuidado continuo debido a experiencias pasadas de discriminación o insensibilidad en entornos de salud.

Estudios:

- un estudio de la **National LGBT Health Education Center** en EE.UU. muestra que las personas mayores LGBTQ+ tienen tasas más altas de enfermedades crónicas en comparación con la población heterosexual mayor debido a factores como el estrés y la falta de acceso a atención médica preventiva.

4. Vivienda y Seguridad

Desafíos:

- **Discriminación en la Vivienda:** las personas mayores LGTBQ+ pueden enfrentar discriminación en el acceso a vivienda segura y asequible. En entornos de vida asistida o residencias para mayores, pueden sentirse obligados a ocultar su orientación sexual o identidad de género por miedo a represalias o discriminación.
- **Seguridad Personal:** la falta de un entorno seguro y acogedor puede llevar a una disminución de la salud mental y física, ya que las personas mayores LGTBQ+ pueden experimentar acoso o exclusión en sus lugares de residencia.

Estudios:

- según la **Fundación 26 de Diciembre**, un 40% de las personas mayores LGTBQ+ en España teme ser discriminado o tratado injustamente en residencias para mayores.

5. Problemas Económicos

Desafíos:

- **Precariedad Económica:** muchas personas mayores LGTBQ+ enfrentan dificultades económicas debido a la discriminación laboral que sufrieron durante sus vidas. Esto puede resultar en pensiones insuficientes y dificultades para acceder a servicios esenciales.
- **Falta de Beneficios Sociales:** las personas mayores LGTBQ+ pueden haber enfrentado desigualdades en el acceso a beneficios de pareja o familia, lo que afecta su seguridad económica en la vejez.

Estudios:

- **FELGTB (Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans y Bisexuales)** reporta que un alto porcentaje de personas mayores LGTBQ+ en España vive con ingresos por debajo del umbral de la pobreza debido a las barreras históricas en el acceso a empleo y beneficios.

6. Discriminación Interseccional

Desafíos:

- **Intersección de Identidades:** la discriminación puede ser más pronunciada para aquellas personas mayores LGTBQ+ que también pertenecen a otros grupos marginados, como las personas de color, inmigrantes o personas con discapacidades.
- **Barreras Adicionales:** estas intersecciones pueden resultar en una doble o triple carga de discriminación, afectando negativamente su salud y bienestar.

Estudios:

- investigaciones de **SAGE (Services & Advocacy for GLBT Elders)** destacan cómo las personas mayores LGTBQ+ que pertenecen a minorías raciales o étnicas enfrentan barreras adicionales en el acceso a servicios y apoyo.

CONCLUSIÓN

Las personas mayores LGTBQ+ enfrentan una variedad de problemas de salud y bienestar que son únicos a su comunidad debido a una vida de discriminación y falta de acceso a servicios sensibles y competentes. Abordar estos desafíos requiere acciones necesarias para crear entornos inclusivos, competentes y comprensivos en todos los niveles de atención médica y social.

Al proporcionar capacitación cultural, desarrollar políticas inclusivas y fomentar comunidades de apoyo se pueden mitigar muchos de los problemas de salud y bienestar que enfrentan las personas mayores LGTBQ+, permitiéndoles envejecer con dignidad y seguridad.

ANÁLISIS DE LA SOLEDAD Y EL AISLAMIENTO SOCIAL

La soledad y el aislamiento social son problemas significativos que afectan a muchas personas mayores, y son particularmente agudos en el colectivo LGTBQ+. Este fenómeno tiene causas múltiples y consecuencias negativas que

impactan el bienestar físico y emocional de estas personas. A continuación, se realiza un análisis detallado de la soledad y el aislamiento social entre las personas mayores LGTBIQ+, explorando sus causas, efectos y posibles soluciones.

Causas de la soledad y el aislamiento social

1. Pérdida de redes de apoyo

- **Rechazo familiar:** muchas personas mayores LGTBIQ+ han enfrentado el rechazo de sus familias debido a su orientación sexual o identidad de género. Esto puede resultar en la pérdida de apoyo familiar, que es un pilar importante para el bienestar en la vejez.
- **Falta de descendencia:** a diferencia de muchas personas heterosexuales, las personas LGTBIQ+ pueden tener menos probabilidades de tener hijos u otros familiares cercanos que brinden apoyo emocional y físico a medida que envejecen.
- **Muerte de amigos y parejas:** dado que la comunidad LGTBIQ+ de personas mayores es relativamente pequeña y, a menudo, aislada, la pérdida de amigos o parejas debido a la edad puede ser devastadora y dejar a las personas sin un sistema de apoyo.

2. Estigmatización y discriminación

- **Historial de discriminación:** las experiencias de discriminación y estigma a lo largo de sus vidas pueden llevar a las personas mayores LGTBIQ+ a desconfiar de los demás, incluyendo a los proveedores de atención médica y social, lo que contribuye a su aislamiento.
- **Ocultamiento de identidad:** para evitar el estigma o la discriminación, muchas personas mayores LGTBIQ+ ocultan su orientación sexual o identidad de género, lo que puede impedirles formar conexiones auténticas y significativas con los demás.

3. Barreras en el acceso a servicios y actividades sociales

- **Falta de espacios inclusivos:** las personas mayores LGTBIQ+ a menudo enfrentan dificultades para encontrar espacios comunitarios que sean

inclusivos y acogedores. Los entornos sociales, como centros para personas mayores, pueden ser percibidos como hostiles o poco comprensivos.

- **Acceso a servicios de apoyo:** la falta de servicios diseñados específicamente para personas mayores LGTBIQ+ puede contribuir a su aislamiento, ya que no se sienten representados ni comprendidos en los servicios generales para personas mayores.

4. Intersección de identidades

- **Minorías dentro de minorías:** las personas mayores LGTBIQ+ que también pertenecen a otras minorías (étnicas, raciales, de género) pueden enfrentar una doble discriminación que incrementa el aislamiento social.

Efectos de la soledad y el aislamiento social

1. Efectos en la salud física

- **Problemas de salud crónicos:** la soledad y el aislamiento están asociados con un mayor riesgo de desarrollar condiciones de salud crónicas como enfermedades cardíacas, hipertensión y debilitamiento del sistema inmunológico.
- **Mala nutrición y cuidado personal:** la falta de contacto social puede llevar a la disminución de la motivación para mantener una dieta saludable o buscar atención médica, lo que afecta negativamente la salud física.

2. Efectos en la salud mental

- **Depresión y ansiedad:** la soledad es un factor de riesgo significativo para la depresión y la ansiedad, ya que la falta de interacción social puede aumentar los sentimientos de desesperanza y tristeza.
- **Riesgo de suicidio:** las tasas de suicidio pueden ser más altas en personas mayores LGTBIQ+ aisladas, debido a la combinación de factores estresantes como el rechazo, la pérdida de seres queridos y la falta de apoyo social.

3. Impacto en la calidad de vida

- **Disminución del bienestar general:** la calidad de vida de las personas

mayores LGTBIQ+ puede disminuir significativamente debido a la soledad, lo que puede afectar su felicidad y satisfacción general con la vida.

- **Pérdida de sentido de pertenencia:** la falta de conexión social puede llevar a un sentimiento de falta de propósito o pertenencia, lo que afecta negativamente la autoestima y el sentido de identidad.

Soluciones y estrategias para mitigar la soledad y el aislamiento social

1. Creación de redes de apoyo comunitarias

- **Grupos de apoyo LGTBIQ+:** establecer grupos de apoyo y redes sociales específicamente para personas mayores LGTBIQ+ puede proporcionar un sentido de comunidad y pertenencia. Estos grupos ofrecen un espacio seguro para compartir experiencias y recibir apoyo emocional.
- **Actividades intergeneracionales:** fomentar interacciones entre personas mayores y jóvenes dentro de la comunidad LGTBIQ+ puede ayudar a construir puentes generacionales y a reducir la soledad al compartir historias y experiencias.

2. Formación y sensibilización de profesionales

- **Capacitación en competencia cultural:** los profesionales de la salud y los servicios sociales deben recibir capacitación en temas de diversidad sexual y de género para entender mejor las necesidades de las personas mayores LGTBIQ+ y ofrecer un trato respetuoso y comprensivo.
- **Desarrollo de políticas inclusivas:** las organizaciones y servicios deben implementar políticas que promuevan la inclusión y la diversidad, asegurando que las personas mayores LGTBIQ+ se sientan bienvenidas y respetadas.

3. Mejora del acceso a servicios de salud y bienestar

- **Servicios de salud amigables con lo LGTBIQ+:** fomentar la creación de servicios de salud que sean inclusivos y estén adaptados a las necesidades de las personas mayores LGTBIQ+, para que estas puedan acceder a atención médica sin temor a la discriminación.

- **Promoción de espacios seguros:** crear y mantener espacios seguros en centros comunitarios y de atención para personas mayores, donde puedan expresar su identidad sin temor a represalias.

4. Uso de tecnología para conectar y apoyar

- **Plataformas en línea:** fomentar el uso de plataformas en línea y redes sociales para conectar a las personas mayores LGTBIQ+ con comunidades y grupos de apoyo virtuales, lo que puede ser especialmente útil para quienes viven en áreas rurales o aisladas.
- **Programas de telemedicina y asistencia remota:** implementar programas de telemedicina para facilitar el acceso a servicios de salud mental y apoyo social desde la comodidad del hogar.

Ejemplos de iniciativas exitosas

- **SAGE (Services & Advocacy for GLBT Elders):** esta organización en EE. UU. ofrece una variedad de servicios y programas diseñados para abordar la soledad y el aislamiento entre las personas mayores LGTBIQ+. Sus iniciativas incluyen grupos de apoyo, actividades sociales y servicios de consejería.
- **Fundación 26 de Diciembre (España):** proporciona una gama de servicios a personas mayores LGTBIQ+ en España, incluyendo vivienda segura y actividades comunitarias que promueven la inclusión y el apoyo.

No debemos olvidarnos de que...

La soledad y el aislamiento social son problemas críticos que afectan el bienestar de las personas mayores LGTBIQ+. Abordar estos problemas requiere una acción concertada que combine la creación de redes de apoyo, la sensibilización y formación de profesionales, la mejora del acceso a servicios inclusivos y el uso de tecnología para conectar a individuos y comunidades. Al implementar estas estrategias, se puede mejorar significativamente la calidad de vida de las personas mayores LGTBIQ+ y ayudarles a vivir sus años dorados con dignidad y conexión social.

4. BUENAS PRÁCTICAS EN LA INTERVENCIÓN CON PERSONAS MAYORES LGTBIQ+

Para asegurar una atención adecuada y respetuosa hacia las personas mayores LGTBIQ+ es crucial adoptar un conjunto de buenas prácticas en la intervención. Estas prácticas están diseñadas para promover la inclusión, asegurar la accesibilidad de los servicios y ofrecer el apoyo emocional necesario a este colectivo.

Implementar estas buenas prácticas en la intervención con personas mayores LGTBIQ+ no solo mejorará su acceso a los servicios, sino que también contribuirá a su bienestar general, asegurando que vivan sus años dorados con dignidad, respeto y conexión social.

ENFOQUE INCLUSIVO Y RESPETUOSO EN LA INTERVENCIÓN

Un enfoque inclusivo y respetuoso en la intervención con personas mayores LGTBIQ+ es esencial para garantizar que reciban atención de calidad y libre de discriminación que respete su identidad y experiencia.

Os proponemos desde este enfoque el uso de varias prácticas y principios clave para que apliquéis en el día a día de vuestra intervención.

1. Uso del lenguaje inclusivo

- **Evitar suposiciones:** es fundamental no hacer suposiciones sobre la identidad de género u orientación sexual de una persona. Preguntar de manera respetuosa cómo prefiere ser llamada y qué pronombres utiliza, mostrando siempre apertura y respeto.
- **Lenguaje neutral:** emplear un lenguaje neutral en términos de género y orientaciones sexuales, que sea respetuoso y que evite términos o expresiones que puedan ser percibidos como discriminatorios o excluyentes.

2. Creación de ambientes seguros

- **Visibilidad de la inclusión:** los entornos donde se prestan servicios deben

ser visiblemente inclusivos, mostrando símbolos de apoyo a la comunidad LGTBIQ+, como la bandera arcoíris, y proporcionando materiales informativos que reflejen y celebren la diversidad.

- **Espacios de confianza:** crear espacios donde las personas mayores LGTBIQ+ se sientan seguras para expresarse libremente sin miedo al juicio o la discriminación; esto incluye tanto el entorno físico como la actitud y comportamiento del personal.

3. Reconocimiento de la historia y experiencias únicas

- **Valoración de las experiencias de vida:** es importante reconocer y valorar las experiencias de vida de las personas mayores LGTBIQ+, muchas de las cuales han vivido en épocas de mayor represión y discriminación. Esto incluye tener en cuenta los traumas pasados y cómo estos pueden influir en su interacción con los servicios actuales.
- **Respeto a la identidad:** respetar las identidades y decisiones de las personas mayores, ya sea en términos de su orientación sexual, identidad de género o cómo desean vivir su vida en la vejez.

4. Atención centrada en la persona (ACP)

- **Enfoque individualizado:** cada persona mayor LGTBIQ+ tiene una historia y necesidades únicas. Un enfoque inclusivo debe centrarse en la persona, adaptando la atención a sus necesidades específicas y escuchando sus deseos y preocupaciones.
- **Empoderamiento y participación:** fomentar la autonomía de las personas mayores LGTBIQ+, asegurando que tengan voz en las decisiones que afectan su vida y bienestar.

5. Formación y sensibilización continua

- **Capacitación del personal:** proporcionar formación continua al personal en temas de diversidad sexual y de género, asegurando que estén preparados para ofrecer una atención inclusiva y respetuosa. Esta formación debe incluir la comprensión de las interseccionalidades y cómo estas influyen en las experiencias de las personas mayores LGTBIQ+.
- **Desarrollo de políticas inclusivas:** implementar políticas que respalden un

enfoque inclusivo, asegurando que la diversidad sexual y de género esté integrada en todos los aspectos del servicio.

SENSIBILIZACIÓN Y FORMACIÓN DEL PERSONAL SOBRE LA DIVERSIDAD SEXUAL Y DE GÉNERO

La formación del personal en diversidad sexual y de género es crucial para brindar una atención de calidad, especialmente cuando se trabaja con personas mayores LGTBIQ+.

En este manual proponemos una serie de principios esenciales que cualquier profesional podrá implementar en su intervención para que esta sea más respetuosa con las personas mayores LGTBIQ+. Y no sólo con ellas, sino que en general contribuyen a entender ciertos procesos de un modo más completo y que muchas veces obviamos por los tiempos escasos de nuestras intervenciones.

1. Enfoque desde las diversidades múltiples

Las diversidades múltiples se refieren a la coexistencia de diferentes identidades y experiencias dentro de una misma persona, que pueden estar relacionadas con su raza, género, orientación sexual, clase social, religión, discapacidad, edad, entre otros. Este concepto reconoce que las personas no son homogéneas en su identidad, sino que sus múltiples características interactúan y pueden generar experiencias de discriminación, privilegio o exclusión en función del contexto social.

Por tanto, intervenir **con un enfoque desde las diversidades múltiples** se centra en reconocer y respetar la variedad de identidades, experiencias y características que confluyen en una persona, más allá de una única categoría de identidad, como la orientación sexual o el género.

Principios clave de la intervención desde las diversidades múltiples:

- **Reconocimiento de la pluralidad de identidades:**
 - Este enfoque no solo se limita a la identidad de género o la orientación sexual, sino que entiende que las personas pueden pertenecer

simultáneamente a varios grupos marginalizados o privilegiados. Por ejemplo, una persona mayor LGTBQ+ con una discapacidad experimenta el mundo a través de varias lentes.

- La sensibilización debe dirigirse a educar sobre cómo estas diversas identidades interactúan y a menudo agravan las barreras de discriminación o exclusión.

- **Comprensión de las experiencias individuales y colectivas:**

- Cada persona tiene una historia única, pero muchas veces sus experiencias individuales están vinculadas a dinámicas sociales más amplias. Un enfoque en las diversidades múltiples implica explorar cómo las opresiones sistémicas afectan a diferentes personas de manera única.
- Por ejemplo, una persona trans negra puede enfrentarse no solo a la transfobia, sino también al racismo, y las formas en que ambas interactúan pueden ser diferentes a las de una persona trans blanca.

- **Intervenciones y políticas inclusivas:**

- Es fundamental que los servicios y políticas públicas sean diseñados teniendo en cuenta las múltiples diversidades, para garantizar que las necesidades de toda la ciudadanía sean abordadas de manera equitativa.
- Por ejemplo, en el ámbito de la atención médica, una persona mayor LGTBQ+ de una minoría étnica podría enfrentarse a barreras diferentes en términos de acceso a cuidados adecuados, debido a estereotipos raciales y homofóbicos que interactúan.

- **Formación continua del personal en diversidad:**

- La sensibilización debe ser un proceso continuo y actualizado, de modo que el personal en sectores clave, como salud, educación, y servicios sociales, se mantenga informado sobre las nuevas realidades de las diversidades múltiples.
- La formación debe incluir herramientas para dismantelar los prejuicios inconscientes y desarrollar empatía hacia las experiencias diversas, favoreciendo una atención inclusiva y personalizada.

- **Enfoque holístico y global:**

- El enfoque desde las diversidades múltiples va más allá de un análisis superficial de las diferencias, integrando una visión global de las intersecciones que definen las experiencias humanas.
- Se debe formar a los equipos profesionales para que consideren cómo las políticas, los sistemas de atención y los recursos pueden afectar de manera desigual a personas con diferentes combinaciones de identidades.

Beneficios de la intervención desde las diversidades múltiples:

- **Promoción de la equidad:** aborda las desigualdades que no se ven claramente cuando solo se enfoca en una dimensión de identidad. Esto permite generar políticas y servicios más justos y equitativos.
- **Mayor inclusión:** al reconocer la riqueza de las diversidades múltiples, se promueve un ambiente más inclusivo donde todas las personas se sientan respetadas y valoradas por la totalidad de sus identidades.
- **Prevención de la discriminación sistémica:** con una mayor comprensión de las diversidades múltiples, las organizaciones y profesionales pueden anticipar y abordar formas de discriminación que podrían pasar desapercibidas en enfoques más limitados.

Ejemplos prácticos:

- En los centros de atención para personas mayores, se puede implementar formación sobre cómo la edad, la identidad LGTBQ+ y la discapacidad pueden entrelazarse, de modo que el personal pueda proporcionar un servicio más sensible y adecuado a las necesidades complejas de sus usuarios.
- En las escuelas, una formación en diversidades múltiples permitiría a los equipos docentes entender mejor las barreras que enfrenta el estudiantado que pertenece a varios grupos marginados (por ejemplo, racializados y LGTBQ+).

2. Enfoque interseccional

Intervenir con un enfoque interseccional implica capacitar y formar al personal y a la sociedad para comprender cómo las diferentes formas de discriminación y opresión (como el racismo, el sexismo, la homofobia, la transfobia, el capacitismo, el edadismo, entre otros) interactúan y se entrelazan en las vidas de las personas, especialmente en aquellos grupos que se encuentran en la intersección de múltiples identidades marginadas.

INTERESANTE

El concepto de diversidades múltiples está estrechamente ligado al de **interseccionalidad**, propuesto por la académica Kimberlé Crenshaw. Este término describe cómo las distintas formas de opresión (racismo, sexismo, homofobia, etc.) se cruzan entre sí y afectan de manera única a las personas que pertenecen a más de un grupo marginado.

Elementos clave del enfoque interseccional:

- **Reconocimiento de la complejidad de las identidades:**
 - En lugar de abordar a las personas desde una única dimensión (como solo su orientación sexual o identidad de género), el enfoque interseccional nos enseña a ver a las personas en función de todas las identidades que conforman su experiencia. Esto incluye su etnia, clase social, género, orientación sexual, edad, capacidad física o mental...
 - Por ejemplo, una mujer mayor, lesbiana y afrodescendiente, puede enfrentar el sexismo, el racismo, el edadismo y la lesbofobia de manera simultánea, y cada una de estas formas de opresión afecta su vida de una manera específica.
- **Formación continua y reflexión crítica:**
 - La interseccionalidad no es un proceso único, sino un compromiso continuo para entender cómo los sistemas de poder y opresión se cruzan. Es fundamental que las personas que trabajan en servicios sociales, de salud y otros contextos estén capacitadas regularmente en

temas de interseccionalidad.

- Estas capacitaciones deben incluir una reflexión crítica sobre cómo los sesgos y prejuicios individuales o institucionales pueden perpetuar la discriminación de manera inconsciente.

- **Desarrollo de políticas inclusivas:**

- Las políticas públicas, educativas y de servicios sociales deben construirse desde un enfoque interseccional, de modo que aborden las necesidades en múltiples ejes de marginalización.
- Por ejemplo, una política de vivienda inclusiva debe considerar no solo la accesibilidad para personas mayores, sino también los desafíos que puedan enfrentar personas mayores LGTBQ+, racializadas o con discapacidades.

- **Creación de entornos seguros y acogedores:**

- El enfoque interseccional busca promover entornos donde las personas se sientan seguras para expresar todas sus identidades sin temor a ser discriminadas o estigmatizadas. Esto puede incluir espacios de apoyo, servicios de atención a la salud inclusivos y políticas que garanticen la igualdad de trato.

- **Escucha activa y validación de experiencias:**

- Un enfoque interseccional enseña al personal de cualquier profesión a escuchar activamente y validar las experiencias de las personas que enfrentan múltiples formas de opresión. Es importante no minimizar o simplificar las experiencias vividas por individuos que están en la intersección de varias identidades.

Ejemplos de interseccionalidad en nuestra intervención:

- **En salud mental:** en los servicios de salud mental, una intervención interseccional consideraría cómo la experiencia de una persona mayor LGTBQ+ puede verse afectada tanto por la discriminación por su edad como por su orientación sexual, y adaptaría el tratamiento para abordar ambas experiencias.

- **Educación inclusiva:** en la educación, una actuación interseccional garantizaría que los planes de estudio reflejen no solo la diversidad de género y sexualidad, sino también cómo estas interactúan con otras identidades, como la clase social o el origen étnico.

Beneficios del enfoque interseccional:

- **Mayor equidad en la prestación de servicios:** al reconocer las múltiples identidades de las personas, los servicios sociales y de salud pueden ser más inclusivos y equitativos, respondiendo a las necesidades reales de las personas.
- **Reducción de la discriminación estructural:** la formación con enfoque interseccional ayuda a identificar y desmantelar las barreras estructurales que perpetúan la discriminación.

Este enfoque garantiza que las intervenciones y políticas sean más inclusivas, sensibles y efectivas, promoviendo una sociedad más justa para todos los grupos marginados.

3. Actitud exenta de juicios

Una actitud exenta de juicios es clave en la intervención con personas, especialmente en el ámbito de la diversidad sexual y de género, donde el respeto y la comprensión son fundamentales. Este enfoque se basa en ofrecer un trato igualitario y respetuoso, sin hacer suposiciones ni emitir opiniones preconcebidas sobre las personas en función de su orientación sexual, identidad de género, raza, religión, edad o cualquier otra característica.

Elementos clave de una actitud exenta de juicios:

- **Escucha activa y empática:**
 - Se trata de recibir a las personas con una mente abierta, dispuesta a escuchar sus experiencias sin hacer suposiciones previas. La escucha activa permite que la persona se exprese libremente, sabiendo que no será juzgada por su identidad, experiencias o creencias.

- Esta actitud fomenta un ambiente de seguridad y confianza, donde las personas se sienten cómodas compartiendo sus realidades sin miedo a ser desvalorizadas.

- **Reconocimiento y validación de experiencias:**

- Las experiencias de cada persona, especialmente en el contexto de las personas LGTBQ+, pueden estar marcadas por discriminación o marginación. Una actitud exenta de juicios implica validar esas experiencias sin cuestionarlas o minimizar su importancia.
- En vez de emitir juicios sobre lo que es "normal" o "aceptable", debemos buscar reconocer la diversidad como parte fundamental de la experiencia humana.

- **Identificar sesgos personales:**

- Todas las personas, de alguna manera, hemos sido socializadas con creencias y prejuicios, incluso de manera inconsciente, por lo que una actitud exenta de juicios requiere un trabajo personal constante para identificar y dismantelar esos sesgos que puedan interferir en la atención o la interacción con las demás personas.
- Esto implica reflexionar sobre nuestras actitudes y cómo pueden influir en nuestras decisiones y comportamientos, para así poder ofrecer un servicio más imparcial y justo.

- **Atención centrada en la persona:**

- El foco se debe poner en las necesidades y deseos individuales de cada persona, no en suposiciones basadas en etiquetas o características de grupo. La atención centrada en la persona implica reconocer la singularidad de cada persona y adaptar el trato y los servicios a sus circunstancias personales.
- Por ejemplo, en un entorno de atención médica, el personal sanitario no impondría estereotipos o suposiciones sobre la vida personal o sexual de una persona LGTBQ+, sino que permitiría que esa persona definiera por sí misma lo que necesita o busca.

- **Neutralidad y respeto en la comunicación:**

- Es importante usar un lenguaje inclusivo y respetuoso, evitando términos que puedan resultar ofensivos o que reflejen estereotipos. Esto no significa ser neutral ante situaciones de discriminación, sino ofrecer apoyo y comprensión sin imponer juicios de valor.
- La comunicación debe ser abierta y libre de prejuicios, permitiendo que la persona se sienta respetada en todo momento.

Ejemplos prácticos:

- **Entornos de salud:** el personal sanitario debe ofrecer tratamiento basado en las necesidades médicas de la persona, sin hacer suposiciones sobre su vida sexual o identidad. Por ejemplo, no debería asumir que una persona heterosexual no necesita educación sobre enfermedades de transmisión sexual o que una persona mayor no es sexualmente activa.
- **Atención en servicios sociales:** en la intervención con personas mayores LGTBIQ+, una actitud exenta de juicios implica no asumir que todos han tenido las mismas experiencias o desafíos, y ofrecerles un espacio seguro para expresar sus preocupaciones sin temor al estigma.

Beneficios de la actitud exenta de juicios:

- **Fomenta la confianza y la apertura:** las personas se sienten más seguras y dispuestas a compartir sus experiencias cuando no sienten que serán juzgadas. Esto facilita un ambiente más colaborativo y de mejor atención.
- **Mejora la calidad de la intervención:** al eliminar los juicios y prejuicios, se pueden proporcionar soluciones y servicios más personalizados y efectivos, ajustados a las verdaderas necesidades de la persona.
- **Promueve el respeto y la igualdad:** una actitud libre de juicios promueve un trato equitativo, reduciendo la posibilidad de discriminación o marginalización.

TEN SIEMPRE PRESENTE

Una actitud exenta de juicios es fundamental para crear entornos más inclusivos y equitativos, donde las personas, independientemente de sus características o experiencias, puedan recibir el apoyo y la atención que necesitan.

4. Atención centrada en la persona

La **Atención Centrada en la Persona (ACP)** es un enfoque que sitúa a las personas en el centro de la toma de decisiones sobre su propio bienestar, asegurando que se respeten sus deseos, necesidades y valores únicos. Este enfoque es fundamental en el trabajo con personas mayores LGTBIQ+ y otros grupos, ya que reconoce la individualidad de cada persona en lugar de aplicar soluciones o intervenciones generalizadas.

Principios de la ACP:

- **Respeto por la individualidad:**

- La ACP se basa en la comprensión de que cada persona tiene experiencias de vida únicas, con su propio conjunto de preferencias, valores y prioridades. En el caso de las personas mayores LGTBIQ+, esto implica reconocer que su identidad de género u orientación sexual no define por completo quiénes son, sino que es parte de un todo complejo.
- La sensibilización bajo este enfoque requiere un esfuerzo consciente para conocer las historias y contextos individuales de cada persona, evitando generalizaciones o estereotipos.

- **Autonomía y toma de decisiones:**

- Un aspecto clave de la ACP es garantizar que las personas tengan voz en las decisiones que afectan sus vidas. Para las personas mayores LGTBIQ+ esto puede significar asegurar que puedan decidir sobre sus cuidados de salud, el entorno en el que desean vivir, o cómo quieren ser tratadas por

los servicios de atención sin temor a discriminación.

- Es vital que los profesionales actúen como facilitadores de la toma de decisiones, brindando información clara y sin prejuicios, y permitiendo que la persona exprese sus preferencias y elija el curso de acción que más le convenga.

- **Atención integral y holística:**

- La ACP no solo se enfoca en los aspectos físicos de la atención, sino también en el bienestar emocional, social y psicológico. Para las personas mayores LGTBIQ+, este enfoque reconoce las experiencias de discriminación o estigmatización que pueden haber enfrentado y cómo esas vivencias impactan su salud mental y emocional.
- La intervención debe tener en cuenta todas las dimensiones del bienestar de la persona, lo que incluye trabajar en la construcción de redes de apoyo, abordar la soledad o el aislamiento social y ofrecer apoyo emocional especializado cuando sea necesario.

- **Escucha activa y participación:**

- En este enfoque, la escucha activa juega un papel esencial, ya que los profesionales deben estar abiertos a las opiniones y preocupaciones de las personas mayores LGTBIQ+ sin imponer juicios ni soluciones preconcebidas. Es importante que los individuos sientan que sus voces son escuchadas y valoradas.
- Esto también implica la participación activa de la persona en su plan de cuidados o intervención, asegurando que sus deseos se reflejen en las decisiones finales.

- **Adaptación de servicios:**

- Los servicios deben ser adaptados para responder a las necesidades específicas de cada persona. En el caso de las personas mayores LGTBIQ+, esto puede significar asegurarse de que los proveedores de servicios de atención estén capacitados en diversidad sexual y de género, que se utilice un lenguaje inclusivo y que se respeten las decisiones sobre la privacidad o la expresión de la identidad de género.

- Los entornos de atención deben ser espacios seguros y libres de discriminación, donde las personas mayores LGTBIQ+ puedan sentirse cómodas y comprendidas.

Aplicaciones prácticas del enfoque de ACP:

- **Atención médica:** cuando una persona mayor LGTBIQ+ accede a servicios de salud, la ACP garantizaría que los profesionales de la salud no asuman su orientación sexual o identidad de género y que se respeten sus decisiones sobre tratamientos, tomando en cuenta su contexto personal y social.
- **Centros de atención a personas mayores:** en estos entornos, se debe garantizar que el personal esté capacitado para atender a personas con diferentes identidades y orientaciones, ofreciendo un trato personalizado que respete sus preferencias de vivienda, cuidado y apoyo social.

Beneficios de la ACP:

- **Empoderamiento:** las personas mayores LGTBIQ+ se sienten más valoradas y con mayor control sobre su vida, lo que mejora su calidad de vida.
- **Mejora de la atención:** los servicios adaptados a las necesidades individuales son más eficaces y satisfactorios, lo que se traduce en mejores resultados en salud y bienestar.
- **Reducción de la discriminación:** al centrarse en la persona, se minimizan las barreras relacionadas con prejuicios o estigmas, creando entornos más inclusivos.

¡ATENCIÓN!

El enfoque centrado en la persona, en combinación con una actitud inclusiva y libre de juicios, es fundamental para asegurar que las personas mayores LGTBIQ+ reciban la atención y el respeto que merecen, contribuyendo a un envejecimiento más saludable y digno.

ADOPCIÓN DE MEDIDAS PARA MEJORAR LA ACCESIBILIDAD DE LOS SERVICIOS

¡MUY IMPORTANTE!

Mejorar la accesibilidad de los servicios dirigidos a las personas mayores LGTBIQ+ implica identificar y eliminar barreras que dificultan su acceso y participación en los servicios sociales, de salud y comunitarios.

Para ello, es fundamental asegurar que las políticas, los entornos y las prácticas profesionales sean inclusivos y sensibles a las necesidades de este colectivo.

Medidas clave para mejorar la accesibilidad de los servicios:

1. Formación y sensibilización del personal:

- Implementar programas de formación continua para el personal sanitario y social sobre diversidad sexual y de género.
- Esto incluye promover una actitud exenta de prejuicios y basada en la dignidad de cada persona, lenguaje inclusivo, reconocimiento de la discriminación y comprensión de las necesidades específicas de las personas mayores LGTBIQ+, entre otras.

2. Políticas inclusivas:

- Desarrollar y hacer cumplir **políticas de no discriminación** que incluyan explícitamente a personas mayores LGTBIQ+. Estas políticas deben estar claramente visibles en los centros de atención y garantizar que cualquier acto discriminatorio sea reportado y tratado con seriedad.
- Establecer **protocolos claros de confidencialidad** para proteger la privacidad de las personas LGTBIQ+ en todos los aspectos de su atención, incluidas su orientación sexual e identidad de género.

3. Accesibilidad física y cultural:

- Adaptar los espacios físicos para que sean accesibles para todas las personas, con baños inclusivos y privados, habitaciones adaptadas a las necesidades de las personas transgénero y señales que utilicen un lenguaje inclusivo y respetuoso.
- Mejorar la accesibilidad de los servicios desde una perspectiva **cultural y lingüística**, eliminando el lenguaje heteronormativo en los formularios y materiales informativos, y asegurando que los recursos disponibles incluyan una representación positiva de la diversidad sexual y de género.

4. Creación de espacios seguros:

- Asegurar que los espacios donde se brindan servicios sean seguros y libres de estigmas. Esto incluye la protección de la privacidad de las personas mayores LGTBQ+, respetando su derecho a decidir sobre qué aspectos de su identidad quieren compartir.
- Es importante establecer entornos donde las personas no se sientan juzgadas, especialmente en servicios de salud o vivienda asistida, donde puede haber temor a la discriminación por parte del personal o de otras personas residentes.

5. Personalización de los servicios:

- Los servicios deben estar **centrados en la persona** y adaptarse a las necesidades individuales de las personas mayores LGTBQ+. Por ejemplo, en atención médica, se deben tener en cuenta las necesidades específicas relacionadas con la orientación sexual o la identidad de género, tales como tratamientos hormonales o terapias psicológicas especializadas.
- También se debe ofrecer un apoyo emocional y social especializado, reconociendo las posibles vivencias de exclusión o trauma que puedan haber experimentado a lo largo de sus vidas.

6. Promoción de la salud mental y física:

- Desarrollar programas de prevención y promoción de la salud dirigidos específicamente a las personas mayores LGTBQ+, que tengan en cuenta sus necesidades emocionales y psicológicas, especialmente en temas

relacionados con el envejecimiento y el aislamiento.

- Ofrecer atención preventiva que abarque todos los aspectos de la salud (física, mental y emocional) y garantizar el acceso a los mismos servicios de salud que cualquier otra persona mayor, sin temor a discriminación.

7. Evaluación continua:

- Implementar mecanismos de **evaluación y retroalimentación** para identificar y corregir posibles barreras en el acceso a los servicios. Esto puede incluir encuestas anónimas al usuariado de los servicios o comités de revisión formados por personas mayores LGTBQ+ para garantizar que se están cumpliendo sus expectativas y necesidades.

Implementar estas y otras medidas que ayuden a mejorar la accesibilidad de los servicios de atención sociosanitaria para personas mayores LGTBQ+ conlleva una serie de **beneficios** tanto para los individuos como para el sistema de atención. Estos beneficios se centran en promover un entorno más equitativo, inclusivo y adecuado a las necesidades del colectivo.

Para las personas mayores LGTBQ+:

1. Reducción del aislamiento social:

- Las medidas como la creación de espacios seguros y el fomento de la participación en actividades comunitarias ayudan a combatir la soledad y el aislamiento. Este grupo, debido a experiencias de exclusión y discriminación a lo largo de su vida, puede haber perdido redes de apoyo. Promover la inclusión y la conexión social mejora el bienestar emocional y reduce el riesgo de soledad.

2. Mejora en la salud mental y emocional:

- La capacitación del personal en diversidad sexual y de género contribuye a que las personas mayores LGTBQ+ se sientan comprendidas y respetadas en los entornos de atención. Esto disminuye la ansiedad y el estrés derivados del miedo al rechazo o la discriminación, mejorando su bienestar mental.
- El apoyo emocional especializado también aborda de manera directa las consecuencias psicológicas de las experiencias de discriminación,

facilitando un envejecimiento más saludable.

3. Acceso a atención médica adecuada y equitativa:

- Las políticas inclusivas y la personalización de los servicios permiten que las personas mayores LGTBIQ+ reciban atención médica adaptada a sus necesidades específicas, como el acceso a tratamientos hormonales o cuidados específicos para personas transgénero.
- Al sentirse seguras de que no serán juzgadas o discriminadas es más probable que busquen atención médica de manera temprana y regular, lo que favorece una mejor calidad de vida y previene problemas de salud graves.

4. Protección de la dignidad y la identidad:

- La creación de políticas y prácticas que respeten la identidad de género y la orientación sexual de las personas mayores LGTBIQ+ garantiza que su dignidad sea preservada en todo momento. Esto incluye, por ejemplo, respetar los nombres y pronombres preferidos, así como la privacidad de información personal.

Para el sistema de atención:

1. Mejora en la calidad de los servicios:

- La formación del personal y la implementación de políticas inclusivas aumentan la calidad general de los servicios al hacerlos más accesibles, seguros y adecuados para una mayor variedad de usuarios. Un enfoque inclusivo genera una atención más humana y eficiente.
- La **Atención Centrada en la Persona**, al priorizar las necesidades individuales, también se traduce en mejores resultados en la salud y bienestar de las personas atendidas.

2. Mayor eficiencia en la gestión de recursos:

- Un sistema de atención inclusivo y con personal capacitado tiende a prevenir conflictos o malentendidos en los entornos de atención, lo que reduce costos derivados de problemas como el maltrato o las denuncias por

discriminación.

- Además, garantizar el acceso temprano y adecuado a la atención sanitaria previene la aparición de problemas de salud más graves y costosos en el futuro.

3. Aumento de la confianza y la satisfacción del usuario:

- Al sentirse respetadas y comprendidas, las personas mayores LGTBIQ+ son más propensas a utilizar los servicios disponibles y a seguir tratamientos recomendados. Esto mejora la relación entre profesionales y pacientes, y aumenta los índices de satisfacción del usuario, lo que a su vez fortalece la reputación de las instituciones de atención.

4. Fomento de una sociedad más equitativa e inclusiva:

- La implementación de estas medidas no solo beneficia a las personas mayores LGTBIQ+, sino que también establece un estándar de inclusión y respeto que puede influir en otros sectores y servicios sociales. Fomentar la diversidad y combatir el estigma fortalece el tejido social y promueve valores de igualdad y justicia.

Estas medidas no solo mejoran la **calidad de vida** de las personas mayores LGTBIQ+ sino que también optimizan el funcionamiento de los servicios sociosanitarios, haciéndolos más eficaces, humanos y respetuosos. Esto, a su vez, contribuye a construir una sociedad más justa y equitativa, donde las personas mayores LGTBIQ+ puedan envejecer con dignidad, seguridad y respeto.

PROMOCIÓN DE LA PARTICIPACIÓN SOCIO-COMUNITARIA DE LAS PERSONAS MAYORES LGTBIQ+

La **promoción de la participación socio-comunitaria de las personas mayores LGTBIQ+** es crucial para mejorar su bienestar y garantizar su inclusión en la sociedad. Como hemos visto a través de las páginas de este manual, a lo largo de su vida, este colectivo ha experimentado discriminación y aislamiento, lo que puede aumentar el riesgo de exclusión en la vejez. Promover su participación en la vida comunitaria contribuye a crear espacios más inclusivos, a la vez que mejora la calidad de vida de las personas mayores LGTBIQ+.

Importancia de la participación socio-comunitaria

1. Reducción del aislamiento y la soledad:

- Las personas mayores LGTBQ+ son más vulnerables a la soledad y el aislamiento debido a redes de apoyo limitadas y la pérdida de conexiones familiares o sociales. Participar en actividades comunitarias les permite reconectar con otras personas, compartir experiencias y establecer nuevas relaciones, lo que es esencial para su bienestar emocional y mental.

2. Empoderamiento y visibilidad:

- Fomentar la participación de las personas mayores LGTBQ+ en la vida comunitaria refuerza su sentido de pertenencia y les da un espacio para ser visibles y activos. Esto contribuye a cambiar la percepción social hacia este colectivo, desafiando estereotipos y promoviendo una mayor aceptación.

3. Fortalecimiento de la salud mental y física:

- La participación activa en actividades sociales y comunitarias mejora la salud mental al reducir el estrés y la ansiedad, y aumenta la autoestima. También puede fomentar un estilo de vida más activo, mejorando su bienestar físico.

4. Contribución al diálogo intergeneracional:

- Las personas mayores LGTBQ+ tienen un vasto conocimiento y experiencias que pueden compartir con generaciones más jóvenes, enriqueciendo el entendimiento de las luchas y logros históricos del colectivo LGTBQ+. Promover estos espacios de intercambio fomenta el respeto intergeneracional y fortalece el sentido de comunidad.

Estrategias para promover la participación socio-comunitaria

1. Creación de espacios seguros e inclusivos:

- Desarrollar centros comunitarios y programas específicos para personas mayores LGTBQ+, donde puedan socializar, recibir apoyo emocional y participar en actividades culturales. Estos espacios deben garantizar un ambiente libre de prejuicios y centrado en la dignidad y respeto de cada persona.

2. Apoyo a organizaciones y redes de personas mayores LGTBQ+:

- Colaborar con organizaciones LGTBQ+ para crear programas que incluyan actividades recreativas, educativas y de apoyo, así como para fortalecer las redes sociales de estas personas. Estas organizaciones pueden ser un recurso vital para generar espacios de participación.

3. Fomento del voluntariado y la participación comunitaria:

- Involucrar a personas mayores LGTBQ+ en roles de participación activa dentro de la comunidad, como en la organización de eventos o en grupos de apoyo. Esto no solo empodera a las personas mayores, sino que también crea modelos a seguir para las generaciones más jóvenes.

4. Promoción de actividades culturales y artísticas:

- Fomentar la participación de las personas mayores LGTBQ+ en actividades culturales, como la creación artística, la música o la escritura, les permite expresar su identidad y compartir sus experiencias de vida. Estas actividades también pueden servir como una forma de preservar la memoria histórica del colectivo.

5. Integración en programas comunitarios existentes:

- Incluir a las personas mayores LGTBQ+ en programas comunitarios generales, garantizando que sean inclusivos y accesibles. Esto contribuye a la normalización de su participación en la vida social y refuerza su inclusión en la comunidad en general.

Beneficios de la participación socio-comunitaria:

- **Mejora del bienestar emocional:** sentirse parte de una comunidad y tener la oportunidad de participar activamente mejora el bienestar emocional de las personas mayores LGTBQ+, combatiendo la depresión y la ansiedad.
- **Aumento de la autoestima y el sentido de pertenencia:** el reconocimiento y la visibilidad dentro de una comunidad refuerzan la autoestima y el sentido de pertenencia.
- **Fortalecimiento de redes de apoyo:** a medida que las personas mayores

LGTBIQ+ participan en actividades comunitarias, tienden a desarrollar nuevas redes de apoyo que pueden ser vitales en su vida diaria.

ESTRATEGIA

Promover la participación socio-comunitaria de las personas mayores LGTBIQ+ no solo mejora su calidad de vida, sino que también fomenta una sociedad más inclusiva y equitativa.

Esta es una estrategia fundamental para combatir el aislamiento social y la discriminación, y garantizar que este colectivo pueda envejecer con dignidad y respeto.

APOYO EMOCIONAL Y ASESORAMIENTO ESPECIALIZADO

El **apoyo emocional y el asesoramiento especializado** son esenciales para las personas mayores LGTBIQ+, quienes enfrentan desafíos únicos debido a su orientación sexual, identidad de género y la experiencia acumulada de discriminación a lo largo de su vida. Estas formas de apoyo no solo mejoran el bienestar emocional, sino que también proporcionan herramientas para lidiar con el estigma, la soledad y la posible desconexión de redes familiares o sociales.

Os proponemos en este manual unos **elementos clave para el apoyo emocional y asesoramiento especializado**.

1. Atención individualizada:

- Las personas mayores LGTBIQ+ necesitan una atención emocional que sea sensible y adaptada a sus experiencias personales. Un enfoque centrado en la persona permite abordar las necesidades específicas y las historias de vida únicas de cada individuo. Este tipo de intervención ayuda a generar confianza y a sentirse comprendidos, evitando la invisibilidad que muchos han sufrido.

2. Espacios seguros:

- Crear espacios seguros donde las personas mayores LGTBIQ+ puedan

compartir sus emociones y experiencias sin temor a ser juzgadas o discriminadas es fundamental. Estos espacios permiten que expresen sus preocupaciones, miedos y sentimientos de manera abierta, al tiempo que reciben el apoyo adecuado.

3. Asesoramiento psicológico especializado:

- Contar con profesionales de la salud mental formados en temas LGTBIQ+ garantiza un asesoramiento eficaz. Estos profesionales deben comprender cómo las experiencias de discriminación, homofobia o transfobia a lo largo de la vida pueden afectar la salud mental en la vejez.
- El enfoque debe incluir la terapia afirmativa, que valida y apoya la identidad de género y orientación sexual del paciente, ayudando a aliviar problemas como la ansiedad, la depresión y el estrés postraumático que puede haber resultado de años de exclusión social.

4. Apoyo en la construcción de redes de apoyo:

- Muchas personas mayores LGTBIQ+ pueden haber perdido contacto con sus familias de origen o haber enfrentado rupturas en sus redes sociales debido a su identidad. El apoyo emocional también debe incluir la ayuda para reconstruir o fortalecer redes de apoyo, ya sea a través de grupos de pares, comunidades inclusivas o la reconexión con la familia y amigos si es posible.

5. Atención a la soledad y el aislamiento:

- La soledad es un problema recurrente en las personas mayores, y puede ser más pronunciada en aquellas que son LGTBIQ+. El asesoramiento emocional puede ayudar a mitigar este sentimiento mediante intervenciones que fomenten la participación comunitaria, la creación de nuevas conexiones y el desarrollo de estrategias para enfrentar el aislamiento.

6. Capacitación del personal:

- Es vital que los profesionales de apoyo emocional estén formados en diversidad sexual y de género, y que actúen desde una postura interseccional, reconociendo que los desafíos que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+ pueden verse agravados por factores como la clase, la raza, la discapacidad o la edad. Esto les permite ofrecer un asesoramiento

más completo y libre de juicios.

Beneficios del apoyo emocional y asesoramiento especializado:

- **Mejora de la salud mental y el bienestar:** el asesoramiento ayuda a abordar el trauma acumulado por años de discriminación, ayudando a los individuos a gestionar problemas como la depresión, la ansiedad o el estrés, y a encontrar soluciones a sus preocupaciones cotidianas.
- **Fomento de la autonomía y la autoaceptación:** a través del apoyo emocional, las personas mayores LGTBQ+ pueden trabajar en la autoaceptación y el empoderamiento, lo que les permite participar más activamente en su comunidad y en los servicios que requieren.
- **Reducción del aislamiento:** al estar mejor equipados emocionalmente para conectarse con otros, las personas mayores LGTBQ+ pueden reducir el aislamiento social y construir nuevas relaciones significativas.
- **Aumento de la resiliencia:** el apoyo especializado también proporciona herramientas para que estas personas enfrenten con mayor fortaleza los desafíos de la vejez, como la pérdida de seres queridos, el deterioro de la salud o las barreras para el acceso a servicios.

EN DEFINITIVA

El apoyo emocional y el asesoramiento especializado son esenciales para mejorar la calidad de vida de las personas mayores LGTBQ+. Estos servicios no solo deben atender sus necesidades emocionales y psicológicas, sino también crear entornos donde puedan sentirse seguras, comprendidas y apoyadas, permitiéndoles vivir una vejez digna y conectada con la comunidad.

ESTABLECER ALIANZAS Y COLABORACIONES CON ORGANIZACIONES LGTBQ+

Establecer alianzas y colaboraciones con organizaciones LGTBQ+ es una estrategia clave para mejorar la atención, inclusión y bienestar de las personas

mayores LGTBIQ+ en los servicios sociosanitarios y comunitarios. Estas alianzas no solo fortalecen el trabajo de las instituciones, sino que también crean redes de apoyo más amplias y recursos especializados para este colectivo.

Beneficios de las alianzas con organizaciones LGTBIQ+:

1. Experiencia y especialización:

- Las organizaciones LGTBIQ+ poseen un profundo conocimiento y experiencia en las necesidades y desafíos específicos de la comunidad. Al colaborar con estas organizaciones, los servicios pueden beneficiarse de esta experiencia para ofrecer una atención más inclusiva y ajustada a las necesidades reales del colectivo.

2. Programas y servicios adaptados:

- Al trabajar en conjunto, los servicios sociosanitarios pueden adaptar sus programas para incluir las particularidades de las personas mayores LGTBIQ+. Esto puede incluir el desarrollo de servicios específicos, como grupos de apoyo, asesoramiento psicológico y social, y programas de inclusión comunitaria.

3. Capacitación del personal:

- Las organizaciones LGTBIQ+ pueden ofrecer capacitación continua y actualizada sobre diversidad sexual y de género al personal de servicios. Estas formaciones pueden incluir enfoques desde las interseccionalidades y diversidades múltiples, promoviendo actitudes exentas de juicios y garantizando una atención centrada en la persona.

4. Fomento de la visibilidad y la sensibilización:

- Al asociarse con organizaciones LGTBIQ+, se puede fomentar una mayor visibilidad de las personas mayores del colectivo, promoviendo la sensibilización pública y el respeto por su identidad. Esto ayuda a combatir los estigmas y prejuicios que aún persisten en muchos entornos, y a crear comunidades más inclusivas.

5. Facilitación del acceso a recursos y servicios:

- Estas alianzas pueden mejorar el acceso a servicios específicos para personas mayores LGTBQ+, como la vivienda segura y la atención médica competente. Las organizaciones LGTBQ+ a menudo están en contacto con redes comunitarias y servicios que pueden complementar los recursos disponibles para este colectivo.

6. Desarrollo de políticas inclusivas:

- Las organizaciones LGTBQ+ pueden ayudar a los servicios sociosanitarios a desarrollar y adoptar políticas inclusivas que aseguren que las personas mayores LGTBQ+ no enfrenten discriminación en ningún aspecto de su atención. Esto incluye garantizar que los entornos de atención, como residencias y hospitales, sean seguros y respetuosos con su identidad.

7. Participación comunitaria:

- Las colaboraciones pueden promover la participación activa de las personas mayores LGTBQ+ en las decisiones que afectan su bienestar. Las organizaciones LGTBQ+ pueden actuar como puentes para conectar a los mayores con las oportunidades de participar en grupos comunitarios, eventos y proyectos que promuevan su integración.

Ejemplos de alianzas exitosas:

- **Centros comunitarios LGTBQ+:** existen varios centros en Europa y América del Norte que, en colaboración con servicios sociosanitarios, ofrecen espacios seguros para personas mayores LGTBQ+, donde pueden acceder a recursos, apoyo emocional y actividades recreativas.
- **Programas de apoyo intergeneracional:** varias organizaciones LGTBQ+ desarrollan programas que conectan a las personas mayores con generaciones más jóvenes, fomentando el diálogo y la comprensión entre diferentes edades dentro de la comunidad LGTBQ+.

¡OBVIO!

Las alianzas y colaboraciones con organizaciones LGTBIQ+ son esenciales para ofrecer servicios que respeten la diversidad y promuevan el bienestar integral de las personas mayores LGTBIQ+.

Estas colaboraciones permiten a los servicios sociosanitarios brindar un apoyo más adecuado y accesible, y a su vez, contribuyen a crear una sociedad más inclusiva y equitativa para toda la ciudadanía.

5. IMPLEMENTACIÓN DEL MANUAL

Os proponemos a continuación una serie de pasos que aseguren la efectividad de este manual, así como la sensibilización del personal y la adopción de medidas que promuevan la inclusión, el bienestar y el acceso adecuado a los servicios.

PASOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LAS BUENAS PRÁCTICAS EN LA ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES LGTBIQ+

Para implementar buenas prácticas en la atención a personas mayores LGTBIQ+ es fundamental seguir un enfoque estructurado que garantice la inclusión, el respeto y el acceso equitativo a servicios y recursos. A continuación, se detallan los pasos clave a seguir.

1. Evaluación inicial y diagnóstico

- **Análisis de las necesidades del colectivo:** es preciso realizar un diagnóstico del servicio o recurso que representamos para identificar los desafíos específicos que enfrentan las personas mayores LGTBIQ+ en el contexto de nuestra atención. Esto puede incluir encuestas, entrevistas y consultas con las personas mayores LGTBIQ+ y organizaciones del sector.
- **Revisión de los servicios existentes:** evaluar el servicio o recurso y sus políticas para identificar barreras de accesibilidad, discriminación y falta de

inclusión.

2. Diseño de un “Plan de Acción”

- **Objetivos claros:** definir metas específicas, medibles y alcanzables para mejorar la atención a las personas mayores LGTBIQ+. Esto debe incluir la implementación de políticas inclusivas y la adopción de prácticas centradas en la persona.
- **Definir los recursos necesarios:** identificar los recursos humanos, técnicos y financieros requeridos para implementar las prácticas.

3. Formación y sensibilización del personal

- **Capacitación continua:** diseñar y llevar a cabo programas de formación sobre diversidad sexual y de género, con un enfoque en las interseccionalidades, actitudes exentas de juicios y la atención centrada en la persona.
- **Talleres y dinámicas:** realizar talleres prácticos para sensibilizar al personal sobre los desafíos que enfrenta este colectivo y promover la empatía y el respeto en su atención diaria.

4. Desarrollo de políticas inclusivas

- **Creación de protocolos:** establecer protocolos de atención específicos para personas mayores LGTBIQ+ que garanticen su privacidad, dignidad y respeto por su identidad de género y orientación sexual.
- **Políticas de no discriminación:** asegurar que existan políticas explícitas contra la discriminación por motivos de orientación sexual o identidad de género en todos los niveles del servicio o recurso.

5. Adaptación de los espacios físicos y entornos de atención

- **Entornos seguros y respetuosos:** modificar los espacios de atención para que sean más inclusivos, eliminando cualquier señal o práctica que pueda generar exclusión o incomodidad.
- **Accesibilidad universal:** implementar medidas para garantizar que los servicios o recursos sean accesibles tanto física como psicológicamente

para las personas mayores LGTBIQ+.

6. Fomento de la participación socio-comunitaria

- **Grupos de apoyo y socialización:** facilitar la creación o colaboración con organizaciones que ofrezcan espacios de apoyo emocional y socialización para personas mayores LGTBIQ+.
- **Programas intergeneracionales:** desarrollar programas que fomenten la participación activa y el intercambio entre generaciones, tanto LGTBIQ+ como con sus pares heterosexuales, promoviendo la inclusión y reduciendo el aislamiento social.

7. Monitoreo y evaluación continua

- **Indicadores de éxito:** definir y monitorear indicadores de éxito para evaluar el impacto de las prácticas implementadas. Estos pueden incluir encuestas de satisfacción, evaluación del personal y revisión de casos de discriminación.
- **Revisión periódica:** establecer un proceso de evaluación continua para ajustar y mejorar las prácticas en función de los resultados y las necesidades cambiantes del colectivo.

8. Alianzas con organizaciones LGTBIQ+

- **Colaboración con organizaciones especializadas:** trabajar estrechamente con organizaciones LGTBIQ+ para recibir asesoramiento, realizar formaciones conjuntas y crear redes de apoyo para las personas mayores atendidas.

9. Comunicación y difusión

- **Promoción de las iniciativas:** comunicar claramente los cambios y mejoras implementadas, tanto al personal como a las personas mayores LGTBIQ+, asegurándose de que sepan cómo acceder a los servicios.
- **Campañas de concienciación:** realizar campañas tanto internas como externas que visibilicen la importancia de la inclusión y los derechos de las personas mayores LGTBIQ+.

10. Apoyo psicológico y emocional especializado

- **Servicios de asesoramiento:** proveer recursos de apoyo emocional y psicológico específicos para las personas mayores LGTBQ+, especialmente en áreas como el manejo del duelo, la identidad y la aceptación y el envejecimiento.

ESTE ENFOQUE INTEGRAL

Garantiza una atención más humana, inclusiva y respetuosa con las personas mayores LGTBQ+, promoviendo su bienestar y dignidad en la última etapa de sus vidas.

EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LA IMPLEMENTACIÓN

Realizar evaluaciones constantes y un seguimiento exhaustivo de los procesos realizados es necesario para conocer el alcance de nuestras acciones. Para ello a través de este manual os proponemos una serie de sencillas estrategias.

1. Definir indicadores de éxito

- **Indicadores cuantitativos:** medir el impacto a través de datos como la satisfacción del usuario, la cantidad de personas mayores LGTBQ+ que acceden a los servicios o la reducción de quejas relacionadas con la discriminación.
- **Indicadores cualitativos:** recoger información a través de encuestas, entrevistas y focus groups para conocer las experiencias personales del usuario y del personal respecto a las prácticas inclusivas.

2. Encuestas y retroalimentación

- **Encuestas al usuario y a las familias:** realizar encuestas periódicas a las personas mayores LGTBQ+ que utilizan los servicios o recursos y, si es posible, a sus familiares para evaluar la calidad de la atención y la percepción de respeto hacia la diversidad.
- **Evaluación del personal:** obtener retroalimentación del personal sobre su

capacitación, la implementación de las prácticas y los desafíos que enfrentan en su aplicación diaria.

3. Monitoreo continuo

- **Auditorías internas:** realizar auditorías periódicas sobre las políticas de no discriminación y los protocolos específicos implementados para asegurar que se cumplen correctamente.
- **Revisión de protocolos:** evaluar si los protocolos y políticas desarrolladas para la atención a personas mayores LGTBQ+ están siendo efectivamente aplicados y si hay áreas de mejora.

4. Análisis de impacto

- **Evaluación del bienestar emocional y social:** medir si ha habido mejoras en la calidad de vida y bienestar emocional de las personas mayores LGTBQ+ a través de programas de apoyo y espacios de socialización.
- **Accesibilidad:** analizar si se han superado barreras de accesibilidad (física, cultural, institucional) para personas mayores LGTBQ+, asegurando que todos los servicios y/o recursos sean inclusivos.

5. Revisión y actualización de las acciones desarrolladas

- **Revisión anual:** las acciones que se lleven a cabo deben ser revisadas y, en caso necesario, ajustadas anualmente en función de los resultados obtenidos en la evaluación. Este proceso puede incluir la actualización de los programas de formación, la modificación de políticas y la mejora de los servicios.
- **Consultas con organizaciones LGTBQ+:** colaborar continuamente con organizaciones LGTBQ+ para asegurarse de que nuestras prácticas responden a las necesidades emergentes y los cambios en la comunidad.

6. Capacitación continua

- **Formación continua del personal:** incorporar módulos de formación continua sobre diversidad sexual y de género, asegurándose de que el personal esté actualizado y preparado para trabajar con personas mayores LGTBQ+ de manera inclusiva.

- **Refrescar habilidades:** proveer talleres periódicos para que el personal se mantenga sensibilizado y comprometido con el enfoque de atención centrada en la persona y libre de juicios.

7. Comunicación de resultados

- **Transparencia:** publicar informes regulares sobre los avances logrados, desafíos identificados y las áreas en las que se ha mejorado. Esto debe comunicarse tanto internamente al equipo de trabajo como a las personas mayores atendidas y a sus familias.
- **Reconocimiento de logros:** resaltar los éxitos en la implementación de buenas prácticas para motivar al personal y destacar el valor del enfoque inclusivo.

MEJORA CONTINUA Y RETROALIMENTACIÓN

La **mejora continua y la retroalimentación** son pilares fundamentales para mantener y optimizar la calidad de la atención a las personas mayores LGTBIQ+. Este enfoque asegura que tanto los servicios como cualquier recurso sociosanitario evolucionen constantemente para adaptarse a las necesidades cambiantes del colectivo, a la vez que promueve un entorno de trabajo colaborativo y receptivo.

Os proponemos a continuación ciertos aspectos clave.

1. Mejora continua

- **Ciclo de mejora continua:** implementar el ciclo de **Planificar-Hacer-Verificar-Actuar (PDCA)**, que permite identificar áreas de mejora, implementar cambios, evaluar su efectividad y ajustar según los resultados. Este ciclo promueve un enfoque dinámico y adaptable.
- **Actualización de políticas y protocolos:** regularmente revisar y ajustar políticas y protocolos en función de las evaluaciones y los nuevos desafíos que surgen con el tiempo.
- **Innovación en los servicios:** adoptar nuevas tecnologías, enfoques y herramientas para mejorar la accesibilidad y la calidad de la atención. Por ejemplo, plataformas en línea para atención remota o nuevas metodologías

de atención centrada en la persona.

- **Revisión de los programas formativos:** actualizar las capacitaciones del personal sobre diversidad sexual y de género para que reflejen las nuevas realidades y conocimientos sobre el colectivo LGTBIQ+.

2. Retroalimentación constante

- **Canales de comunicación abiertos:** establecer medios para que tanto el personal como las personas mayores LGTBIQ+ puedan brindar retroalimentación de manera continua. Esto puede incluir encuestas, buzones de sugerencias y reuniones de consulta.
- **Encuestas de satisfacción:** realizar encuestas periódicas para medir la satisfacción de las personas mayores con los servicios ofrecidos, identificando áreas que requieran mejoras.
- **Focus groups:** involucrar al usuario en **grupos de discusión** para obtener una retroalimentación más profunda y cualitativa sobre su experiencia con los servicios.
- **Supervisión y mentoring del personal:** fomentar una cultura de retroalimentación entre el personal laboral mediante supervisiones y mentoring, donde se evalúe el rendimiento y se promuevan mejoras en su trato hacia las personas mayores LGTBIQ+.

3. Evaluación de impacto y ajustes

- **Indicadores de rendimiento:** medir la eficacia de los cambios implementados utilizando indicadores como la tasa de satisfacción del usuario, la reducción de incidentes de discriminación o la mejora en el acceso a los servicios.
- **Análisis de datos:** utilizar los datos recolectados para realizar ajustes basados en evidencia, permitiendo que los servicios se adapten rápidamente a las necesidades emergentes.
- **Revisión y ajuste de objetivos:** adaptar los objetivos a medida que se identifican nuevas necesidades y se observan los efectos de los cambios implementados.

Este tipo de acciones llevan implícitas una serie de beneficios que no debemos de olvidar:

- **Mejora de la calidad de los servicios:** las evaluaciones constantes permiten hacer ajustes que mejoren la calidad y la accesibilidad de los servicios. En este caso no sólo para las personas mayores LGTBIQ+, sino para el conjunto de la población.
- **Mayor satisfacción del usuario:** la retroalimentación directa de las personas atendidas asegura que se tomen en cuenta sus opiniones, lo que mejora su experiencia con los servicios y recursos.
- **Fomento de un ambiente inclusivo y colaborativo:** al integrar al usuario y al personal laboral en el proceso de mejora se crea un entorno de trabajo más inclusivo, respetuoso y colaborativo.

Este enfoque permite que los servicios no solo respondan a las necesidades actuales, sino que también anticipen y adapten proactivamente los desafíos futuros.

6. CASOS DE ÉXITO Y EXPERIENCIAS

Los casos de éxito y experiencias en la intervención con personas mayores LGTBIQ+ destacan la importancia de enfoques inclusivos, colaboraciones comunitarias y servicios ajustados a las necesidades específicas de este colectivo. A continuación, os presentamos algunos ejemplos relevantes que ilustran cómo diferentes iniciativas han logrado resultados positivos en la atención a personas mayores LGTBIQ+.

EJEMPLOS DE PROYECTOS Y PROGRAMAS EXITOSOS EN LA ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES LGTBIQ+

1. Fundación 26 de Diciembre (España)

La **Fundación 26 de Diciembre** es una de las primeras organizaciones en España en visibilizar las necesidades de las personas mayores LGTBIQ+. Ha impulsado proyectos como la **primera residencia especializada para personas**

mayores LGTBIQ+, asegurando un espacio seguro y libre de discriminación. Además, se promueven actividades culturales y educativas para fortalecer las relaciones intergeneracionales dentro del colectivo LGTBIQ+.

Resultados positivos:

- Provisión de un entorno seguro y adaptado para personas mayores LGTBIQ+.
- Fomento de la participación socio-comunitaria a través de actividades culturales y recreativas.
- Creación de un modelo replicable de intervención para otros países.

2. Proyecto Silver Rainbow (Australia)

El proyecto **Silver Rainbow** está diseñado para mejorar las experiencias de las personas LGTBIQ+ a medida que envejecen e ingresan al sistema australiano de atención a personas mayores. Australia fue el primer país en tener una Estrategia Nacional de Envejecimiento y Atención a las Personas Mayores LGTBIQ+. Combinado con otras reformas legales, esto ha dado como resultado que el sector del envejecimiento y el cuidado de personas mayores se centre cada vez más en prácticas inclusivas, pero se necesita más trabajo para satisfacer las necesidades de salud y bienestar de las personas mayores LGTBIQ+.

A través de este proyecto, LGTBIQ+ Health Australia educa a los proveedores de servicios, a las encargadas del desarrollo de políticas, a las personas LGTBIQ+ y la comunidad en general sobre cómo satisfacer las necesidades de las personas mayores LGTBIQ+. También conectan a las personas mayores del colectivo con servicios y recursos.

Resultados positivos:

- Reducción de la discriminación dentro de los servicios.
- Incremento de la satisfacción entre las personas mayores LGTBIQ+ residentes en estos centros.
- Mayor visibilidad de las necesidades del colectivo en la tercera edad.

3. SAGE (Services & Advocacy for LGBT Elders, EE. UU.)

SAGE es una organización pionera en los Estados Unidos que ha desarrollado

múltiples programas para apoyar a las personas mayores LGTBQ+. Uno de sus proyectos más destacados es la creación de SAGE Centers, espacios comunitarios donde las personas mayores LGTBQ+ pueden acceder a servicios de salud, apoyo emocional y actividades sociales. La organización también colabora con centros de atención para formar a sus equipos y crear entornos libres de discriminación.

Resultados positivos:

- Aumento del acceso a servicios de atención médica y social para las personas mayores LGTBQ+.
- Reducción del aislamiento social a través de la creación de redes de apoyo y grupos de socialización.
- Mejora de la formación del personal en diversidad sexual y de género.

4. Programa de Sensibilización del Gobierno de Victoria (Australia)

El estado de Victoria ha implementado un programa para mejorar la atención a personas mayores LGTBQ+ en los servicios de atención sociosanitaria. El proyecto incluye la **capacitación obligatoria del personal de atención a personas mayores en temas de diversidad sexual y de género**, garantizando que estén preparados para ofrecer un trato inclusivo y sin prejuicios. El enfoque interseccional ha permitido que el programa abarque tanto las necesidades del colectivo LGTBQ+ como las experiencias de discriminación relacionadas con la edad.

Resultados positivos:

- Mayor accesibilidad de los servicios de atención para personas mayores LGTBQ+.
- Reducción de la discriminación en entornos de atención.
- Mejoras en la calidad de vida y bienestar de las personas mayores.

5. Opening Doors (Reino Unido)

Opening Doors es la organización benéfica más grande del Reino Unido que ofrece actividades, eventos, información y servicios de apoyo específicamente para personas lesbianas, gais, bisexuales, trans, queer, no binarias o de género fluido (LGBTQ+) mayores de 50 años.

Su actividad se centra en la reducción del aislamiento social de las personas mayores LGTBIQ+ mediante la creación de grupos de apoyo y actividades comunitarias. Trabaja en colaboración con servicios de salud y bienestar para garantizar que las personas mayores LGTBIQ+ reciban atención adecuada y culturalmente competente.

Resultados positivos:

- Creación de espacios seguros para la socialización.
- Incremento del acceso a servicios específicos para mayores LGTBIQ+.
- Reducción de la soledad y mejora del bienestar emocional del colectivo.

6. Older People Support (LGBT Health & Wellbeing) - Escocia

Este servicio comunitario ofrece apoyo a personas mayores LGTBIQ+ en Edimburgo y Glasgow, con el objetivo de promover su bienestar y salud mediante:

- **Grupos de apoyo y actividades:** programas de socialización para reducir el aislamiento social y fortalecer las redes de apoyo.
- **Asesoramiento:** servicios de apoyo emocional y asesoramiento especializado para personas mayores LGTBIQ+ que enfrentan problemas de salud mental.

Resultados positivos:

- Han ayudado a muchas personas mayores a encontrar redes de apoyo y reducir su aislamiento.
- Mejoras en la salud emocional y mental mediante servicios de asesoramiento personalizado.

TESTIMONIOS DE PERSONAS MAYORES LGTBIQ+ Y PROFESIONALES

Los testimonios de personas mayores LGTBIQ+ y de profesionales que trabajan en su atención ofrecen una visión profunda y emotiva de los desafíos, necesidades y resiliencia de este colectivo. Estas historias no solo visibilizan las barreras a las que se enfrentan, como la discriminación y el aislamiento, sino que también destacan las oportunidades para implementar buenas prácticas y generar cambios positivos en los servicios sociosanitarios.

A través de sus voces podemos entender mejor las realidades vividas y encontrar inspiración para desarrollar políticas y programas que respondan a las necesidades específicas de las personas mayores LGTBIQ+. Asimismo, estos relatos subrayan la importancia de la sensibilización y el compromiso profesional para garantizar que cada persona reciba un cuidado digno y adaptado a su identidad.

Testimonios de personas mayores LGTBIQ+

“Hemos pensado (...), que no vamos a tener quien nos cuide, no solo por no tener hijos, sino porque pensamos que, aunque tuviéramos hijos, nadie tiene la obligación de cargar con otra persona, en el final de su vida (...) hemos pensado soluciones porque una persona mayor necesita un lugar accesible, fácil (...) o sea sin escaleras, ni tonterías”

Mujer lesbiana. 61 años. Este testimonio evidencia la preocupación por los cuidados en la vejez.

“Me salté todos los tabúes de la familia. Mi madre (...) medio lo aceptó, pero no entendía demasiado (...) Era lógico, ¿no? Además, claro, su hija, casada con un médico, tres hijas y de repente (...) ¡hala! Aquello fue un shock para ella. Pero mis hermanas, que me llevan tres años...”

Mujer lesbiana. 71 años. Este testimonio evidencia el impacto de años de invisibilidad y rechazo, que se intensifica con la edad.

“Verdaderamente nos faltan espacios compartidos en donde (...) pudiera decir bueno, pues oye, voy a conocer a personas (...) Única y exclusivamente tienes que (...) utilizar los medios informáticos, que nosotros no estamos hechos. Yo por lo menos. A mí toda la gente cuando te dice bueno, bájate una aplicación y tal, yo pues yo soy de la vieja usanza, dame un café, nos miramos a la cara y veremos”

Hombre gay. 62 años. Evidencia la necesidad de espacios compartidos para reducir el aislamiento y las barreras que tienen las personas mayores con la alfabetización digital.

“Mira, tienes 52 años (...) luego encima (...) tienes todavía el nombre de chico en el NIF, son muchas cosas (...) así, se nos cierran muchas puertas. Para conseguir trabajo, yo no he podido conseguir trabajo por eso, y llevo 27 años en España, pero como ven el NIF (...) Ah, pues, eres un chico ... ya lo llamaremos; no te preocupes, te tenemos en la cuenta. ¿Cuándo me llamas? (...) y nunca llamaron”

Mujer trans. 52 años. La falta de reconocimiento de las identidades Trans puede exacerbar la exclusión.

Testimonios de profesionales

“Últimamente (...) sí que han salido en algunos medios determinados documentales (...) En concreto, he visto un cortometraje (...) hace poco (...) en un certamen de cortometrajes (...) y después en la televisión pública (...) Y empieza a hablarse (...) de personas LGTB, mayores que están en un ámbito de soledad. Entonces, a lo mejor podemos ir ya sensibilizando un poco a la población (...). Mi crítica sería que no hay ahora mismo (...) programas con una clara vocación de apoyo al colectivo, para nada, para nada”

Psicólogo experto en LGTBI y vejez. Esto evidencia la falta de sensibilización y formación y como esta puede transformar la atención.

“Falta formación en general (...). Si yo quiero informarme tengo que buscármelo yo. A mí la empresa no me proporciona cursos ni herramientas para formarme. Con lo cual tiene que ser una motivación (...) Si no te acercan este tipo de cuestiones y las trabajan contigo, el profesional no va a ir a buscarlas. Creo que eso también es otro error y creo que es algo también que habría que trabajar. Yo

creo que es un problema social, de base, estructural (...) son realidades que siempre han vivido con nosotros, que no se reconocen, que no se visibilizan, que parece que no existen. Y entonces, puede venir cualquier persona a una residencia, con una vida, una realidad concreta que tú desconoces, no sabes cómo trabajarla y no la vas a atender correctamente”

Auxiliar de geriatría. Los profesionales identifican no sólo desafíos en las Residencias sino también barreras en la integración social dentro de los entornos de cuidados.

“La atención (...) no era tan buena como podría ser, porque al final veía muchas situaciones de infantilización, de invalidaciones, de cuando (...) las personas mayores que explican su vida de parejas (...) veía como en ese sentido se invalidaba que eso fuese cierto (...) simplemente por la época en las que crecieron”

Trabajadora Social en residencia de personas mayores. Este testimonio subraya la urgencia de implementar enfoques de atención centrada en la persona, basados en el respeto y el reconocimiento pleno de las experiencias de vida de cada individuo.

“Era una chica, pero era transexual, la atendí por un cólico de riñón. Pero claro, le preguntaba si se le irradiaba a genitales y luego me dice que le duelen los testículos. Y entonces ... yo no estaba pensando en que tenía testículos. Entonces, ahí sí creo que es importante (hablando de incluir cierta información en las historias clínicas) porque claro, pues es una parte que puede enfermar de su cuerpo, que yo de inicio pensé que no tenía”

Médica de familia. Este tipo de situaciones pone de relieve los desafíos en la comunidad médica, en donde la atención debe pasar por mejorar la conciencia profesional previa sobre las especificidades de las personas a las que se atienden y se adopten modelos donde el respeto y la empatía guíen todas las interacciones médico-paciente.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

26

Fundación
Veintiséis de Diciembre

www.fundacion26d.org