



La fenomenología de la disforia de género en adultos: revisión sistemática y meta-síntesis

► El término transgénero, hoy en día es comprendido como un concepto paraguas usado para describir a las personas que tienen una identidad de género que no está alineada con el género asignado. La disforia de género (DG) en adolescentes y adultos está definida por el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5, por sus siglas en inglés), como una marcada incongruencia entre la identidad de género propia y el género asignado, acompañado de un malestar importante e impacto en el funcionamiento de la persona. Un estudio en Reino Unido encontró que el 1% de la población era género diversa o transgénero, pero se desconoce cuantas de estas personas tienen DG; lo anterior es concordante con estudios en otras poblaciones, con estimaciones que van del 0.2% al 4.6% de personas en la variabilidad de género reconocida dentro del paraguas transgénero.

Es importante reconocer que no todas las personas transgénero tienen malestar relacionado, por lo que el diagnóstico de DG del DSM-5 no siempre será asignado a las personas con variabilidad de género. Las intervenciones para las personas con DG pueden ir desde las intervenciones psicológicas para explorar la identidad de género o para lograr acciones afirmativas para una transición social de género, así como intervenciones médicas para una afirmación biológica, como son los tratamientos hormonales y quirúrgicos.

La diversidad de género no es considerada un problema de salud mental, sin embargo las personas transgénero presentan problemas de salud mental con mayor frecuencia que la población general, los más frecuentes ansiedad y depresión. Las acciones afirmativas de género, como son los tratamientos hormonales, se han encontrado como una intervención que mejora la salud mental y la calidad de vida de las personas transgénero. Entre los factores relacionados con mayores problemas de salud mental en esta población, se ha encontrado el estrés de minorías, o el experimentar estigma y discriminación; lo anterior requiere más investigación, sobre todo en población infantil y adolescente.

El objetivo principal de este estudio fue realizar una revisión sistemática y sintetizar la literatura cualitativa existente sobre la fenomenología de la DG en adultos. Desde el constructivismo interpretativo, se eligió una metodología meta-etnográfica para este estudio. Se identificaron cuatro conceptos clave en el análisis, los cuales se describen a continuación.

- 1) Malestar (*distress*) por la disonancia entre el género asignado y el experimentado. Fue el primer concepto identificado, encontrándose malestar focalizado tanto en el cuerpo, conocido como disforia corporal, como con el género, generando malestar intenso, conflicto, confusión y rechazo, lo que trajo como consecuencias ideación suicida y miedo al futuro. La disforia corporal fue el subtema más prominente, tanto en caracteres sexuales primarios como secundarios. El malestar con el género experimentado (o identidad de género), surge del conflicto entre el género asignado y el de identificación, el cual podría desestabilizar y causar una crisis emocional, sobre todo en etapas previas o durante el proceso de transición. El conflicto entre el cuerpo y la identidad de género es crucial en la DG, y fue encontrado tanto en participantes con identificación binaria como no binaria. La presencia de confusión también fue relevante, reportando como consecuencia una mayor necesidad de apoyo a los participantes por parte de la sociedad y por miembros de sus familias. El rechazo y la represión con frecuencia causaban sentimientos de vergüenza, debido a la percepción negativa de las identidades transgénero por la sociedad, o llevando a negar la identidad de género por la necesidad de aceptación. El último concepto identificado para este apartado fue el miedo al futuro, relacionado con desesperanza, ante la incertidumbre de no saber como expresarse desde sus identidades de género.
- 2) Interfaz entre el género asignado, la identidad de género y la sociedad. Las normas de género son expectativas definidas culturalmente a partir de como las expresiones de género son interpretadas, y la expresión de género de una persona a su vez es interpretada por las demás personas. La disonancia entre la identidad de género, el género asignado y las expectativas sociales genera un malestar importante, la sensación de no encajar, de no ser reconocidos y de vivir con vergüenza. Experimentar ansiedad y confusión sobre la identidad de género, puede afectar la expresión de género y la respuesta social de quienes interactúan con las personas transgénero. Uno de los subtemas identificados es el reconocido como *misgendering*, término sin una traducción literal al español, que hace referencia a la no identificación social del género de la persona, de acuerdo al género de identificación, lo que está asociado con miedo, malestar, ansiedad y vergüenza. Otro subtema fue la discordancia entre la identidad de género y las expectativas sociales, sobre todo en etapas tempranas, donde las interacciones sociales exacerban la DG, cuando la persona no cumple con lo que se espera de ella en función del género asignado.
- 3) Consecuencias sociales de la identidad de género. Las personas transgénero reportaron la percepción de aislamiento y rechazo, derivado de su identidad de género, particularmente cuando no se adhieren a las normas tradicionales de género. Los estudios describieron falta de comunidad o grupo de apoyo, bajo sentido de pertenencia, invisibilidad, invalidación y sensación de soledad.

- 4) Experiencia interna de rechazo y transfobia. El último concepto identificado en esta revisión fue la experiencia interna de rechazo y transfobia, con hipervigilancia hacia el rechazo debido a la identidad de género y la sensación internalizada de vergüenza y miedo sobre el propio género. El rango de emociones derivadas de la experiencia de rechazo, o el miedo al rechazo, incluyó miedo, ansiedad, soledad, malestar, frustración, dolor, enojo y depresión. Mención especial requiere la transfobia internalizada, que se refiere a la sensación de vergüenza internalizada a partir de las narrativas negativas externas sobre las personas transgénero, lo que puede llevar a que se odien a ellas mismas, experimenten confusión, vergüenza y miedo, generando dificultad en la afirmación de la identidad de género, insatisfacción con su cuerpo y ocultamiento.

Los veinte estudios incluidos, aportaron información valiosa para la síntesis. Los conceptos identificados por su relevancia en la experiencia interna a partir de la interacción social de las personas transgénero, demuestran que el malestar causado por la disonancia entre el género asignado y el experimentado, se encuentra íntimamente relacionado con el malestar debido a las reacciones de los otros sobre la identidad de género propia, como son la falta de reconocimiento del género por otros o el rechazo por la familia o los amigos. Lo anterior puede derivar en un patrón de pensamientos y conductas, como la hipervigilancia por la transfobia y el miedo al rechazo, lo que demuestra una interacción compleja entre la experiencia interna con el cuerpo, la identidad de género, la expresión de género, guiados por las normas culturales de género y la falta de reconocimiento y aceptación de su experiencia. Aunque no fue el objetivo de esta revisión, algunos de los estudios incluidos mostraron una mejoría en el bienestar psicológico derivado de los procesos de transición o afirmación de género.

Este estudio aporta evidencia sobre las consecuencias sociales de la DG, y la experiencia interna del rechazo y la transfobia, el cual es concordante con lo descrito por el modelo de estrés de minorías. Las experiencias de discriminación, rechazo y victimización, aumentan los niveles de transfobia internalizada, el no reconocimiento del género, las expectativas de no reconocimiento social del género y el ocultamiento, además de la comparación de la experiencia propia con la de otras personas en la diversidad de género, lo cual aumenta la probabilidad de desarrollar desenlaces adversos para la salud mental de las personas. Este estudio aporta mayor evidencia acerca de la necesidad social de inclusión e integración de las personas con distintas experiencias relacionadas con el género.

Los estudios incluidos en esta revisión se presentaron en una publicación reciente, lo cual es una de sus fortalezas, además de las aportaciones de la investigación cualitativa al momento de explorar las experiencias de las personas. Entre las limitaciones se encuentra que el número de estudios incluidos fue limitado para personas no binarias, por lo que no se realizó un análisis por separado, además que al revisarse la experiencia en personas adultas, los hallazgos no pueden ser trasladados a la experiencia en la infancia y adolescencia.

Jesús Abrahán Ruíz Rosasa

Bibliografía

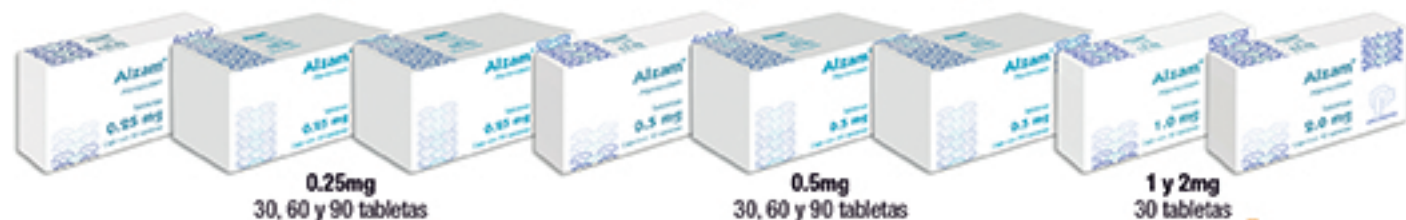
- Cooper, K., Russell, A., Mandy, W., & Butler, C. (2020). The phenomenology of gender dysphoria in adults: A systematic review and meta-synthesis. *Clinical Psychology Review, 80*, 101875. doi: 10.1016/j.cpr.2020.101875

Alzam[®]

alprazolam

siempre cerca

Variedad de presentaciones
siempre disponibles para sus pacientes.



Tabletas
birranuradas

el regreso a la **calma**

Con **Otedram[®]** revele lo mejor de sus pacientes

Bromazepam



Tabletas birranuradas

Es un ansiolítico
altamente efectivo.¹

PROVEE
tasas de respuesta
de hasta 96%¹

REFERENCIAS:

1. ROYAL COLLEGE OF GENERAL PRACTITIONERS MEDICINES SURVEILLANCE ORGANISATION. Bromazepam, a new anxiolytic: a comparative study with diazepam in general practice. Journal of the Royal College of General Practitioners, September 1984

SSA 19330000001166