



Guía de servicios inclusivos para Personas Adultas Mayores con orientaciones sexuales lésbicas, gays y bisexuales y/o con identidades de género y/o sexo trans.

*Una guía para la prestación de servicios sin
discriminación por la expresión de la orientación sexual
y/o la identidad de género y/o de sexo para Centros
Diurnos y Hogares de Larga Estancia.*

Adaptado por:

Licda. Karla Acuña Salas

Bach. Alonso Jiménez Rodríguez

Máster Daria Suárez Rehaag

CIPAC, 2017

Índice

Introducción.	4
Enfoques y perspectivas desde las cuales parte la guía.	5
Enfoque de Derechos Humanos	5
Perspectiva de Género.....	5
Enfoque de salud como un producto social.....	6
Enfoque Interseccional	7
Enfoque generacional.....	7
Enfoque de las diversidades.....	8
Enfoque de atención centrado en la persona.....	8
Reconocer las sexualidades de las personas es clave para su inclusión y comprensión de particularidades.	10
¿Quiénes son las PAM LGBT y cuáles son sus necesidades?	10
¿Cómo mejorar el trato a las personas adultas mayores LGBT?.....	14
¿Por qué cuidar el uso del lenguaje es tan importante?	18
Consideraciones para el formulario de admisión.	18
Confidencialidad.....	20
El manejo que se brinde a la información es clave para la comodidad de la persona usuaria.20	
Orientación sexual e identidad de género y/o de sexo de las personas adultas mayores.	
¿Por qué es importante conocerla?.....	23
Envejecimiento y vejez de las personas trans.	25
Retos que enfrentan adicionalmente las personas adultas mayores con identidades; de género y/o de sexo; trans (PAM T) y cómo asegurar una atención integral.	25
¿Quiénes son las personas trans?.....	25
¿Pueden las personas adultas mayores decidir expresar identidades de género o sexo trans?.....	27
¿Cómo debe ser el manejo que se le dé a la información de las personas adultas mayores con identidades de género y/o de sexo trans usuarias del centro?	27
¿Cómo puedo garantizar la inclusión de las personas adultas mayores con identidades de género y/o sexo trans?	28
¿Cuáles son los primeros pasos que podemos dar para asegurar la inclusión de las personas adultas mayores LGBT?.....	29

Ambientes amigables a las personas adultas mayores LGBT.	29
¿Cómo asegurar cambios duraderos y espacios amigables a personas LGBT?	32
La importancia de las políticas contra discriminación por la expresión de orientaciones sexuales LGB o identidades de género y/o de sexo trans.	32
La inclusión como un proceso continuo.	36
Evaluación y retroalimentación de las acciones.	36
Consejos prácticos para Centros Diurnos y para Hogares de Larga Estancia.	37
Centros Diurnos.	37
Hogares de Larga Estancia.	37
Conclusión.	39
Glosario.	40
Referencias.	46

Introducción.

El envejecimiento poblacional y los avances en la visibilización y el reconocimiento de los derechos de las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais o bisexuales (LGB) y/o con identidades de género y/o de sexo trans (T) tornan imprescindible el realizar ajustes tendientes a abrir espacios respetuosos e inclusivos, que brinden un trato igualitario a las personas adultas mayores con éstas orientaciones e identidades.¹

En su mayoría, los sistemas de cuidado y atención de personas adultas mayores en modalidades de centros diurnos y hogares de larga estancia, no están preparados para brindar sus servicios a PAM LGBT² y esto no ocurre necesariamente por discriminación o rechazo, sino por el desconocimiento, la infantilización e invisibilización que vivencian y que desvalora sus necesidades psico – sociales y sexuales.

Este documento, proporciona un acercamiento teórico a conceptos clave que se constituyen en una guía para la comprensión del tema en cuestión, aportando una serie de elementos clave para construir espacios inclusivos y de trato igualitario, donde la orientación sexual, la expresión e identidad de género y/o de sexo de las personas no constituyan una barrera para la vida digna y feliz.

Esta herramienta es una primera aproximación que esperamos mejorar con el transcurrir del tiempo y el apoyo de quienes tengan interés en complementarla, para asegurar el cumplimiento y la exigibilidad de los derechos humanos y sexuales de las personas adultas mayores, sin discriminación alguna.

Al ser esta una guía dirigida que propone buenas prácticas para erradicar la discriminación por orientación sexual, expresión e identidad de género y/o de sexo, se profundiza en consejos prácticos; sin embargo es fundamental realizar un breve acercamiento teórico a conceptos clave que permitan comprender mejor el tema en cuestión. Para ello, se recomienda, en caso de no conocer alguno de los términos señalados, consultar el glosario que se adjunta al final del documento.



¹ Reconocemos que la terminología correcta para hacer referencia a la población beneficiaria de este manual es: **personas mayores y adultas mayores con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o con identidades de género y/o sexo trans**; sin embargo y para efectos de generar una lectura sencilla y aprehensible se utilizarán las siglas: PAM LGBT.

² Comprendemos que no debe reducir a una persona a caracterizar exclusivamente su orientación sexual o identidad de género, pero al estar referido este manual a alcanzar servicios inclusivos y sin discriminación por estos aspectos, se utiliza el acrónimo LGBT, para referir a las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o con identidades de género y/o de sexo trans.

Enfoques y perspectivas desde las cuales parte la guía.

Enfoque de Derechos Humanos

Los Derechos Humanos se constituyen como la herramienta principal para el trabajo con población PAM LGBT; al hablar de su enfoque se hace referencia a un:

... marco conceptual para el proceso de desarrollo humano que desde el punto de vista normativo está basado en las normas internacionales de derechos humanos y desde el punto de vista operacional está orientado a la promoción y la protección de los derechos humanos. Su propósito es analizar las desigualdades que se encuentran en el centro de los problemas de desarrollo y corregir las prácticas discriminatorias y el injusto reparto del poder que obstaculizan el progreso en materia de desarrollo (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, 2006, p. 15).

Sumado a lo anterior, desde este enfoque se reconocen las características propias de los Derechos Humanos; como su carácter, su inherencia e inalienabilidad; y la necesidad de priorizar su acceso a poblaciones expuestas a una mayor vulnerabilidad social y con menos acceso a ellos; realizando un acercamiento a las realidades que enfrentan a fin de develar en un nivel crítico de análisis los obstáculos y oportunidades sociales, políticos y económicos que vivencian.

Se concibe así, a las personas con sexualidades LGBT PAM como personas sujetas de derechos, pero en situación de vulnerabilidad en cuanto al acceso a sus derechos fundamentales, concibiendo desde allí la promoción de los mismos como una acción afirmativa.

Perspectiva de Género

Esta perspectiva intrínsecamente reconoce la existencia de un sistema patriarcal-machista y misógino que genera desigualdad entre hombres y mujeres, y que vulnerabiliza principalmente a estas últimas en aspectos sociales, políticos y económicos; mas no niega las consecuencias negativas generadas para los hombres. Por tanto, propiciar la igualdad en el acceso a los derechos entre todas las personas, especialmente entre hombres y mujeres, es un desafío que requiere especial atención en espacios de acción profesional.

Con el objetivo de promover la igualdad entre las personas, es que considera útil la utilización de dicha perspectiva porque es una:

... estrategia destinada a hacer que las preocupaciones y experiencias de las mujeres, así como de los hombres, sean un elemento integrante de la

elaboración, la aplicación, la supervisión y la evaluación de las políticas y los programas en todas las esferas políticas, económicas y sociales, a fin de que las mujeres y los hombres se beneficien por igual y se impida que se perpetúe la desigualdad. El objetivo final es lograr la igualdad entre los géneros (ONU Mujeres, 2017).

Esta perspectiva debe ser utilizada en espacios de trabajo desde, para y con personas con sexualidades LGBT, reconociendo las necesidades y particularidades desde los hombres, mujeres, y otras posibles expresiones sexo-género que la conforman; a fin de no reproducir un análisis heteronormativo y dicotómico de esta desigualdad, sino que nos permita reconocer cómo el sistema descrito, acentúa en estas poblaciones dichas desigualdades.

Enfoque de salud como un producto social

A lo largo de la historia el abordaje de la salud ha sido configurado desde condicionantes sociales: económicos, políticos y hasta culturales; como los modelos de atención comunitaria o el enfoque de salud integral; sin embargo aún se considera que asegurar el acceso al Derecho Humano a la Salud (Art. 25, Declaración Universal de los Derechos Humanos); y los múltiples derechos que de éste se derivan; es un reto en múltiples contextos del mundo, incluido dentro de varios de los *Objetivos de Desarrollo Sostenible*³.

Partiendo de lo anterior, no solo se considera que *“La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”* (Definición de la Organización Mundial de la Salud - OMS⁴), sino que además es resultado del proceso influenciado por varios *Determinantes Sociales*⁵ que son definidos como:

... las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud. Esas circunstancias son el resultado de la distribución del dinero, el poder y los recursos a nivel mundial, nacional y local, que depende a su vez de las políticas adoptadas.

En síntesis, la salud de la PAM LGBT es un estado completo de bienestar bio-psico-social en la etapa de la vejez, construido socialmente mediante procesos que promueven la validación de sus realidades – y con ella de sus sexualidades - y la

³ Para consultas sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible, visite la página: <http://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

⁴ Para mayor información sobre los determinantes sociales, favor consultar: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>

satisfacción de sus necesidades, en consonancia con el respeto de sus derechos, deberes y libertades fundamentales.

Enfoque Interseccional

La interseccionalidad es una teoría que propone examinar cómo diferentes fenómenos y procesos de discriminación que son construidas socio-culturalmente, se encuentran ligadas y de esta forma intensifica los procesos de desigualdad social. Tomando como ejemplo los modelos clásicos de opresión como el racismo, etnicidad, género, sexismo, religión, nacionalidad, etc.; se identifica que dichas estructuras no son independientes una de otra, sino que se relacionan creando así una "*intersección*" entre varios sistemas de opresión y discriminación.

De esta forma, al hablar de interseccionalidad implica que se trabajará bajo,

... la premisa de que la gente vive identidades múltiples, formadas por varias capas, que se derivan de las relaciones sociales, la historia y la operación de las estructuras del poder. Las personas pertenecen a más de una comunidad a la vez y pueden experimentar opresiones y privilegios de manera simultánea (por ejemplo, una mujer puede ser una médica respetada, pero sufrir violencia doméstica [violencia por parte de su pareja] en casa). (Symington, 2009, p. 2)

En suma, éste enfoque resulta útil ya que permite no solo analizar cómo se configuran los procesos de exclusión y desigualdad, sino las consecuencias que de ellos se derivan, permitiéndonos observar el costo que tiene para las poblaciones claves el reconocerse insertas dentro de ejercicio de violencia, lo cual debe priorizarse al analizar la situación de las PAM LGBT.

Enfoque generacional

El trabajo con PAM implica un desafío esencial relacionado con la inclusión generacional (intra e inter generacional). De esta forma:

El enfoque generacional apunta al análisis en tiempo y espacio de las relaciones intrageneracionales e intergeneracionales, en contextos históricos, sociales, económicos, políticos y culturales determinados, tomando en cuenta los ciclos de vida, roles, acciones e imaginario-simbólicos que la persona establece con sus entornos, la sociedad y sus instituciones. El término intergeneracional hace referencia a las conexiones o relaciones entre los miembros de distintas generaciones (Consejo Nacional para la Igualdad Generacional, 2015, p. 29)

Lo anterior delimita el concepto de *generación* desde "... dos aspectos, el rango etario y el compartir visiones y prácticas..." (p. 37) Por ende, hablar de relaciones intrageneracionales evoca a las diferentes posibilidades de vivenciar una misma realidad; que es producto de una construcción social, histórica, cultural determinada; por personas de una misma generación. Lo intergeneracional por su lado supone las relaciones generadas en la convivencia de esa misma realidad, por parte de diversas generaciones.

Éste enfoque hace énfasis en las relaciones sociales entre las personas, reconociéndoles en su individualidad, pero asumiéndoles parte de un colectivo caracterizado por momentos socio-históricos específicos, desde los cuales se construyen las identidades, las nociones de valores y de la vida en sí misma, y de otros elementos propios de las vinculaciones sociales.

Enfoque de las diversidades.

Todas las personas son diversas y estas diferencias se convierten en una fuente de riqueza para la sociedad. La promoción del ejercicio de una sexualidad integral debe partir del reconocimiento y respeto de las diferencias de manera amplia, diferencias: de género, étnicas, culturales, etarias, religiosas, de condición de salud, habilidades físicas o mentales, de orientación o expresión de la identidad sexual, entre otras (Ministerio de Salud, 2015, p.7).

De acuerdo al Ministerio de Salud (2015),

A través del reconocimiento de la diversidad es posible una nueva ética sexual que parta de relaciones libres de discriminación, que reconozca y valore las diferencias y no las coloque en el lugar de lo inferior y que promueva el valor de la equivalencia humana, es decir la promoción de la igualdad no sólo entre semejantes, sino entre quienes son diferentes (Ministerio de Salud, 2015, p.7).

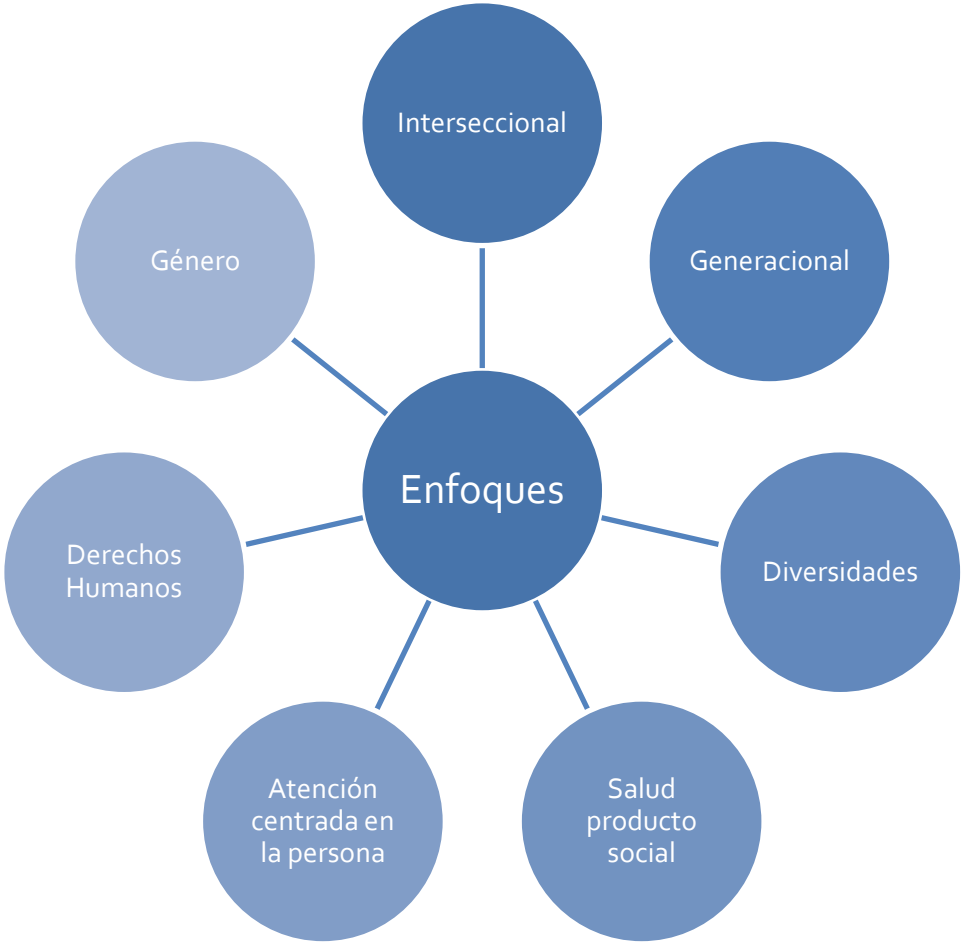
El recorrido por estos enfoques y perspectivas se torna fundamental, para comprender las bases que orientan el sentido de la presente guía, y deben ser considerados a lo largo de su lectura, ya que reafirman la importancia de emprender acciones afirmativas en materia de derechos humanos para asegurar un igual acceso a las PAM LGBT a servicios de cuidado, en las modalidades de larga estancia o diurna, asegurando que la prestación se encuentre libre de tratos discriminatorios motivados en la expresión de las orientaciones sexuales lésbicas, gais, bisexuales y/o, las identidades de género y/o sexo trans.

Enfoque de atención centrado en la persona

Esta guía apunta a que la atención que se le brinde a las personas adultas mayores parta de un enfoque en que la persona es el centro de las intervenciones profesionales,

realizadas desde el respeto a su autodeterminación. Ello comprende la dignidad de las personas, el reconocimiento a su singularidad, el respeto a sus decisiones y modo de vida y valores, desde una mirada de la capacidad. Como metodología, este enfoque aporta técnicas e instrumentos especializados, que facilitan la intervención individualizada y orientada a la persona y como modelo, parte del reconocimiento de la dignidad de la persona, busca la autodeterminación y la mayor autonomía posible de las personas adultas mayores, para mejorar su calidad de vida y bienestar subjetivo (Martínez, 2011, citado en Alejos, 2016, pp. 23-27).

Enfoques y perspectivas que orientan la guía.



Reconocer las sexualidades de las personas es clave para su inclusión y comprensión de particularidades.

¿Quiénes son las PAM LGBT y cuáles son sus necesidades?

En aras de prestar servicios integrales e inclusivos se torna fundamental conocer quiénes son las poblaciones que se esperan beneficiar con éste manual. Para ello iniciamos esta guía desagregando estas siglas, para lo cual debemos entender:

L: mujeres con una orientación sexual dirigidas a mujeres (orientación sexual lésbica).

G: hombres con una orientación sexual dirigida a otros hombres (orientación sexual gai u homosexual) Se utiliza el término *gay* – en inglés – o *gai* – incorporado al español – por el reconocimiento y utilización tradicional de éstos en el marco de los derechos humanos)

B: personas con una orientación sexual dirigida tanto a hombres como a mujeres (orientación sexual bisexual)

T: se utiliza como un término sombrilla que engloba a las expresiones e identidades de género y/o sexo trans, entre ellas: transgénero y transexual.

Si bien las sexualidades de las personas adultas mayores se encuentran rodeadas de mitos y estereotipos, es necesario dejarlos de lado para comprender que, sin importar la edad o el sexo, las expresiones de las sexualidades de las personas son diversas y pueden trascender los roles impuestos por una estructura social patriarcal, heteronormativa, binaria y dicotómica.

Es importante comprender las sexualidades también como constructos histórico-sociales, en los que interactúan creencias, las relaciones y las identidades relativas a los cuerpos y sus placeres y cómo estos se ven influenciados por el contexto en que la persona se desenvuelva (Foucault, 1998, en Ministerio de Salud, 2011, p.10). Ello explica las diferentes vivencias de esta esfera fundamental de la vida, a partir de las edades y de los contextos sociales en que estas se desarrollan y el deber de todas las personas de respetarlas, así como el derecho a ser respetado (a).

Si bien, prevalece como mito que la sexualidad "*se agota*" al llegar a la etapa de la vejez, esta creencia se refuta al comprender la sexualidad, tal y cómo ha señalado la OPS (2000):

El término "*sexualidad*" refiere a una dimensión fundamental del hecho de ser un ser humano. Basada en el sexo, incluye al género, la orientación sexual, el

erotismo, la vinculación afectiva y el amor y la reproducción. Se experimenta a través de fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos, religiosos o espirituales. Si bien a sexualidad puede abarcar todos estos aspectos, no es necesario que se experimenten ni se expresen todo. Sin embargo, en resumen, la sexualidad se experimenta y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos (OPS, 2000, citada en Ministerio de Salud, 2011, p.5).

A partir de lo anterior, debe interiorizarse que la sexualidad es un componente vital en cada persona, que se manifiesta de diferentes maneras y que no es estática, sino que puede variar, así como los diferentes elementos que lo conforman. Es por ello que desde CIPAC se posiciona la comprensión de múltiples "sexualidades" en vez de una sola sexualidad, con el fin de reflejar las diferentes expresiones que tiene cada persona.

La investigación "*Situación de la Población Adulta Mayor LGBT en Costa Rica*" realizada por el CIPAC (2015), demostró que permanece en el imaginario de muchas personas, que la homosexualidad en los y las adultas mayores es un mito, que no es natural o que no debe permitirse o aceptarse, lo cual conlleva a la negación de una esfera fundamental de estas personas y lesiona su calidad de vida⁶. A su vez refleja los tratos discriminatorios a los que las PAM LGBT se ven expuestas y cómo estos pueden provenir de aquellos centros que han asumido la labor de cuidado, lo cual evidencia la necesidad de abordar esta temática, partiendo de un enfoque de derechos humanos.

Estas personas han tenido que enfrentarse a lo largo de su vida a constantes tratos discriminatorios, al estigma y a los prejuicios que se formulan y reproducen a nivel social por la expresión de los diferentes elementos de su identidad sexual. Muchas han sido tildadas de criminales, pecadoras, enfermas mentales y no son gratas en sus familias y/o comunidades. En muchos casos, el miedo y el estigma han alterado sus vidas, sus relaciones, sus ingresos, su vida laboral y con ello sus posibilidades de acceder a una pensión (SAGE, 2014, p.4).

El vivir una vida llena de estigma, discriminación, rechazo y burlas, tiene consecuencias innegables en las personas y las hace más propensas a afectaciones en su salud biopsicosocial. Sobre esto Suárez y Madrigal (2003) han señalado que la discriminación implica para la persona discriminada un costo vital, "*que les hace más propensos a*

⁶ Debe comprenderse la orientación sexual y su expresión como un componente de la sexualidad de cada persona, a la cual se suma la identidad de género y su expresión, la identidad del sexo y su expresión, las prácticas sexuales, el placer y los cuerpos, lo que en su conjunto forman la identidad sexual de cada persona.

enfermedades, infelicidad, sufrimiento, conductas de riesgo y muerte” (CIPAC, 2010, p. 17).

Motivadas por la discriminación, algunas las condiciones a las que se encuentran expuestas las personas que expresan orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o con identidades de género y/o sexo trans, especialmente como adultas mayores, son:

- Aislamiento social.
- Alcoholismo o consumo de sustancias psicoactivas.
- Ansiedad.
- Depresión.
- Enfermedades crónicas.
- Estrés crónico.
- Ideación suicida.
- Invisibilización de sus sexualidades.
- Mortalidad prematura.
- No legitimación de sus vínculos familiares.
- Pobreza.
- Regreso obligatorio al “clóset”.
- Retraso en la búsqueda de atención médica.

Aún contemplando estas situaciones de riesgo y la mayor propensión a sufrir deficiencias en cuanto salud, las PAM LGBT acceden menos a servicios de geriatría y gerontología, centros de cuidado y de salud, por temor a ser discriminadas o acosadas en caso expresar su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo. Esto se debe a que, debido a la falta de sensibilización de profesionales de salud o cuidado, en momentos en que han requerido de sus servicios, han asumido su heterosexualidad o han evitado atenderles (situación común en personas con identidades de género y/o de sexo trans o personas no conformes con el género impuesto) (traducción propia, National LGBT Health Education Center, pp. 5-7)

Según la OMS y OPS (2013) entre las formas más comunes de discriminación ejercidas por el personal médico se encuentran la evasión de la atención a personas LGBT, el no reconocimiento del “*conocido como*” de las personas pacientes, el asumir la heterosexualidad de todas éstas y el suponer inapropiadamente enfermedades (pre – diagnóstico) a partir de la orientación sexual, identidad de género y/o sexo (ya sea real o percibida) y las prácticas sexuales (entre otras).

Contemplando la persistencia de esta discriminación, puede que algunas PAM LGBT accedan a los servicios médicos, pero que prefieran no expresar su orientación sexual,

su identidad de género y/o del sexo y, que presenten a sus parejas o seres queridos como "*amigos (as)*", "*hermanos (as)*", "*compañeros (as)*", o bien brinden información incompleta sobre los tratamientos que han consumido o las modificaciones corporales que se hayan realizado, lo cual resulta perjudicial, ya que a mayor conocimiento se tenga sobre los hábitos del paciente, más atinado será su diagnóstico y tratamiento. Otras puede que, definitivamente, se resistan a asistir a los servicios médicos y soliciten ayuda solo en casos de emergencia (SAGE, 2014, p.4).

Según Karen LaTosh (2014), sobre las PAM LGBT debe considerarse que en relación a las personas heterosexuales y cisgénero, es menos probable que las parejas del primer grupo tengan hijos (as) y otros miembros de la familia nuclear que les sirvan de apoyo durante el proceso de envejecimiento. Muchas de estas personas en nuestra región centroamericana -y en Costa Rica específicamente-, se sienten extremadamente vulnerables durante la etapa de envejecimiento y "*regresan al closet*" por temor a ser maltratadas por profesionales de salud, centros de cuidado, entre otros (citada en SAGE, 2014, p.5).

Para mayor información sobre las problemáticas que enfrentan las personas con sexualidades LGBT en los servicios de salud, puede referirse al documento "*Abordar las causas de las disparidades en cuanto al acceso y la utilización de los servicios de salud por parte de las personas lesbianas, homosexuales, bisexuales y trans*" de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS). También puede consultarse como material de apoyo el vídeo *¿Cuál es la diferencia?* creado por el Colectivo Ovejas Negras en Paraguay, en alianza con el Fondo de Poblaciones Unidas, UNFPA.

¿Cómo mejorar el trato a las personas adultas mayores LGBT?

Al encontrarse esta guía dirigida a personas funcionarias de centros de cuidado a las personas adultas mayores en Costa Rica (sean estos diurnos o de larga estancia), o a organizaciones que presten servicios a la población, es necesario recordar, que si bien esta herramienta resume una serie de consejos para el abordaje no discriminatorio, debe existir el interés de cada persona funcionaria en capacitarse y sensibilizarse en la temática, así también la voluntad de cada institución de brindarle espacios de formación continua a quienes trabajan en ella.

Esto último se torna especialmente importante, contemplando el artículo 12 de la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (Ley N°9394), en el que se establece la obligatoriedad de que los servicios cuenten con personal especializado, que pueda ofrecer atención adecuada e integral y que pueda prevenir acciones o prácticas que produzcan daño o agraven la condición de la persona adulta mayor.

La existencia de barreras, etiquetas, estereotipos y suposiciones por parte del personal, e incluso de las familias, que prestan servicios de atención, cuidado, recreación que trabajen o convivan con PAM LGBT son nocivas e imposibilitan la prestación de servicios seguros y afirmativos. Así también, el negar las sexualidades y fomentar los mitos que se han construido alrededor de estas, se tornan perjudiciales para la calidad de vida de las personas usuarias y residentes.

Es necesario que las personas que acompañen a las poblaciones adultas mayores superen sus estereotipos, suposiciones, mitos y las aparte, para considerar a cada persona a la que brinden sus servicios de manera **integral**, con sus propias realidades, necesidades y preocupaciones.

A través de la siguiente lista se presenta una serie de consejos para evitar incurrir en errores comunes:

1. **No generalice la heterosexualidad de las personas usuarias o residentes del centro de cuidado:** algunas personas parten de la premisa de que no trabajan con PAM LGBT en el centro, y que por lo tanto no deben sensibilizarse con su trato.
2. **No presuma que puede identificar la orientación sexual y/o la identidad de género y/o de sexo exclusivamente por la apariencia o características físicas de las personas:** se ha incurrido en un error común de asumir que todas las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gays y bisexuales

(LGB) y/o con identidades de género y/o sexo trans (T) se visten y actúan igual, aun cuando estas sean adultas mayores, pero debe tenerse presente que no todas adoptan los mismos mecanismos de expresión.

3. **No asuma que todos los modelos de familia son iguales:** si bien es menos probable que las PAM LGBT tengan hij-s⁷, no puede asociarse el que una persona les tenga con que sea heterosexual, ya que pudieron haber recurrido a técnicas de fecundación asistida, adopciones o haberles gestado. Asimismo, debe considerarse que, muchas de estas consideran como familia a personas muy allegadas como a sus parejas, sus amigas u otras.
4. **Recuerde que la orientación sexual, la identidad de género y/o de sexo de una persona usuaria, son solo algunos aspectos de la experiencia global de identidad y de la vida de una persona:** además de estas, cada una trae consigo su herencia racial, étnica y cultural, así como su propia historia de vida y otros elementos. Por ejemplo, las PAM LGBT que también forman parte de determinados grupos raciales, étnicos o sociales, son sujetas de situaciones que les vulnerabilizan y discriminan triplemente, motivadas por su edad, su origen, por la expresión de su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo.
5. **Tenga presente que, en su mayoría, las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o con identidades de género y/o de sexo trans han sufrido a lo largo de su vida tratos discriminatorios, motivados por la expresión de éstos elementos de su sexualidad, y que estos pueden implicar afectaciones a su salud bio-psico-social:** como se mencionó previamente, la discriminación implica un costo vital⁸ a las personas que la sufren, trayendo consigo efectos perjudiciales a lo largo de toda su vida y que pueden llegar a intensificarse en esta etapa.

⁷ Sobre el uso del – en estas y siguientes palabras, es importante subrayar que su uso deviene del posicionamiento político del CIPAC, a través del cual se procura respetar los diferentes pronombres con los que las personas se sientan identificadas, no responde a una falta ortográfica, sino a un afán inclusivo, para el reconocimiento de expresiones no binarias de género.

⁸ Costo Vital de la discriminación: las personas LGBT están sujetas en la sociedad a una violencia y discriminación sistemática, lo cual les hace buscar mecanismos para ignorarla o bloquearla, por lo que incurren con frecuencia a prácticas auto-destructivas, como el consumo de alcohol, drogas y prácticas sexuales riesgosas. Este maltrato tiene consecuencias en la salud de estas personas, no solo a nivel físico, sino también mental, por lo que las personas LGBT también son más propensas a la depresión, ansiedad y estrés, por la presión social para que encajen en lo “normal”, comprendido desde una perspectiva heteronormativa, binaria y dicotómica.

6. De ser necesario, pregúnteles a las personas adultas mayores sobre su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo de manera segura y confidencial: según SAGE (2014), entre más conoce una persona que provee servicios, más capaz será de proporcionar atención médica y apoyo a la persona. Puntúan una serie de situaciones en las que cabe señalar, por ejemplo:

- Cuando un (a) profesional en trabajo social sabe que la persona adulta mayor usuaria es lesbiana y recientemente perdió a su pareja de muchos años, puede abordar de manera integral las causas subyacentes de su tristeza, dolor o depresión (SAGE, 2014, p.7).
- Cuando un (a) responsable de coordinar las admisiones sabe a quién el cliente considera como su familia, es más fácil saber cuáles personas incluir en la toma de decisiones y cuál es la mejor manera de honrar la importancia de las relaciones de la persona usuaria (SAGE, 2014, p.7).

Es importante en este punto recordar que las PAM LGBT han sido sujetas de tratos discriminatorios y estigmatizantes particulares, por lo que, de notar incomodidad o ansiedad en el momento de las respuestas, no debe forzarse a las personas a responder, sino avanzar a la siguiente pregunta.

7. No presuma que tratar a todas las personas de la misma forma, independientemente de su orientación sexual, y/o su identidad de género y/o de sexo, hará que las PAM LGBT se sientan seguras y bienvenidas: normalmente se generaliza que si se trata a todas las personas por igual se está dando un trato justo, sin embargo, esto puede conllevar a subestimar las necesidades específicas de algunos grupos, como pasa con las personas con sexualidades LGBT. Comprender la mayor cantidad de aspectos de la identidad de las personas usuarias o residentes de los centros, le llevará a brindar una mejor calidad de atención médica o social, centrada en la persona (SAGE, 2014, p.7). Es importante contemplar el peso del principio de igualdad, que reconoce la identidad de los y las iguales y también la diferencia entre desiguales, para poder emprender acciones afirmativas que garanticen el disfrute pleno de los derechos humanos de todas las personas.
8. No reproduzca mitos vinculados al cese de la sexualidad o el desinterés por ésta en las personas adultas mayores: si bien abundan los mitos que

afirman que la sexualidad acaba con los años, esto es falso, ya que como se refirió anteriormente, esta es inherente y parte fundamental de la vida de todas las personas, y trasciende de la capacidad de mantener un contacto genital. Pueden existir variaciones en las prácticas sexuales, sin embargo, no por ser una persona adulta mayor se pierde el interés por entablar relaciones afectivas con otras, sin importar su sexo o su género.

9. Evite referirse a las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais, bisexuales y con identidades de género y/o de sexo trans con palabras despectivas o de manera negativa: si bien en la sociedad se ha normalizado la violencia a través del uso de insultos o palabras despectivas para ciertos grupos poblacionales, erradíquelas durante su ejercicio profesional, ya que puede afectar las susceptibilidades de alguna persona adulta mayor usuaria o residente y hacerle sentir que no pertenece a ese lugar. Procure en cambio partir de un enfoque de derechos humanos, emplear un lenguaje inclusivo y pertinente culturalmente, consultar a la persona por el pronombre y nombre con el cual se siente identificada, a fin de promover su autonomía y reconocer su derecho a una identidad y a su libertad de expresión, y hacerla sentir respetada en el espacio.

En caso de trabajar con una persona que le haya hablado sobre su orientación sexual lésbica, gai o bisexual y/ o su identidad de género y/o de sexo trans, ofrézcale su apoyo y su disponibilidad de ayudarlo y apoyarle en caso de vivenciar alguna situación de discriminación. Al haber sufrido en múltiples situaciones y espacios estos tratos, sus palabras pueden representar una gran diferencia y marcar una pauta para sentirse cómodos (as) en los servicios que usted y su institución le brindan.

¿Por qué cuidar el uso del lenguaje es tan importante?

Consideraciones para el formulario de admisión.

En este punto debe tenerse presente que la terminología que usemos en el trato a las personas adultas mayores marca la diferencia, ya que podemos hacer sentir a las personas bienvenidas y libres de expresarse tal y como son, o, por el contrario, podemos limitar su vivencia y expresión.

Es por ello que la manera en que se encuentran redactados los formularios de admisión de los centros de cuidado es tan importante, ya que el uso de un lenguaje que promueve la igualdad le permite a la persona usuaria saberse en un lugar en el que, indiferentemente de la expresión de su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo, no será discriminada.

Además, es fundamental que el personal no asuma la orientación sexual, identidad de género y/o de sexo o estado civil de la persona, en función de lo anterior. Por ejemplo, al incluir en los formularios exclusivamente términos como "*esposo o esposa*", se deja de lado la posibilidad de que las personas adultas mayores con orientaciones sexuales LGB registren a su pareja, al no estar reconocida esta figura para el registro de la unión de parejas del mismo sexo en Costa Rica.

Por otro lado, muchos formularios incluyen exclusivamente como opción de sexo o género, las categorías de "*hombre o mujer*" estrictamente vinculadas a los géneros "*masculino o femenino*" respectivamente, con las que no necesariamente se identifican todas las personas, ya que existen algunas quienes pueden percibirse con un género y/o sexo distinto al impuesto a partir de su genitalidad en el momento de nacimiento o antes de este. Debe contemplarse, además, que hay personas que no se identifican con ninguno de los dos géneros impuestos desde la binariedad y que, por ejemplo, tienen una expresión fluida de estos y otros géneros.

El Centro Nacional de Recursos Sobre el Envejecimiento en Personas LGBT (LGBT Aging Center, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos, dirigido por la organización: Servicio y Abogacía para Personas Mayores Gay, Lesbianas, Bisexuales y Transgénero (SAGE por sus siglas en inglés), realiza una serie de recomendaciones para la inclusión de las PAM LGBT en los procesos de admisión, de las cuales se retomaron algunas y se adicionan otras en el presente documento.

1. A todas las personas que se encuentren en trámites de ingreso, se les debe aclarar que el espacio de atención es respetuoso de las todas las sexualidades, y que en caso de tener algún requerimiento al respecto (como por ejemplo querer ser llamadas con algún nombre y pronombre específico,

o tener la libertad de vestirse como gusten) se sienta en toda la libertad de compartirlo, para gestionar los recursos de apoyo y no discriminación con los que el centro cuente.

2. Debe incorporarse en los formularios opciones que trasciendan la categoría esposo (a) o cónyuge y que permitan a las personas detallar sobre sus vínculos de parejas.
3. Crear espacios para que las PAM LGBT se sientan en libertad de hablar sobre sus familiares o las personas que consideran sus familias, para lo cual se recomienda usar preguntas abiertas como: *¿Quién es su familia?*, o, *¿Quién en su vida es especialmente importante para usted?* (LGBT Aging Center y SAGE, 2014, p.8).
4. En caso de tener duda sobre cómo referirse a una persona, déjese guiar por esta. No se avergüence de preguntar "*¿Estoy usando el término o pronombre que prefiere?*" o también "*¿Cómo se identifica usted?*" Las personas usuarias aprecian saber que el personal se toma el tiempo para conocerles y, a través de esto también se demuestra el compromiso del centro o institución con el respeto y su seguridad (LGBT Aging Center y SAGE, 2014, p.8). Si es necesario, a efectos de completar el formulario, utilice el nombre registral, pero en el trato cotidiano utilice el nombre y pronombre con el que la persona se sienta identificada.
5. Se recomienda además incorporar categorías que integren la diferenciación entre el género registral (en Costa Rica, este se registra a partir de la genitalidad de la persona ya que se equiparan las categorías sexo y género, lo cual refleja una mala comprensión de estas esferas de las sexualidades) y el género con el que la persona se identifica (el cual la persona percibe como propio y construye), para que el trato brindado respete la autodeterminación y la autonomía. Por tanto, se recomienda preguntar *¿Cuál es su género registral?* y *¿Con cuál género se identifica?* (femenino, masculino, trans femenina, trans masculino, trans no binaria, persona transgénero, persona transexual, etc.). Es importante incorporar la opción: *ninguna de las anteriores* y dejar un espacio en blanco, para que la persona pueda auto-identificarse. Además, en caso de que esta no comprenda los términos, explíquelos y asegúrese de que entienda su significado, con el fin de evitar que se sesgue la información recopilada.

Confidencialidad.

El manejo que se brinde a la información es clave para la comodidad de la persona usuaria.

Tanto durante el proceso de admisión, como en cualquier otro, a la persona adulta mayor se le debe aclarar el uso que se le brindará a la información personal que sea brindada al centro, quiénes tendrán acceso a esta y cómo su manejo será totalmente confidencial, para que esta se sienta cómoda y detalle lo solicitado de manera sincera, especialmente cuando brinda información sobre su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo.

El explicar cómo se utilizará su información y cómo se le dará un manejo confidencial, garantiza a la persona adulta mayor un espacio seguro y no deben temer a intromisiones no deseadas. Sobre este punto es importante señalar, que, si la persona solicita expresamente que la información que brinda, sea de conocimiento únicamente de la dirección o de las personas funcionarias que van a atenderle, se debe prohibir terminantemente su difusión, al constituir un total irrespeto a la voluntad, la autonomía, al derecho a la identidad y a la libertad de expresión de la persona adulta mayor.

Debe recordarse que el derecho a la intimidad y privacidad se encuentra amparado en el artículo 12 de la Declaración Universal de Derechos Humanos (1948), en el cual se establece que *"nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques"*.

Así también la Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (Ley N°9394) reafirma en su artículo 16 el derecho a la privacidad y a la intimidad de la persona adulta mayor, especificando que estas tienen derecho a no ser objeto de agresiones contra su dignidad, honor y reputación, y a la privacidad, independientemente del ámbito en que se desenvuelvan.

Adicionalmente, la Ley N° 7935 Ley Integral para la Persona adulta Mayor, la cual rige en Costa Rica desde 1999, establece en su artículo 6 el derecho a la integridad de las personas adultas mayores, donde establece que deberá respetarse la integridad física, psíquica y moral, lo cual comprende la protección de su imagen, de su pensamiento, autonomía, dignidad y valores.

Respecto al derecho a la privacidad, los Principios de Yogyakarta reafirman la importancia de este. El derecho a la privacidad, según Quinn (2010) implica que,

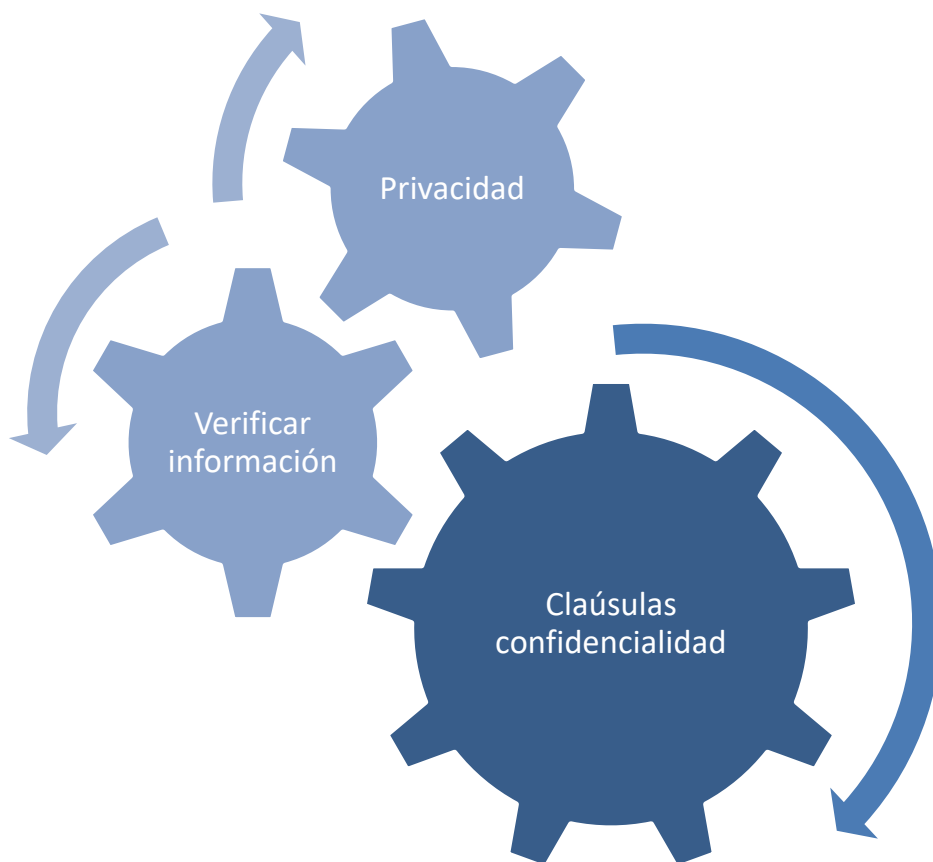
(...) las personas pueden tomar sus propias decisiones en relación a su cuerpo, y esto incluye el cómo desean expresar su género (...) que tienen libertad para rechazar los papeles de género impuestos por la sociedad y de elegir sus propias identidades de género. También significa que revelar sus identidades de género queda a criterio suyo y que sus documentos deben reflejar la identidad de género que la persona prefiere (Quinn, 2010, p.p. 51-53).

Finalmente, es importante resaltar la interdependencia de los derechos y que, para ejercer el derecho a la privacidad, es fundamental que la persona pueda gozar de ambientes libres de discriminación. Algunos consejos para la solicitud de información a la persona adulta mayor, en que se asegure el manejo confidencial son:

1. Incorpore dentro de los formularios de admisión cláusulas de confidencialidad en las que expresamente asegure la privacidad de la información brindada y permita que la persona la lea o, en caso de existir alguna condición o situación de discapacidad, asegure los medios para que la persona la conozca, por ejemplo, en caso de que tenga alguna discapacidad visual, léasela en tono fuerte, asegurándose que comprenda lo que usted le ha externado.
2. Aclare que la información médica, de salud, así como aquella vinculada a su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo permanece privada y el manejo que le brinda dentro del centro es confidencial. Reafirme a la persona adulta mayor, que este no comentará sobre su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo con familiares o allegados (as) sin su permiso expreso (LGBT Aging Center y SAGE, 2014, p.9).
3. Asegúrese de que la persona tiene claro que su expediente le pertenece y puede acceder a él y obtener una copia cuando así lo solicite.
4. Recuerde que completar los espacios relativos a la orientación sexual e identidad de género y/o sexo son opcionales para todas las personas. Que la persona no los describa dentro del formulario no debe llevarle a hacer generalizaciones. Usted debe brindar siempre un servicio respetuoso y libre de discriminación.
5. Permita a la persona adulta mayor y a sus familiares o (si acuden con esta) un espacio privado en el que pueda completar la información. Recuerde, las preguntas sobre la orientación sexual, la identidad de género y/o de sexo y otra información que la persona adulta mayor considere privada no deben

ser realizadas en público o en grupo junto a otras personas y, en caso de ser realizadas de esta forma, deberán verificarse posteriormente con la persona adulta mayor los datos que esta confirió.

6. En caso de que sea un familiar o tercera persona la que brinde apoyo a la persona adulta mayor para completar el formulario de ingreso, procure en otro momento consultarle cómo se siente respecto a la información brindada y si desearía realizar algún cambio a lo escrito o incorporar alguna información (especialmente en los casos de hogares de larga estancia, pero también en centros diurnos, si la persona viene acompañada por familiares o terceras personas).
7. Es importante explicar a las personas adultas mayores el por qué se solicita información personal y demográfica, así como también sobre las cláusulas de confidencialidad. Además, recuerde a la persona que en caso de no sentirse cómoda brindando algún detalle, no debe hacerlo o puede esperar otro momento para hacerlo.



Orientación sexual e identidad de género y/o de sexo de las personas adultas mayores.

¿Por qué es importante conocerla?

El recopilar información sobre la orientación sexual, la identidad de género y/o de sexo de las personas adultas mayores es fundamental para poder proveer un cuidado óptimo, especialmente si estas personas tienen orientaciones sexuales lésbicas, gays, bisexuales y/o identidades de género y/o sexo trans. Debe tenerse presente que, a mayor conocimiento se tenga sobre las personas, la calidad del cuidado será mayor, por lo que el generar espacios en que se sientan en confianza es clave.

Las PAM LGBT, se han enfrentado a disparidades en el acceso a servicios de salud, por lo que la inclusión de estos datos permite referirles a los servicios correspondientes, para la atención de sus necesidades o la prevención de enfermedades, lo cual contribuye a la reducción de brechas en la atención.

El Centro de Educación Nacional sobre Salud LGBT del Instituto Fenway (2015, traducción propia), puntúa algunas de las necesidades particulares en salud que tienen estas personas, las cuales retomamos y problematizamos, entre las cuales señalan:

- Las PAM LGBT, debido a las disparidades señaladas en servicios de salud sensibilizados sobre sus prácticas sexuales y las maneras de prevenir el contagio de Infecciones de Transmisión Sexual, (ITS) enfrentan riesgos de contraer VIH y otras ITS, por lo que promover prácticas de prevención se torna muy importante, sin diferenciar por la edad de las personas.
- Las mujeres lesbianas y bisexuales tienen menos probabilidad de realizarse exámenes de ginecología, entre ellos el de cáncer cervical, aun cuando el riesgo de padecerlo sea igual al de una mujer heterosexual. Además, sumar la consideración de que los hombres trans también pueden requerir estos exámenes, por lo cual la capacitación del personal médico es fundamental, para que se trate de manera respetuosa a esta persona.
- Las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gays y bisexuales y/o con identidades de género y/o sexo trans son propensas al consumo de bebidas alcohólicas, fumado o consumo de otras sustancias psicoactivas como efecto de la discriminación mencionada. De acuerdo al IAFA (2017) la adecuación de los servicios es fundamental, así como la consideración de las circunstancias socioculturales específicas, razón por la cual para atender a las personas LGBT se requiere de un trabajo en equipo competente y preparado, capaz de hacerles sentir seguras y confiadas

Además de estos riesgos físicos, debe considerarse la esfera psicosocial y emocional y cómo el costo vital que tiene la discriminación también implica para las PAM LGBT mayor riesgo a sufrir depresión, ansiedad, estrés, entre otras, situaciones que en múltiples ocasiones no han sido atendidas o tratadas por profesionales en salud o grupos de apoyo.

Es por ello que, conocer esta información de las personas residentes o usuarias se torna fundamental, a fin de poderle brindar un seguimiento integral a sus necesidades, considerado el contexto sociocultural en que la persona se ha desenvuelto.

Stonewall, organización británica que publicó una guía de recomendaciones para el trabajo con personas adultas mayores, gays, lesbianas y bisexuales resalta además como parte de las necesidades y consideraciones sobre la población adulta mayor LGBT que:

- Las personas adultas mayores LGBT tienen menos probabilidades de tener hij-s que puedan ayudarles con el cuidado, así como también es probable que sostengan menor relación con su familia, por posibles situaciones de discriminación y rechazo (Stonewall, 2012, p.3).
- Las mujeres lesbianas o bisexuales tienen mayor probabilidad de ser diagnosticadas por ansiedad o depresión (Stonewall, 2012, p.3).
- Muchas personas LGBT no confían en que los servicios de salud o de cuidado entiendan sus necesidades y la discriminación a la que históricamente se han enfrentado (Stonewall, 2012, p.3).

Cuando conocemos la orientación sexual e identidad de género/sexo de las personas residentes o usuarias de nuestro centro, podemos adecuar nuestros servicios a sus necesidades, pero también debemos hacerles parte de los procesos de evaluación de las acciones emprendidas a través de encuestas o entrevistas cara a cara, para así tomar en cuenta sus recomendaciones para el mejoramiento de los servicios brindados.

Envejecimiento y vejez de las personas trans.

Retos que enfrentan adicionalmente las personas adultas mayores con identidades; de género y/o de sexo; trans (PAM T) y cómo asegurar una atención integral.

Las PAM T enfrentan retos adicionales relacionados con su proceso de envejecimiento en comparación con aquellas personas adultas mayores cisgénero⁹. El no identificarse la identidad de género impuesta; a partir de la lectura del sexo genital en el momento del nacimiento o previo a éste; hace que estas personas se encuentren expuestas a situaciones de discriminación, maltrato, incompreensión y rechazo, debido a una serie de mitos y estereotipos que existen alrededor de su expresión e identidad de género.

En Costa Rica, la población trans puede acceder al cambio total de su nombre registral por el que la persona identifica como propio con un largo y costoso proceso judicial, lo que resulta poco accesible por lo que la modificación que se realiza comúnmente es en el "*conocido como*" (que resulta de un proceso menos engorroso), por lo que, a nivel de documentación legal, cédula, cuentas bancarias y otros, el nombre que aparece no es el que identifican como suyo, si no el impuesto en el nacimiento.

Esto conlleva al irrespeto constante por parte de personas proveedoras de servicios quienes no se refieren a ellas usando su nombre de identificación, ni el pronombre que la persona considera, se alinea con su identidad, lo cual representa una constante violación al derecho a la identidad, a la libertad de expresión, a la intimidad, y a una vida sin tratos discriminatorios.

En los centros de cuidado a la persona adulta mayor esta situación no debe, ni puede repetirse, por lo que es fundamental la capacitación de las personas funcionarias, para el trato respetuoso a su identidad y expresión de género y/o sexo y el manejo confidencial y privado de la información que la PAM T deseen que se mantenga como tal. Las siguientes preguntas se incorporan con el fin de dar respuesta a las más comunes interrogantes respecto a las personas trans y específicamente sobre las personas con identidades de género y/o de sexo trans adultas mayores.

¿Quiénes son las personas trans?

Debemos comprender la palabra "*trans*" como un término sombrilla, que abarca múltiples expresiones del género o del sexo no hegemónicas e invisibilizadas. A

⁹ Persona que se siente identificada con el género que le fue impuesto al nacer a partir de su genitalidad.

efectos del desarrollo de este apartado nos centraremos "*transgénero*" y "*transexual*", sin embargo, otras definiciones pueden encontrarse en el apartado de glosario.

Las **personas transgénero** son aquellas que no se identifican con el género que socialmente se les ha impuesto. Debe recordarse que el género responde a una construcción social, que asigna roles que intrínsecamente definen el "*deber ser*" de hombres y mujeres. Por tanto, una persona transgénero puede haber nacido y sido reconocido registralmente como hombre, por ejemplo, digamos "*Mario*", y a partir de dicha lectura de su sexo habersele impuesto un género *masculino*, pero sentir que esta identidad (de género) no le corresponde y que desea ser reconocida con el género *femenino* y auto-reconocerse como "*Sonia*", con el pronombre correspondiente – tradicionalmente a éste género – y expresarse como tal, sin que medien intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos de por medio.

Las **personas transexuales** son aquellas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes a otro sexo, que posiblemente no es que le haya sido reconocido o validado social y culturalmente y se le haya sido asignado en función de su sexo genital de nacimiento. Las personas transexuales pueden sentir que requieren intervenciones quirúrgicas, tratamientos hormonales, para adecuar su apariencia física con su sentir psíquico, espiritual y social (Comisión Interamericana de Derechos Humanos CIDH, 2013, p. 5). Es importante señalar que no todas las personas transexuales tienen las posibilidades económicas para realizarse afirmaciones, por lo que el hecho de que no existan dichas modificaciones no debe ser obstáculo para cuestionar esta identidad.

Si bien estas identidades y expresiones del género y del sexo se han patologizado y clasificado como "*disforia de género*" según el Manual Diagnóstico y Estadístico de las Enfermedades Mentales, DSM-V, actualmente se emprende una lucha por eliminar esta concepción que clasifica a las personas trans como enfermas o como aquellas que "*nacieron con un cuerpo equivocado*", al contemplar que como sociedad somos quienes nos hemos equivocado por no aceptar la diversidad sexual inherente a todas las personas; y que el proceso antes mencionado – de modificaciones corporales – es un proceso de afirmación de ésta identidad que se reconoce como propia.

En Costa Rica, esta población actualmente se encuentra en la lucha por el reconocimiento de su identidad de género desde la documentación legal (a través del proyecto de ley N°19841 "*Ley de reconocimiento de los derechos a la identidad de género e igualdad ante la ley*"), y se espera que esto les permita ser reconocidas legalmente, utilizando el nombre con el que se identifican.

¿Pueden las personas adultas mayores decidir expresar identidades de género o sexo trans?

Perfectamente. Contrario a la creencia popular, no existe una edad en la que sea idóneo realizar el proceso de afirmación de género y/o de sexo. En muchos casos las personas posponen este proceso o nunca llegan a realizarlo por el temor al rechazo social, a la discriminación y el desmoronamiento de lazos afectivos.

Una persona transgénero o transexual puede permanecer como tal durante toda su vida, sin embargo, su esperanza de vida es muy baja (aproximadamente 32 años en Centroamérica), debido a la discriminación que sufren, las limitadas oportunidades de estudio, de acceso a servicios de salud y trabajo que tienen y la violencia que ejercen otras personas sobre ellas, al punto de ser víctimas de crímenes de odio, motivados en la expresión de su identidad de género o de sexo.

Debe prestarse especial atención a las necesidades de salud que tengan, ya que esto va a variar dependiendo de muchos factores, como el consumo o no de tratamientos hormonales, la realización o no de operaciones de reasignación de sexo, la apropiación o rechazo que tengan del cuerpo con el que conviven, el acercamiento o no a los centros médicos para realizarse los exámenes correspondientes para la prevención de ITS, de cáncer cervical, anal, de próstata según corresponda a cada una. Debe tenerse presente que un alto porcentaje de personas con identidades de género y/o de sexo trans prefieren evadir la asistencia a centros de salud por el temor a ser maltratadas, no atendidas, juzgadas o irrespetadas.

¿Cómo debe ser el manejo que se le dé a la información de las personas adultas mayores con identidades de género y/o de sexo trans usuarias del centro?

Como se detalló en el apartado de confidencialidad, es fundamental que las personas funcionarias del centro mantengan total privacidad sobre la historia médica y tratamientos que utilicen de las personas adultas mayores transgénero o transexuales usuarias o residentes en el centro y que se le explique a la persona por qué se le solicita esta información y cómo será utilizada, para que se sienta en mayor disposición de compartir estos detalles de su vida personal.

Se debe tener presente que, debido al alto nivel de discriminación y violencia que las personas trans experimentan, los asuntos de confidencialidad, divulgación y privacidad son fundamentales para ellas (SAGE, 2014, p.16).

¿Cómo puedo garantizar la inclusión de las personas adultas mayores con identidades de género y/o sexo trans?

Cabe puntuar como algunas recomendaciones las siguientes:

- El personal del centro debe reconocer a la PAM con el nombre y pronombre con el que se identifica, esté o no presente la persona. No utilice su nombre registral por considerarlo "*su verdadero nombre*".
- En los hogares de larga estancia donde las personas se agrupan según sexo, la persona trans adulta mayor, debe tener la posibilidad de estar en la habitación en que se sienta identificada según su identidad de género y/o de sexo y no según su sexo genital.
- En hogares de larga estancia, en caso de que la persona adulta mayor trans residente requiera de ayuda para ducharse u otros cuidados personales, debe considerarse su opinión sobre si desea ser atendida por un hombre o una mujer, por lo que las personas funcionarias deben estar capacitadas para poder trabajar con personas cuyo sexo genital no coincide con su identidad y expresión de sexo.
- Debe recordarse además que esta población debe tener la posibilidad de utilizar el baño que se alinee con su identidad de género, no con su sexo genital, tanto en hogares de larga estancia como en centros diurnos.
- Las personas funcionarias deben ser modelo de comportamiento apropiado y mantener confidencialidad total sobre los tratamientos hormonales y cirugías a los que la persona adulta mayor se haya sometido. Esto es clave para evitar rumores y tratos discriminatorios hacia la persona mayor, quien debe ser quien decida qué datos compartir y cuáles no.

¿Cuáles son los primeros pasos que podemos dar para asegurar la inclusión de las personas adultas mayores LGBT?

Ambientes amigables a las personas adultas mayores LGBT.

Como hogares de larga estancia y centros diurnos, es posible generar una buena impresión a estas personas desde el momento en que entran a las instalaciones, mostrándose como un centro respetuoso y libre de discriminación motivada por la expresión de la orientación sexual, identidad de género y/o de sexo. Para lograrlo puede considerarse, por ejemplo:

- Incluir en materiales promocionales del centro (sean físicos o digitales) parejas del mismo sexo, personas con identidades de género y/o de sexo trans o elementos con los que se identifique la población, por ejemplo, la bandera arcoíris de orgullo LGBT u otras banderas como la de orgullo trans y de la bisexualidad. Es importante, además, agregar en este material que el centro es un espacio libre de discriminación por la expresión de la orientación sexual, identidad de género y/o de sexo.
- Colocar en un lugar visible la declaratoria del centro como un espacio libre de toda forma de discriminación y que esta no se encuentre exclusivamente en la recepción, sino también en áreas comunes, pabellones, etc. Además, esta deberá encontrarse disponible para las personas usuarias o residentes, para su conocimiento.
- Brindar capacitación a las personas funcionarias y voluntarias para la no discriminación por la expresión de la orientación sexual e identidad de género y/o de sexo, donde se incorpore el marco legal vigente en Costa Rica que ampara a las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o identidades de género y/o sexo trans; las necesidades y situación particular de las personas adultas mayores LGBT, entre otras, que asegure el respeto tanto a personas usuarias adultas mayores, como funcionarias o voluntarias del centro.
- Incorporar en los materiales promocionales del centro fotografías o imágenes de personas adultas mayores de diferentes grupos étnicos y con algún tipo de discapacidad, para reafirmar el compromiso con la no discriminación del hogar de larga estancia o centro diurno si tuviesen este material (SAGE, 2014, p.11).

- Promover eventos en los que se aborde y visibilice la situación de las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o identidades de género y/o de sexo trans, considerando cortos, películas, o grupos de diálogo abierto tanto a personas con estas orientaciones e identidades como a aquellas que no lo sean, con el fin de sensibilizar y problematizar sobre los efectos perjudiciales de la discriminación. Así también puede considerarse algún tipo de conmemoración en el marco del 17 de mayo, el día conmemorativo de la no discriminación por orientación sexual e identidad de género en Costa Rica, contemplando que este día en 1990, la homosexualidad fue retirada de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE 10) como una enfermedad.
- Anunciar en el centro una política institucional de no discriminación por expresión de la orientación sexual, por la identidad de género y/o sexo, así como también contar con ejemplares disponibles en recepción, que permitan la revisión por parte de las visitas y nuevos ingresos. En esta política se da contenido a la declaración del centro como espacio libre de discriminación y a la vez se resalta el compromiso con la inclusión y protección de todas las personas adultas mayores, pero también de sus cuidadores, familiares, amistades independientemente de la orientación sexual, identidad de género y/o de sexo de estas.
- Formar alianzas estratégicas con organizaciones que brinden apoyo para la inclusión de las PAM LGBT y que promuevan talleres de capacitación, sensibilización al personal y personas residentes y usuarias, así como actividades para promover la inclusión y no discriminación por la expresión de la orientación sexual y la identidad de género y/o sexo en el centro, ya sea de las PAM, o los equipos de funcionari-s¹⁰, voluntari-s, administrador-s, entre otros.
- Considerar la posibilidad de contar con baños neutrales, con un solo cubículo para los miembros del personal y las personas adultas mayores. Para las personas con identidades de género y/o de sexo trans esto puede y hacerles sentir más cómodas, así como reafirmar su derecho a la privacidad.

¹⁰ Sobre el uso del – en estas y siguientes palabras, es importante subrayar que su uso deviene del posicionamiento político del CIPAC, a través del cual se procura respetar los diferentes pronombres con los que las personas se sientan identificadas, no responde a una falta ortográfica, sino a un afán inclusivo, para el reconocimiento de expresiones no binarias de género.

- Contar con y visibilizar los mecanismos de queja o denuncia ante situaciones de discriminación motivadas en la expresión de la orientación sexual e identidad de género y/o sexo, así como con protocolos para proceder en caso de que se presenten estos casos, tanto a nivel del personal, como con las personas adultas mayores.

¿Cómo asegurar cambios duraderos y espacios amigables a personas LGBT?

La importancia de las políticas contra discriminación por la expresión de orientaciones sexuales LGB o identidades de género y/o de sexo trans.

Como se ha analizado a lo largo de este documento, las PAM LGBT son más vulnerables a sufrir tratos discriminatorios y rechazo por parte de familiares y pares, lo cual puede implicar afectaciones a su salud física y mental.

Como hogares de larga estancia y centros diurnos, orientados al cuidado de personas adultas mayores, debe asegurárseles a estas un trato respetuoso e integral, ofreciéndoles instalaciones amigables, para lo cual es importante emprender acciones afirmativas, como las citadas en el apartado anterior.

Es fundamental que el centro (independientemente de la modalidad) se comprometa con asegurar la inclusión de todas las personas y sus particularidades, para que pueda brindar un servicio integral a todas las personas sin distinción. Uno de los mecanismos mediante los cuales se puede reafirmar este compromiso es a través de una política interna o institucional de no discriminación por la expresión de la orientación sexual y la identidad de género y/o sexo, en la cual se establezcan acciones clave como la capacitación al personal en temas de derechos humanos, sexualidades y diversidad sexual, sanciones por motivos de discriminación y demás aspectos que se consideren relevantes por la administración del centro.

Esta política debe estar disponible para todas las personas funcionarias, voluntarias, usuarias o residentes, explicando que, si bien todas las personas tienen derecho a tener sus propias creencias religiosas, personales, morales, el lenguaje discriminatorio y los comportamientos homofóbicos, lesbofóbicos, bifóbicos o transfóbicos, ni ningún otro trato discriminatorio será tolerado (LGBT Aging Center y SAGE, 2014, p.19).¹¹

El personal de los centros debe ser informado sobre el compromiso que asume la institución con la inclusión, la aceptación y el respeto y aquellas personas funcionarias o voluntarias que son de nuevo ingreso, deben ser informadas durante su proceso de inducción sobre la declaratoria y política de no discriminación, para evitar situaciones en que se utilice lenguaje discriminatorio o se incurra en algún

¹¹ La importancia de instrumentos se reafirma en la Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, en su artículo 12, en el cual resalta la importancia de establecer un marco regulatorio adecuado para el funcionamiento de los servicios de cuidado.

tipo de maltrato motivado en la expresión de la orientación sexual, identidad de género y/o sexo de las personas.

Además, debe tenerse presente que esta política, no sólo busca proteger a las PAM LGBT de tratos discriminatorios, sino que también ampara a aquellas personas funcionarias y voluntarias, ya que el trato respetuoso cubre a todas. Este aspecto debe enfatizarse, para evitar el trato discriminatorio de compañer-s sobre otr-s con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o identidades de género y/o de sexo trans.

Debe tenerse presente que muchos y muchas de las personas funcionarias o voluntarias, no conocen sobre las necesidades de las PAM LGBT y su situación, así como tampoco han recibido procesos previos de sensibilización y capacitación en estos temas, dada la invisibilización social que se les confiere a los temas vinculados con las diversas expresiones de las sexualidades.

Esto reafirma el deber de la administración del centro, de abrir espacios de formación, para la erradicar mitos y estereotipos, permitiendo que el equipo de trabajo del centro conozca sobre el trato correcto a estas poblaciones, sus realidades y necesidades. Estos procesos de formación deben ser de carácter obligatorio, para el correcto desempeño de las personas funcionarias y voluntarias en el centro²².

Es importante que la política especifique las autoridades que se harán responsables a lo interno del centro de atender y proceder ante situaciones de discriminación y los mecanismos para que la persona reporte estas situaciones. Cada informe de la persona usuaria, residente, funcionaria o voluntaria sobre situaciones de discriminación, deberá ser atendido con detalle, a fin de brindar apoyo si la persona lo requiriese y sancionar la acción discriminatoria.

Por último, cabe señalar que se recomienda que esta política parta del marco legal vigente que respalda el principio de igualdad y no discriminación, así como la normativa específica, que versa sobre los derechos de las personas adultas mayores, la Ley No. 7935 y la recientemente ratificada Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos de las Personas Mayores, que en su artículo 5

²² Es importante que también se contemple la necesidad de actualizar estos procesos de formación en función de las necesidades emergentes que puedan aparecer, por ejemplo, en situaciones en que se presente al centro alguna persona LGBT con VIH, para lo que se requiere considerar aún más elementos. A esto se suma la importancia de formar a las personas funcionarias y voluntarias en educación sexual, para que puedan asesorar a las personas adultas mayores que sostienen encuentros con parejas sexuales, a fin de evitar la transmisión de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

reafirma el derecho de las personas adultas mayores a vivir libres de discriminación por orientación sexual e identidad de género.

Es importante, además, que se incluya una breve contextualización sobre lo que se entiende por discriminación, al encontrarse muchas de estas prácticas normalizadas, así como también clarificar sus objetivos y las líneas de trabajo específicas.

Como parte de los compromisos que deben ser incorporados en esta política, cabe señalar:

- Asignar alguna persona para que maneje los reportes de casos de discriminación y aborde de manera confidencial el incidente con ambas partes, procurando darle una pronta resolución.
- En hogares de larga estancia, revisar las políticas internas de visitas, para que no existan restricciones en caso de que la pareja de la persona adulta mayor sea del mismo sexo, así como también las definiciones presentes de familia, a fin de repensar otros moldes posibles, más allá de la estructura tradicional de esposo, esposa, hijos (as) y valorar a quiénes efectivamente la persona mayor considera como familia o allegad-s.
- Asegurar que todas las personas que visiten el centro, recibirán también un trato respetuoso y no discriminatorio, sin diferenciación por su orientación sexual, identidad de género y/o de sexo.
- Anunciar, visible y claramente, la posición centro, como un espacio libre de discriminación por orientación sexual e identidad de género y/o sexo, lo cual ampara a personas funcionarias, voluntarias y usuarias.
- Realizar procesos de capacitación con personas funcionarias y voluntarias sobre la sexualidad de las personas adultas mayores, enfatizando los componentes de salud sexual, derechos sexuales y diversidad sexual, contemplando las necesidades y especificidades de las PAM LGBT, sean estas físicas o emocionales.
- Garantizar que los procesos de contratación, despido, promoción o reubicación de toda persona trabajadora, no se vea afectada por su orientación sexual o identidad de género.
- Sancionar toda práctica discriminatoria, en cualquier nivel jerárquico, motivada por la orientación sexual o identidad de género y/o sexo de las personas funcionarias, voluntarias o usuarias.

- Permitir las mismas expresiones de afecto y cariño en las personas adultas mayores usuarias, sin diferenciación por su orientación sexual y/o género o sexo.
- Diseñar material de referencia y bienvenida al centro en el que se incluyan otros modelos de pareja y a personas trans. Colocar, además símbolos con los que las personas LGBT se sientan identificadas, por ejemplo, la bandera del orgullo (arcoíris).
- Utilizar lenguaje inclusivo, no solo en el trato diario, sino también en los formularios de entrada al centro, en los cuales se incorporan preguntas relativas a la identidad de género y la orientación sexual de las personas, a fin de hacerle sentir a las personas LGBT que el centro reconoce que existen y las acepta.

Recuerde, para crear una cultura de respeto a la diversidad que incluya a las personas adultas mayores LGBT, los elementos visuales que reflejen la postura inclusiva del centro son fundamentales y beneficiosos, no solo con las personas adultas mayores, sino también con sus familiares, amig-s y las mismas personas funcionarias del centro, para que puedan sentirse que laboran en o visitan un centro comprometido con los derechos humanos, y que no serán juzgadas ni reprimidas en la expresión de su orientación sexual, identidad de género y/o sexo.

La inclusión como un proceso continuo.

Evaluación y retroalimentación de las acciones.

Como centros que responden a una necesidad social en constante cambio, es fundamental revisar de manera continua, si las acciones emprendidas están respondiendo a las necesidades de las PAM LGBT. Para ello se torna útil la aplicación de encuestas con personas ya identificadas o con la población en general, para conocer sus percepciones sobre el ambiente del centro y si consideran que, en este, cada uno (a) puede desenvolverse libremente.

Adicionalmente pueden incluirse también como parte de estas encuestas a los familiares o allegados de las personas adultas mayores, con quienes posiblemente las personas adultas mayores hayan comentado cómo se sienten. Por otro lado, podrán aplicarse también instrumentos para la recopilación de información y retroalimentación, con personas funcionarias LGBT, para conocer sus apreciaciones del espacio de trabajo.

La información de las personas usuarias adultas mayores LGBT o funcionarias, es espacialmente útil, porque ofrecen aportes sobre medidas que podrán tomarse sobre los servicios y la programación del centro, para que este se torne más inclusivo y se adapte a sus necesidades (LGBT Aging Center y SAGE, 2014, p.23).

Para esta evaluación, puede solicitársele asesoría a organizaciones de derechos de las personas LGBT, los cuales a su vez pueden brindar recomendaciones para la atención a estas personas de manera integral, eficaz y, sobre todo, respetuosa a sus derechos humanos.

Una vez realizadas estas encuestas, es necesario sistematizar y analizar los datos recopilados y replantear acciones y mantener este proceso de actualización, como una constante.

Consejos prácticos para Centros Diurnos y para Hogares de Larga Estancia.

Tras el recorrido anterior, se puntúan una serie de consejos prácticos que se espera, sean de utilidad para los centros de cuidado.

Centros Diurnos.

- Contar con protocolos y procedimientos para asegurar la atención integral, respetuosa a las sexualidades de todas las personas adultas mayores.
- Capacitar a las personas funcionarias en materia de sexualidades, derechos humanos y atención centrada en las personas, a fin de desmitificar concepciones erróneas sobre la vejez y el proceso de envejecimiento.
- Aprobar una política de no discriminación por la expresión de la orientación sexual, identidad de género y/o de sexo, así como también darla a conocer a todas las personas funcionarias, voluntarias y usuarias.
- Revisar y reformar, de ser necesario, los formularios de ingreso al Centro Diurno, para asegurar que utilicen un lenguaje inclusivo y respetuoso.
- Clarificar las normas de confidencialidad sobre el manejo de la información que le dará el centro a los datos personales de las personas adultas mayores.
- Incluir en el material promocional -si se tuviese- información relativa a la política de no discriminación, o dentro del centro, contar con ejemplares visibles de la misma.
- Contar con baños neutros, para mayor comodidad de las personas usuarias.

Hogares de Larga Estancia.

- Contar con baños neutros, para mayor comodidad de las personas residentes.
- Si la persona residente realiza su proceso de ingreso con otra persona familiar o allegada, verificar posteriormente si está de acuerdo con los datos que brindó en compañía de otra persona o si desea agregar algo más.
- Contar con protocolos para la atención integral, respetuosa a las sexualidades de todas las personas.
- Capacitar a las personas funcionarias y voluntarias en materia de sexualidades y derechos humanos, a fin de desmitificar concepciones erróneas sobre la vejez y el proceso de envejecimiento.

- Aprobar una política de no discriminación por la expresión de la orientación sexual, identidad de género y/o de sexo, así como también darla a conocer a todas las personas funcionarias, voluntarias y usuarias.
- Revisar y reformar, de ser necesario, los formularios de ingreso al Centro Diurno, para asegurar que utilicen un lenguaje inclusivo y respetuoso.
- Clarificar las normas de confidencialidad sobre el manejo de la información que le dará el centro a los datos personales de las personas adultas mayores.
- Incluir en el material promocional -si se tuviese- información relativa a la política de no discriminación, o dentro del centro, contar con ejemplares visibles de la misma.
- Garantizar privacidad en el momento de cambio de pañal -si la persona lo requiriese-, así como también al momento del baño. Recuerde tomar el criterio de la persona adulta mayor a la que está atendiendo, pregunte, por ejemplo, al momento del baño, si la persona desea que usted le ayude con el jabón y el enjuague, o si prefiere hacerlo por sí misma.
- Respete la expresión de género de la persona adulta mayor y de cualquier otra en el centro, reconociendo que los vestuarios, las expresiones y ademanes de todas las personas son diversas y no deben uniformarse o reafirmar que solo alguna es válida o es más válida que otras.

Conclusión.

A través de esta guía se brindó una serie de consejos prácticos para la inclusión de la población LGBT -a centros de cuidado en modalidad diurna o de larga estancia-, la cual ha sido históricamente vulnerada y discriminada en nuestro país y en el mundo. Al llegar a la adultez mayor, esta situación se repite en los centros de atención, recreación y cuidado, que prefieren no atender a estas personas adultas mayores, con el fin de evitar inconvenientes.

Es necesario que este paradigma cambie y que se erradiquen mitos y estereotipos sobre estas y otras poblaciones vulnerables, para que así los centros de atención, recreación y cuidado o a las personas adultas mayores puedan asegurar ser espacios inclusivos y respetuosos a los derechos humanos de todas las personas, sin distinción.

Estos cambios se producen solo de la mano de la información. Por eso, debe ser compromiso de los hogares de larga estancia, centros diurnos y aquellos otros que presten servicios a las personas adultas mayores, el capacitarse y formarse constantemente en diversos temas, para convertirse en lugares en que todas las personas puedan envejecer con dignidad y respeto y, así mismo convertirse en espacios laborales en los que la discriminación no tenga cabida.

Para eso, es importante contar con organizaciones aliadas en temas de derechos humanos, diversidad sexual y poblaciones vulnerables, así como también recurrir a las personas LGBT del centro de cuidado, sean funcionarios (as), voluntarios (as) o usuarios (as), para que sean ell-s quienes orienten los procesos de inclusión y comenten sobre sus necesidades y las formas apropiadas de satisfacerlas.

Si bien no todos y todas van a tener el mismo nivel de aceptación hacia las orientaciones sexuales lésbicas, gays y bisexuales y/o identidades de género o sexo trans de todas las personas, es fundamental que cada centro se declare como un espacio libre de discriminación y emprenda acciones que apunten al cambio social, dejando claro a cada persona que lo visita o que es usuaria de sus servicios, que el respeto hacia todos y todas es la tónica del lugar y que no se tolerarán actos de menosprecio a los y las otras.

Desde CIPAC, esperamos que esta guía sea un paso en el desarrollo de servicios dirigidos a la atención y cuidado de personas adultas mayores, más inclusivos para la diversidad de personas que habitamos este país y mundo. Si desea más información y asistencia, puede comunicarse con nosotros al: cipacdh@racsa.co.cr y a nuestro sitio web: www.adult-tez.org.

Glosario.

Abiertamente gay, lesbiana, bisexual o trans: personas que se auto-identifican como tales en su vida personal, profesional y pública. Comúnmente se les señala como aquellas personas que “salieron del clóset”.

Aliado (a): persona que trabaja para el cambio social en nombre de un grupo que enfrenta injusticias o desventajas. En el caso de las personas LGBT, refiere a personas heterosexuales que se unen a la lucha por los derechos de estas personas.

Bisexuales: personas que sienten atracción física, romántica, intelectual, emocional tanto hacia hombres como a mujeres. Esto no implica que sostenga una relación con dos personas al mismo tiempo o que su orientación sexual esté indefinida, solo significa que puede vincularse con ambos sexos.

Cirugía de afirmación de sexo: cirugía realizada para modificar los genitales u otros componentes del sexo, para hacerlos coincidir con el sexo del cual la persona se siente parte.

Cisgénero: persona que se siente identificada –en términos generales- con el género que le fue impuesto.

Cissexual: personas cuya identidad de sexo concuerda con su sexo biológico, es decir, que no se identifican con la identidad trans.

Cissexismo: conjunto de prejuicios irracionales que pretenden que el sexo subconsciente (sexo cerebral, identidad sexual) de las personas trans no es auténtico, o que es menos auténtico que el de las personas cissexuales (personas no trans, personas cuyo sexo cerebral no es diferente del sexo que se le asignó al nacimiento –asignación hecha en función de sus genitales–).

Discriminación: toda distinción, exclusión, restricción o preferencia que se base en determinados motivos como la raza, el color, el sexo, el idioma, la religión, la opinión política o de otra índole, el origen nacional o social, la posición económica el nacimiento o cualquier otra condición social y que tenga por objeto menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio, en condiciones de igualdad, de los derechos humanos y libertades fundamentales de todas las personas (Observación General N°18 del Comité de Derechos Humanos de las Naciones Unidas).

Diversidad Sexual: término que encierra y celebra todas las formas de expresión que muestran las diferentes orientaciones sexuales e identidades de género y/o sexo. Todas las personas somos diversas en cuanto a nuestra sexualidad, no solamente aquellas con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o identidades de género o sexo trans.

Divulgación no deseada: acto de divulgar o revelar públicamente y sin consentimiento detalles sobre la orientación sexual, identidad de género y/o de sexo de las personas adultas mayores usuarias o del personal funcionario o voluntario.

En el closet: describe un fenómeno de violencia que hace referencia al hecho de que cuando una persona con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o identidades de género o sexo trans no ha tenido la confianza o la oportunidad de vivir plenamente su orientación sexual, su identidad de género y/o de sexo, por temor al rechazo o la discriminación, termina ocultando/invisibilizando esa parte de su vida. Es probable que estas personas solo compartan con algunas otras de "confianza" el hecho de tener estas orientaciones y/o identidades.

Envejecimiento: Proceso gradual que se desarrolla durante el curso de la vida y que conlleva cambios biológicos, fisiológicos, psicosociales y funcionales de variadas consecuencias, las cuales se asocian con interacciones dinámicas y permanentes entre el sujeto y su medio.

Estrés por pertenecer a una "minoría": son los efectos perjudiciales para la salud física y psicológica que resultan del ser estigmatizado u objeto de prejuicios y discriminación, lo cual condena a las personas a vivir en ambientes hostiles o estresantes.

Expresión de género: ha sido definida como "la manifestación externa de los rasgos culturales que permiten identificar a una persona como masculina o femenina conforme a los patrones considerados propios de cada género por una determinada sociedad en un momento histórico determinado" (CIDH, 2012). La expresión de género es la manifestación individual del mismo; sea masculino, femenino u otro. Debe ser reconocida como la capacidad de interpretar y externar los lineamientos que reconocemos son propios de ese género, ya sea en lo público y/o en lo privado. Está delimitada por los recursos internos (como el auto-concepto y la auto-imagen) y contextuales (como las limitaciones económicas y políticas). Por último; al igual que el género que se encuentra sujeto a cambios sociales; la expresión de género es dinámica a lo largo de toda la vida (construcción propia, Jiménez, Jiménez, Rafatian y Quack, 2017).

Familia de elección: las uniones de personas del mismo sexo no son reconocidas legalmente en la constitucionalidad-legalidad de Costa Rica, solamente por algunas instituciones autónomas. Sin embargo, las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o identidades de género y/o de sexo trans, muchas veces reconocen como familia a sus compañeros (as), hijos (as) y otras personas cercanas. Además, debe tenerse presente que ante posibles situaciones de rechazo familiar

motivadas por la orientación sexual o identidad de género y/o sexo, estas personas generan lazos con amistades muy fuertes, que visualizan como familia.

Feminismo: Conjunto de teorías sociales y de prácticas políticas en abierta oposición a las concepciones de mundo que históricamente han colocado a las mujeres en una posición de inferioridad o subordinación respecto a los hombres. El feminismo revela, cuestiona, critica las desigualdades entre los sexos y entre los géneros, reclama y promueve los derechos de las mujeres, en tanto cuestiona la asignación de roles sociales de género.

Gai: un hombre que siente atracción física, romántica, emocional por una persona del mismo sexo. Debe tenerse presente la diferencia con homosexual, ya que este término es general tanto para hombres o mujeres, en cambio gai refiere específicamente a la relación de hombres con hombres.

Género: se refiere a las identidades, funciones y los atributos del hombre y la mujer construidos socialmente y al significado sociocultural que se atribuye a esas diferencias biológicas (CIDH, 2012). Hace referencia a una estructura social de violencia y poder que delimita e impone a las personas determinadas identidades, funciones, atributos, formas de comportarse, vestirse, actuar y socializar, etc., a partir de la percepción de la genitalidad que éstas poseen. Es construido social, económica, histórica y culturalmente; es diferente para cada contexto temporal y físico, y se modifica de manera constante. Históricamente se han reconocido dos géneros, femenino y masculino, sin embargo, estos límites se han desdibujado en la actualidad, lo cual permite expresiones de género no binarias, así como personas que se reivindican como géneros, entre otras expresiones.

Heteronormatividad: creencia; que se ha vuelto una norma social; de que la heterosexualidad es la expresión de la sexualidad "*normal*" y que inherentemente es la más saludable y es superior a las demás. El término refiere a las actitudes negativas, prejuicios y discriminación que muestran las personas con estas creencias, que reproducen día con día a través de espacios varios, que van desde el sistema educativo, religiones, redes sociales y múltiples más.

Heterosexual: término utilizado para describir a las personas cuya principal atracción, física, romántica, emocional e intelectual es hacia personas de su sexo opuesto.

Homofobia, lesbofobia, bifobia y transfobia: términos que se han destinado para describir el rechazo, miedo, repudio, prejuicio, odio o discriminación hacia las personas con orientaciones sexuales lésbicas, gais y bisexuales y/o identidades de género o de sexo trans, sean éstas reales o percibidas.

Homosexual: término utilizado para describir una persona que siente atracción física, emocional, romántica e intelectual por alguien del mismo sexo. Ha adquirido connotaciones negativas debido a su uso anterior para denotar una enfermedad mental.

Identidad: término que se utiliza para describir la realidad interna de cada persona, como se siente según su propia percepción. Es además un derecho humano, relacionado con la autonomía, la autodeterminación. Puede desembocar en la capacidad de expresión de dicha identidad, pero no necesariamente.

Identidad de género: es la percepción que la persona tiene de sí misma en cuanto al género, y puede cambiar con el tiempo; esta puede conllevar la expresión del género, pero no necesariamente, debido a las limitaciones contextuales que enfrenta la persona para expresarse con libertad. A partir de lo anterior, las categorías más utilizadas para reconocer las identidades de género son: cisgénero (persona conforme al género impuesto) y transgénero (persona no conforme con el género impuesto).

Identidad de sexo: la identidad de sexo es la percepción que la persona tiene de sí misma en cuanto al sexo y su corporalidad, la cual puede modificar a través de procesos de asignación del sexo, para hacerlos coincidir con el sexo con el cual la persona se siente parte. Es importante señalar que no todas las personas transexuales tienen las posibilidades económicas para realizarse afirmaciones, por lo que el hecho de que no existan dichas modificaciones no debe ser obstáculo para cuestionar esta identidad. A partir de lo anterior, las categorías más utilizadas para reconocer las identidades de sexo son: cissexuales (persona conforme al sexo asignado) y transexuales (persona no conforme con el sexo asignado).

Intersex: se ha definido la intersexualidad como “todas aquellas situaciones en las que el cuerpo sexuado de un individuo varía respecto al *standard* de corporalidad femenina o masculina culturalmente vigente”. La comprensión de esta identidad biológica específica se ha denominado a través de la figura mitológica del hermafrodita, la persona que nace “con ‘ambos’ sexos, es decir, con pene y vagina”; sin embargo, en la actualidad es claro que la intersexualidad puede darse en cualquier elemento del sexo biológico. Estas expresiones, también se han reflejado en el lenguaje jurídico y médico. En la actualidad, tanto en el movimiento social LGTBI, como en la literatura médica y jurídica se considera que el término intersex es técnicamente el más adecuado (CIDH, 2012).

Manifestaciones discriminatorias: las amenazas implícitas o expresas, la utilización de palabras escritas u orales de naturaleza que resulten hostiles, humillantes u

ofensivas para quien las recibe, igualmente comprende a aquellas conductas verbales o físicas en contra de las poblaciones LGBT (lésbicas, gays, bisexuales y transgénero).

Maricón/marica/marimacha/playo: términos comunes para describir a las personas gays, lesbianas y bisexuales. Pueden ser utilizados por las personas al no considerarlos "*tan ofensivos*" como son en realidad.

Nombre registral: nombre que se le asigna a la persona al nacer por parte de sus padres o encargados, con el que la persona puede o no sentirse identificada. En Costa Rica para cambiar su nombre se puede acceder a un proceso jurídico; lento y costoso; o bien optar por la utilización de un "*conocido como*", como mecanismo para modificarlo a uno con el que sientan más comodidad. Ambos tienen efectos en lo registral pero no tiene efectos ante precedentes delictivos.

LGBTI: siglas de los términos: lesbiana, gai, bisexuales, trans e intersexuales y pueden ser utilizadas en orden diferente.

Orientación sexual: la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva, sexual por las personas, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con estas. Algunas de estas orientaciones son la heterosexualidad, homosexualidad y bisexualidad. La orientación sexual de una persona es independiente del sexo biológico o la identidad de género.

Pareja: forma neutral y no discriminatoria para describir a una persona envuelta en una relación seria y a largo plazo. También puede incluirse como compañero (a).

Patriarcado: ideología que construye diferencias entre hombres y mujeres y colocan a las mujeres en una situación de inferioridad, justificando que esto es inherente o natural a su sexo y género. Esta ideología no solo afecta a las mujeres por colocarlas en una posición de desventaja, sino también a los hombres en muchos sentidos, a pesar de su posición de "privilegio".

Percepción de género: la manera en que percibimos el género de otra persona.

Persona Adulta Mayor: Según la Ley N°7935, una persona adulta mayor es aquella mayor de 65 años

Prácticas sexuales: son las prácticas e historias sexuales de las personas que pueden ser siempre o en algún momento iguales o distintas a su orientación sexual y que se encuentran muy influenciadas por el contexto social, político, cultural, religioso o económico donde se inserta cada persona.

Roles de género: refiere al papel, acción o actitud que la estructura de género supone debe ser apropiado por una persona, por tanto, está definido por acuerdos sociales, culturales, políticos, económicos, éticos o religiosos. Los roles de género

pueden derivar en estereotipos o discriminación si no se corresponden con las verdaderas capacidades e intereses de las personas. Así por ejemplo durante gran parte de la historia se ha pensado que el rol de género de la mujer es ser ama de casa, mientras que al hombre se le ha adjudicado la labor de proveedor.

Sexo biológico: en un sentido estricto, el término “sexo” se refiere “a las diferencias biológicas entre el hombre y la mujer”, a sus características fisiológicas, a “la suma de las características biológicas que define el espectro de los humanos personas como mujeres y hombres” o a “la construcción biológica que se refiere a las características genéticas, hormonales, anatómicas y fisiológicas sobre cuya base una persona es clasificada como macho o hembra al nacer” (CIDH, 2012).

Terapia Hormonal: uso de tratamientos hormonales para lograr desarrollar características que reflejen el sexo con el que se identifica la persona.

Trans: este término paraguas –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el género impuesto y el reconocido como propio. Una persona trans puede construir su identidad de género y/o sexo independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos (CIDH, 2012).

Transición: refiere al proceso de cambio de género, al fin de alinearse con el género con el que se identifica cada persona.

Transexualismo: es una persona que no reconoce su sexo biológico como propio, y se identifica con otro, puede ser que opten por una intervención médica para afirmar éste.

Vejez: construcción social de la última etapa del curso de la vida (Convención Interamericana sobre la Protección de los derechos de las personas mayores).

Referencias.

Leyes y Decretos.

Constitución Política de Costa Rica. 7 de noviembre de 1949. Consultada en línea en: <http://pdba.georgetown.edu/Parties/CostaRica/Leyes/constitucion.pdf>

Ley Integral para la Persona Adulta Mayor N°7935. Diario Oficial la Gaceta N°221. Alcance N°8. Consultado en línea en: http://www.dhr.go.cr/biblioteca/leyes/ley_7935.pdf

Ley General de Salud N°5395. Ley General de Salud. Diario Oficial La Gaceta N°XX del 30 de octubre de 1973. Consultada en línea en: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=6581&nValor3=96425&strTipM=TC

Decreto Ejecutivo N°39472-S. Reglamento General para Autorizaciones y Permisos Sanitarios de funcionamiento otorgados por el Ministerio de Salud. Diario Oficial La Gaceta del 09 de marzo del 2016. Consultado en línea en: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=81043&nValor3=103191&strTipM=TC

Decreto Ejecutivo N°37165-S. Reglamento para el otorgamiento del permiso sanitario de funcionamiento de los hogares de larga estancia para personas adultas mayores. Diario Oficial La Gaceta, Alcance Digital N°83, 26 de junio del 2012. Consultado en línea en: https://www.imprentanacional.go.cr/pub/2012/06/26/ALCA83_26_06_2012.pdf

Decreto Ejecutivo N°29679-S. Manual de Normas para el Funcionamiento de Establecimientos de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores. Poder Ejecutivo, 2001. Consultado en línea en: http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=46801&nValor3=89001&strTipM=TC

Convenciones y Declaraciones

Organización de Estados Americanos (2015). Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (Firmada y ratificada por Costa Rica). Consultada en línea en: http://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/tratados_multilaterales_interamericanos_A-70_derechos_humanos_personas_mayores.pdf

Naciones Unidas (1948). Declaración Universal de los Derechos Humanos. Consultada en línea en: <http://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>

Naciones Unidas (2013). Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento. Consultada en línea en: <http://social.un.org/ageing-working-group/documents/mipaa-sp.pdf>

Otras Referencias.

- Alejos, M (2016). Enfoque de Atención Centrada en la Persona. Plan formativo de sensibilización para los profesionales de referencia. Consultado en: <https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/43684/1/El%20Enfoque%2ode%2oAtenci%C3%B3n%2oCentrada%2oen%2ola%2oPersona.pdf>
- Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica (2016). Proyecto de Ley N°19.481. Ley de Reconocimiento de los Derechos a la Identidad de Género e igualdad ante la Ley. Consultado en línea en: <http://www.conasida.go.cr/index.php/mcp-leyes-reglamentos/107-proyecto-de-ley-de-identidad-de-genero/file>
- Carvajal, M; Conejo, S; Piedra, Y; Vásquez, K; Villalobos, C (2001). Acreditación para la Atención Integral en Establecimientos que suministran servicios a la población adulta mayor. Consultado en línea en: <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/tfglic/tfg-l-2001-11.pdf>
- Centro de Investigación y Promoción para América Central de Derechos Humanos (CIPAC) (2015). Situación de la población adulta mayor LGBT en Costa Rica. Consultado en: https://www.cipacdh.org/pdf/Informe_final_CR_Am_LGBT.PDF
- Chandler, E (2016). LGBT Inclusive Housing for older adults in Cambridge. Part I: A review of the policies and practices of the Cambridge Housing Authority. Consultado en línea en: <https://www.cambridgema.gov/~media/B2FD3C18628D403BA9550C2D8C8E8E12.ashx>
- Consejo Nacional para la Igualdad Intergeneracional (2017). Lo Generacional e Intergeneracional. Consultado en línea en: <http://www.igualdad.gob.ec/139-noticias/lo-nacional/2017/2715-lo-generacional-e-intergeneracional.html>
- Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) (2012). Orientación Sexual, Identidad de Género y Expresión de Género: algunos términos y estándares relevantes. Consultado en línea en: http://www.oas.org/dil/esp/CP-CAJP-INF_166-12_esp.pdf
- Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (2016). Modalidades. Consultado en línea en: <http://www.conapam.go.cr/modalidades/>
- Fernández, X y Robles A (2008) I Informe de situación de la persona adulta mayor en Costa Rica, Capítulo 9: Marco Jurídico. Consultado en línea en: http://ccp.ucr.ac.cr/espam/descargas/ESPAM_cap9web.pdf
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia, IAFA (2017). Modelo de Reducción de Daños para el abordaje del fenómeno de drogas en Costa Rica. Consultado en línea en: https://www.iafa.go.cr/images/descargables/MODELO-DE-REDUCCION-DE-DAOS_2017.pdf
- Kyu, C y Meyer, I (2016). LGBT Aging: A review of Research Findings, Needs, and Policy Implications. Consultado en: <https://williamsinstitute.law.ucla.edu/wp-content/uploads/LGBT-Aging-A-Review.pdf>

Ministerio de Salud (2010). Política Nacional de Sexualidad, 2010-2021. Consultado en línea en: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-ministerio/politicas-y-planes-en-salud/politicas-en-salud/1039-politica-nacional-de-sexualidad-2010-2021-parte-ii/file>

Ministerio de Salud (2015). Plan Institucional en contra de la Discriminación hacia la Población Sexualmente Diversa del Ministerio de Salud. San José, Costa Rica (documento digital).

Mujica, I (2009). Guía para entender la realidad de gays, lesbianas y transexuales mayores. Consultado en línea en: <http://www.fundaciontriangulo.org/documentacion/documentos/guiaparaentenderlarealidadlgbtmayores.pdf>

National LGBT Health Education Center (Fenway Institute) (sf). Providing inclusive services and care for LGBT people. A guide for Health care staff. Consultado en línea en: <http://www.lgbthealtheducation.org/wp-content/uploads/Providing-Inclusive-Services-and-Care-for-LGBT-People.pdf>

National LGBT Health Education Center (Fenway Institute) (2015). Ten things: creating inclusive health care environments for LGBT people. Consultado en línea en: <http://www.lgbthealtheducation.org/wp-content/uploads/Ten-Things-Brief-Final-WEB.pdf>

ONU Mujeres (2017). Incorporación de la perspectiva de género. Consultado en línea en: <http://www.unwomen.org/es/how-we-work/un-system-coordination/gender-mainstreaming>

Opening Doors London (sf). Supporting older Lesbian, Gay, Bisexual and transgender people.: a checklist for social care providers. Consultado en línea en: http://openingdoorslondon.org.uk/wp-content/uploads/2014/04/older_lgbt_checklist_for_adult_social_care.pdf

Organización Mundial de la Salud (2017). Determinantes sociales de la salud. Consultado en línea en: http://www.who.int/social_determinants/es/

Quinn, S (2010). Guía del Activista para usar los Principios de Yogyakarta sobre la aplicación de la legislación internacional de derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género. Consultado en línea en: http://www.ypinaction.org/wp/wp-content/uploads/2016/10/Guia_del_activista_nov_14_2010.pdf

Servicios y Abogacía para Personas Mayores Gay, Lesbianas, Bisexuales y Transgénero (SAGE, por sus siglas en inglés) (2010). Improving the lives of LGBT older adults. Consultado en línea en: <http://www.lgbtagingcenter.org/resources/pdfs/ImprovingtheLivesofLGBTOlderAdultsFull.pdf>

Servicios y Abogacía para Personas Mayores Gay, Lesbianas, Bisexuales y Transgénero (SAGE, por sus siglas en inglés) y Centro Nacional de Recursos Sobre el Envejecimiento en Personas LGBT (LGTB Aging Center, por sus siglas en inglés)

(2014). Servicios Inclusivos para Personas Mayores LGBT: una guía práctica para crear estancias acogedoras. Consultado en línea en: http://www.lgbtagingcenter.org/resources/pdfs/Sage_GuidebookFINAL.pdf

Servicios y Abogacía para Personas Mayores Gay, Lesbianas, Bisexuales y Transgénero (SAGE, por sus siglas en inglés) y Centro Nacional de Recursos Sobre el Envejecimiento en Personas LGBT (LGTB Aging Center, por sus siglas en inglés) (2016). Inclusive Questions for Older Adults: a practical guide to collecting data on sexual orientation and gender identity. Consultado en: http://www.sageusa.org/files/InclusiveQuestionsOlder%20Adults_Guidebook.pdf

Stonewall (2011). Lesbian, gay and Bisexual people in later life. Consultado en línea en: https://www.stonewall.org.uk/sites/default/files/LGB_people_in_Later_Life_2011.pdf

Stonewall (2012). Working with older lesbian, gay and bisexual people: a guide for care and support services. Consultado en línea en: https://www.stonewall.org.uk/sites/default/files/older_people_final_lo_res.pdf

Symington, A (2004). Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica. Consultado en línea en: http://www.inmujeres.gub.uy/innovaportal/file/21639/1/2_awid_interseccionalidad.pdf

Villalobos, D (2016). Ratificamos Convención Interamericana de Derechos Humanos de las Personas Adultas Mayores. Diario la Prensa, 13 de setiembre, 2016. Consultado en línea en: <http://www.laprensalibre.cr/Noticias/detalle/84194/ratificamos-convencion-interamericana-de-derechos-humanos-de-las-personas-adultas-mayore>