

**Omar Alejandro Olvera Muñoz**

**Emergencia de la Terapia Cognitivo Conductual Afirmativa para hombres  
bisexuales**

Pensamiento Crítico. Revista de Investigación Multidisciplinaria  
Año 11, No. 21. Julio-Diciembre 2025, pp. 39 - 50  
<https://www.doi.org/10.64040/0cer1f04>

**Cómo citar este artículo:** Olvera, O. A. (2025). Emergencia de la Terapia Cognitivo Conductual Afirmativa para hombres bisexuales. *Pensamiento Crítico. Revista de Investigación Multidisciplinaria*, 11(21), 39-50 <https://www.doi.org/10.64040/0cer1f04>

Publicación editada por la Universidad UDF Santa María. Cedro No. 16, Santa María la Ribera, C.P. 06400, Alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México.



Excepto que se establezca de otra forma, el contenido de esta revista cuenta con una licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional.

# **Emergencia de la terapia cognitivo conductual afirmativa para hombres bisexuales**

## *Emergence of affirmative cognitive behavioral therapy for bisexual men*

**Omar Alejandro Olvera Muñoz<sup>1</sup>**

Universidad de la Salud

### **Resumen**

Actualmente, la literatura sobre la psicoterapia a hombres bisexuales es escasa. Para abonar a este vacío, el objetivo del presente ensayo es señalar la emergencia de la atención psicoterapéutica basada en el enfoque cognitivo conductual (TCC) que afirme la orientación sexual de este grupo. Se plantea la necesidad de abonar a este campo de conocimiento, así como retomar ejes temáticos que pueden coadyuvar en su consolidación. Es decir, considerar la inclusión de la Teoría del Estrés de las Minorías y usar estrategias que tienen efectos positivos y están basadas en evidencia clínica. Finalmente, se requiere generar mayor investigación sobre los efectos de la terapia cognitivo conductual para hombres bisexuales, y continuar fortaleciendo el encuentro psicoterapéutico culturalmente competente que reafirme la orientación sexual desde un marco de respeto a la diversidad sexo genérica.

**Palabras clave:** *Bisexualidad, psicoterapia, salud mental.*

### **Abstract**

At present, the literature on psychotherapy for bisexual men is scarce. In order to address this gap, this essay highlights the emergence of psychotherapeutic care base on the Cognitive Behavioral Approach (CBT), an approach that affirms the sexual orientation of this group. Additionally, this article raises the need to contribute to this field of knowledge, as well as to revisit thematic areas that can help to consolidate it. That means to consider the inclusion of Minority Stress Theory and to use based-on-clinical-evidence strategies that have positive effects. Finally, it is important to continue researching about the effects of Cognitive Behavioral Therapy for bisexual men, and continuing strengthening culturally competent psychotherapeutic encounters that affirm sexual orientation within a framework of respect for gender diversity.

**Keywords:** *Bisexuality, psychotherapy, mental health.*

---

Omar Alejandro Olvera Muñoz  <https://orcid.org/0000-0002-2511-3445>

<sup>1</sup> Dr. En Ciencias en Salud Colectiva por la Universidad Autónoma Metropolitana. Profesor de Tiempo Completo en la Universidad de la Salud, Miembro del Sistema Nacional de Investigadores, Nivel I.

La correspondencia referente a este artículo debe dirigirse a Omar Alejandro Olvera Muñoz, Correo electrónico: [psic.omar.olvera@hotmail.com](mailto:psic.omar.olvera@hotmail.com)

## INTRODUCCIÓN

De manera concreta, la práctica psicoterapéutica no solo se realiza desde diversos enfoques psicológicos que plantean objetivos terapéuticos que se diferencian entre ellos (Olvera-Muñoz, 2022a), sino que también es un ejercicio que ha virado en la forma en la que se plantean las estrategias clínicas para grupos específicos, como el de personas no heterosexuales. Respecto a esto último, las terapias de corte conductual y cognitivo en los años sesenta y setentas perseguían cambiar la orientación sexual mediante terapias de castigo, contra condicionamiento, modificación o re dirección del pensamiento sobre el deseo sexual de las personas (Angulo, 2018); hoy en día, se enfatiza en la construcción de una gama de tácticas que afirmen la orientación sexual y el desarrollo de habilidades y herramientas para lidiar con las adversidades generadas por la discriminación, el rechazo social o la violencia que pueden vivir las personas por razones de orientación sexual e identidad o expresión de género.

En ese sentido, el presente texto tiene como objetivo señalar la emergencia de la atención psicoterapéutica basada en el enfoque cognitivo conductual (TCC) que afirme la orientación sexual de hombres bisexuales. Para ello, el manuscrito se organiza en tres momentos expositivos. En primer lugar, se aborda la necesidad de construir una psicoterapia culturalmente competente para hombres bisexuales, desde los planteamientos teóricos de la TCC. En segundo lugar, se mencionan tópicos centrales para orientar este campo. Es decir, qué

abordajes de la TCC pueden compaginarse con otros desarrollos teóricos enfocados en afirmar la orientación sexual y que se hagan desde una perspectiva de reconocimiento de la diversidad sexo-genérica, la cual pueda ser incorporada a la formación de profesionales dedicados a la atención de este grupo. Finalmente, se incluyen reflexiones finales para fortalecer la noción de que la TCC afirmativa para hombres bisexuales es un campo en reciente consolidación.

### **Hacia la construcción de un campo culturalmente competente**

Actualmente, la literatura científica sobre el proceso salud-enfermedad-atención-cuidados (PSEAC) de hombres bisexuales, ha señalado la presencia de tasas más altas de experiencias relacionadas con prejuicios o estereotipos (Fredriksen-Goldsen et al., 2023; Martínez et al., 2022; McCormack, 2023). Esto tiene un efecto directo no solo en la generación de daños vinculados a la salud mental, como mayores prevalencias de ansiedad (Duque, 2024), depresión (Chan et al., 2024), conducta suicida (Bustos & Pereda, 2024), mayor consumo de tabaco (Li et al., 2021) u otras drogas (Palamar, 2022), para lidiar con las adversidades de estos prejuicios, sino también con una mayor asistencia a consultas de atención a la salud (Navarro et al., 2024).

Por un lado, estas problemáticas han propiciado desarrollos teóricos como la Teoría del Estrés de las Minorías (TEM) de Meyer (1995, como se citó en Magallanes & Téllez, 2025), que permite explicar estas disparidades en

salud de grupos muy particulares. La TEM se enfoca principalmente en poblaciones de diversidad sexual y de género y, en la actualidad se han estudiado sus especificidades para los hombres bisexuales, tales como el papel de la bifobia internalizada (Polihronakis et al., 2021), la cual es una vivencia particular de este colectivo y se encuentra centrada en el rechazo social de la propia bisexualidad, así como su valoración negativa. Esta es producto de una vinculación peyorativa del deseo bisexual, así como su negación en el imaginario colectivo. Regresando a la TEM, su planteamiento central es que los colectivos humanos considerados minoritarios, como el de hombres bisexuales, tienen estrés crónico resultante, en parte, por experiencias de prejuicio y discriminación a las que se encuentran sujetos, lo que a su vez ocasiona una mayor prevalencia de trastornos psiquiátricos como la ansiedad o la depresión.

Por otra parte instituciones como la Asociación Americana de Psicología (APA, 2021), han señalado la relevancia de que las personas profesionales dedicadas al trabajo psicoterapéutico afirmen las diferentes formas de vivir la bisexualidad y entiendan la influencia que tiene la discriminación y los distintos estresores en los problemas de salud mental de este grupo. Por lo dicho, la APA señala que las personas profesionales de la psicología requieren comprender que las problemáticas de salud de estos colectivos no se deben a la orientación sexual, identidad o expresión de género, sino a la discriminación, violencia o rechazo social que viven o pueden vivir por el ejercicio de su sexualidad en los diversos espacios de

socialización. Bajo esta postura, se enfatiza la necesidad de educarse en temas de diversidad sexual y de género, así como en utilizar ese conocimiento para mejorar los programas de entrenamiento y aplicar la investigación científica para la reducción de las disparidades de salud de personas bisexuales. Lo anterior, con la finalidad de evitar sesgos que tengan un impacto negativo en los diagnósticos o en su satisfacción general con la psicoterapia (Ferster & Zivony, 2024).

Referente a esto, los resultados de estudios sobre el análisis de la formación universitaria para las intervenciones psicoterapéuticas con hombres bisexuales son escasos. Los pocos trabajos señalan que el estudiantado posee pocas herramientas teóricas y técnicas para el encuentro con este colectivo. Pero, se considera que una de las labores de la persona psicoterapeuta es el acompañamiento en la aceptación de la orientación sexual de estos hombres (Olvera-Muñoz & Jarillo, 2022). Por otro lado, un estudio de corte cualitativo con personas bisexuales evidenció la percepción de estos usuarios respecto a la competencia de los profesionales para atenderles; las personas entrevistadas identificaron falta de competencia y conocimientos específicos sobre sexualidad en general y sobre personas bisexuales en particular (Olvera-Muñoz, 2021). En el tenor de la investigación cualitativa, un estudio con 31 hombres bisexuales del área de Chicago evidenció la falta de competencia cultural y de conocimiento de los proveedores de servicios sobre las identidades bisexuales. Este hallazgo orientó a las personas autoras a plantear la

necesidad de fortalecer la capacitación para brindar una atención afirmativa a los hombres bisexuales (Williams et al., 2020).

Sobre esto, un estudio cuasi experimental pretest-postest de un grupo realizado en México ocupó la psicoeducación como técnica para la modificación de conocimientos sobre las bisexualidades, evidenció un aumento en el conocimiento que tuvieron las personas participantes en la segunda medición de la variable de interés (Olvera-Muñoz, 2023). Lo anterior, es ejemplo de técnicas que permiten educar a profesionales de la psicología en temas de diversidad sexual en general o sobre bisexualidades en particular y que tiene efectos positivos para la instrucción profesional, pero apenas comienza a generarse evidencia científica sobre su impacto.

Lo ya dicho, ha orientado a personas autoras como Tominic et al. (2024), a señalar la relevancia en el desarrollo de aproximaciones terapéuticas culturalmente competentes con base en la evidencia científica, independientemente de si dicha información proviene de estudios que recogen las experiencias de pacientes lesbianas, gays, bisexuales, trans y más (LGBT+), así como de psicoterapeutas. Con referencia a lo previamente explicado, en Chile se realizó una intervención clínico-comunitaria de cinco sesiones (dos colectivas y tres individuales) con personas autoidentificadas como masculinidades sexo y/o género diversas. El abordaje se basó en la exploración de sus trayectorias como personas socializadas como masculinas que ahora se autoidentifican como sexo y/o género diversas por medio de un trabajo de sensibilización

corporal y creación de materiales visuales autobiográficos (Collardo & Barrientos, 2024). Aunque los hallazgos reflejan un efecto positivo para las personas participantes, ninguna de ellas se autoidentificaba como hombre bisexual.

Sobre las experiencias de pacientes bisexuales Rodríguez-Riesco et al. (2022), reportaron un estudio de caso en el que trabajaron con una usuaria que manifestaba ciertas dificultades a la hora de adaptarse y reconocer ser bisexual. Se intervino a través de la terapia cognitivo-conductual y siguiendo los principios de la psicología afirmativa para grupos de personas lesbianas, gays, bisexuales, trans, intersexuales, queer y más (LGBTIQ+). De manera sucinta, la intervención de 12 sesiones obtuvo buenos resultados tanto en el tratamiento de las problemáticas salientes por su orientación como en la gestión emocional en otros ámbitos de su vida.

En los estudios sobre el tema, se señalan los efectos de perspectivas psicológicas diversas, como la terapia familiar (Gómez, 2015, 2016), el psicoanálisis postfreudiano (Collardo & Barrientos, 2024) o la TCC o técnicas sustentadas en esta perspectiva psicológica (psicoeducación, cambio de pensamiento, etc.). Siendo esta última, la que hasta el momento tiene evidencia del trabajo con hombres bisexuales o señala la pertinencia del estudio particular con este colectivo (Olvera-Muñoz, 2023). Cabe clarificar que el enfoque terapéutico basado en la TCC, es una forma estructurada de terapia orientada a objetivos que permitan el cuestionamiento de pensamientos y creencias de las personas que contribuyen a su malestar (Sandua, 2024). Sin

embargo, desde una postura crítica a la TCC se evidencia el viraje epistemológico que este enfoque ha pasado de una postura de modificación del deseo sexual (Angulo, 2018) para focalizarse en una perspectiva sistematizada de la afirmación de la orientación sexual y cómo ha incorporado nociones teóricas como la TEM para la estandarización del trabajo con grupos minoritarios (Rodríguez-Riesco et al., 2022) como el de hombres bisexuales. La sinergia de ambas permite orientar el proceso psicoterapéutico de manera competente para usuarios LGBT+ en general o para hombres bisexuales en particular.

Recapitulando, la evidencia científica sobre la atención culturalmente competente a la salud mental de hombres bisexuales es insuficiente. Por lo que, para abonar a este campo se plantea necesario estudiar tanto las experiencias de estos usuarios, así como la formación de profesionales dedicados al trabajo psicoterapéutico para coadyuvar en la construcción de una psicoterapia afirmativa para hombres bisexuales desde los planteamientos teóricos de la TCC. Se precisa en este enfoque en particular debido a la evidencia que tiene de conjuntar sus estrategias terapéuticas con otros desarrollos teóricos que han sustentado el impacto de la discriminación, violencia o rechazo social por orientación sexual como la TEM (Rodríguez-Riesco et al., 2022).

Asimismo, la focalización en hombres bisexuales se basa en las problemáticas sociales que viven y los daños específicos que pueden causar a su PSEAC (Olvera-Muñoz & Jarillo, 2024), con ello no se intenta dejar de lado a

otros colectivos del acrónimo LGBTI+, sino plantear la necesidad de abordar las necesidades en salud específicas que tienen los hombres bisexuales y que pueden diferenciarse de otros grupos de la diversidad sexo-genérica. Por ejemplo, se puede enfatizar en la invisibilización y la valoración negativa a partir de prejuicios y estereotipos particulares que viven los hombres bisexuales y no se han reportado así en colectivos de hombres gays o mujeres lesbianas (Olvera-Muñoz & Jarillo, 2024).

A continuación, se señalan hallazgos de estudios científicos que coadyuvan en la construcción del campo de la psicoterapia cognitivo conductual afirmativa para hombres bisexuales. Por un lado, se enfatiza la reflexión sobre cómo podría considerarse el trabajo desde este enfoque psicoterapéutico en la atención a los daños a la salud mental, como las conductas sexuales de riesgo, la ansiedad, depresión, conducta suicida y consumo de sustancias; y por otro, sobre cómo pudiese ser la formación profesional para atender de manera competente a este colectivo.

### **Sobre la evidencia de este campo en construcción**

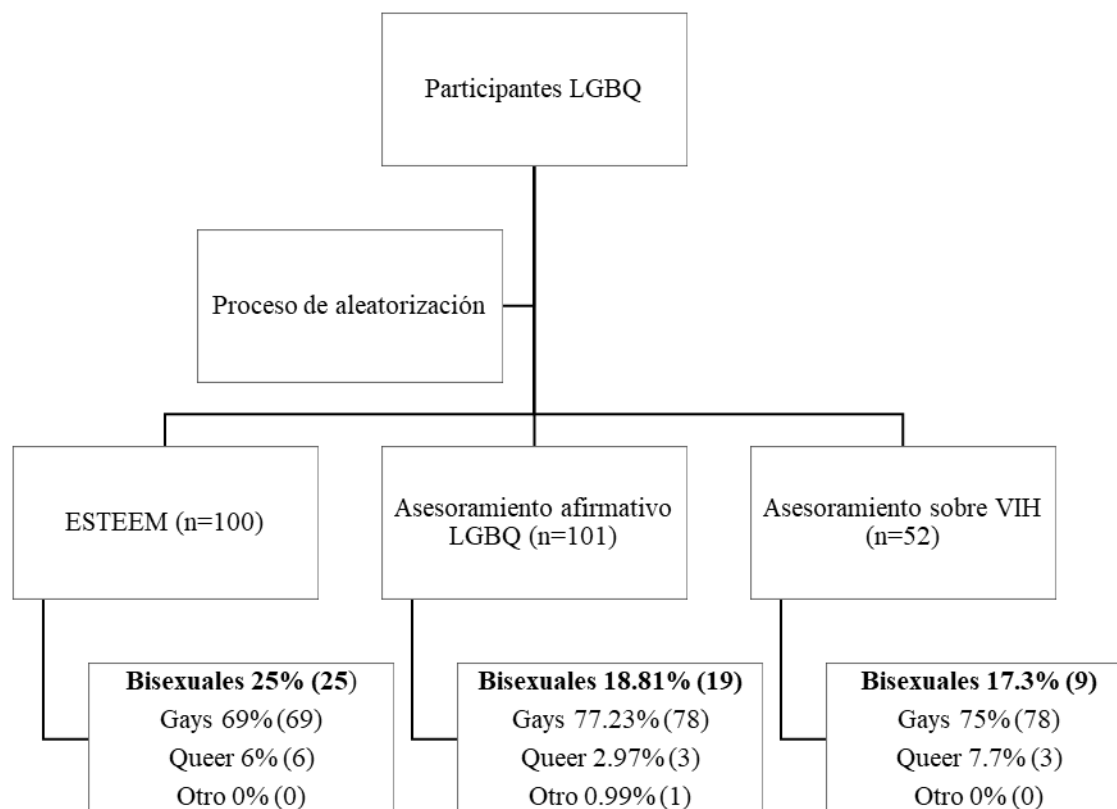
Respecto al primer eje de estudio, se cuenta con investigaciones como el de Pachankis et al. (2022), quienes elaboraron una propuesta de Habilidades Efectivas Eficientes para Empoderar a Hombres Eficaces (ESTEEM, por sus siglas en inglés). Esta se basa en los planteamientos teóricos de la TCC y la TEM, para el abordaje de los daños a la salud mental de hombres jóvenes no heterosexuales. Tomando en

cuenta lo que se ha presentado en el apartado anterior, la propuesta de intervención que diseñaron se basa en un total de 10 sesiones, bajo cuatro premisas: 1) localiza la fuente de los riesgos para la salud de los jóvenes no heterosexuales en el entorno y no en la persona,

2) facilita la reelaboración de creencias internalizadas autodestructivas, como las que surgen de los estereotipos o prejuicios por la orientación sexual, 3) coadyuva en la construcción de una gama de conductas de autoempoderamiento para usar en situaciones

### Figura 1

*Cantidad de Participantes por Tipo de intervención.*



*Nota.* La figura muestra la distribución de participantes asignados a cada tipo de intervención psicológica (ESTEEM, asesoramiento afirmativo LGBTQ y acompañamiento relacionado con VIH) en el estudio comparativo realizado con hombres jóvenes no heterosexuales. Adaptado de “Effective Skills to Empower Effective Men (ESTEEM): A cognitive-behavioral intervention for young sexual minority men”, por J. E. Pachankis et al. (2022), *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 90(5), pp. 401–415 (<https://doi.org/10.1037/ccp0000681>).

desafiantes para estos hombres, y 4) promueve la autoeficacia de afrontamiento de los jóvenes.

En la investigación mencionada, se realizó una comparación del ESTEEM con un asesoramiento afirmativo a personas Lesbianas,

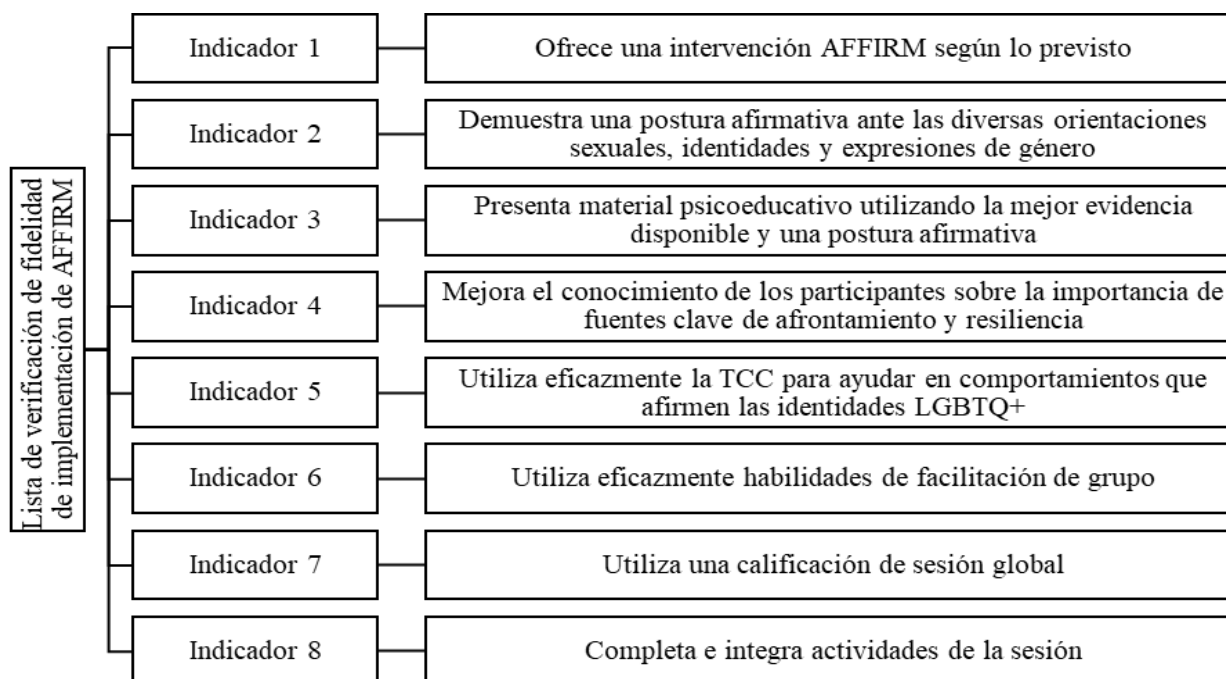
Gays, Bisexuales y Queer (LGBQ) y con un acompañamiento sobre VIH, con un seguimiento a cuatro, ocho y doce meses (Pachankis et al., 2022). Consideraron mediciones sobre el comportamiento de riesgo en la transmisión del

VIH, ansiedad, depresión, conducta suicida y uso de sustancias. Todas las pruebas aplicadas tuvieron una confiabilidad por encima del 0.80. Del total de participantes, 53 personas eran bisexuales. 25 se asignaron aleatoriamente al ESTEM, 19 al asesoramiento afirmativo y 9 al acompañamiento relacionado con VIH (Figura 1). Infortunadamente, no se reportaron análisis por orientación sexual sobre los efectos del ESTEEM, sólo se presentan los hallazgos por tipo de intervención analizada. A pesar de lo mencionado, los tamaños del efecto favorecieron consistentemente a ESTEEM en comparación con el asesoramiento afirmativo LGBQ y el acompañamiento a pruebas de VIH en los

seguimientos, encontrando un mayor efecto a los ocho meses. Por ejemplo, en este período los participantes en ESTEEM tuvieron un promedio de 1.14 de 4 comorbilidades (IC del 95%: 0,93-1,40), mientras que los participantes en asesoramiento sobre el VIH tenían 1.26 (IC del 95%: 0,93-1,70) y los participantes en la condición de asesoramiento afirmativo LGBQ tuvieron 1.48 (IC del 95%: 1,22-1,78). De manera que, ESTEEM representa una intervención prometedora para abordar el estado mental y problemas de salud sexual que ocurren con frecuencia y afectan de manera particular a hombres no heterosexuales. El estudio, permitió evidenciar a ESTEEM como una propuesta de

## Figura 2

### *Lista de Verificación de la Fidelidad de Implementación de AFFIRM*



*Nota:* La figura presenta los ocho indicadores utilizados para evaluar la fidelidad de implementación de la intervención grupal AFFIRM desde un enfoque cognitivo conductual afirmativo, aplicada por profesionales de la psicología y el trabajo social en contextos clínicos con población LGBTQ+. Adaptado de “Evaluating implementation fidelity of AFFIRM: An affirmative cognitive-behavioral group intervention for LGBTQ+ youth and young adults”, por S. L. Craig et al. (2022), *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 26(2), pp. 123–141 (<https://doi.org/10.1080/19359705.2021.1993552>).

intervención psicológica con resultados positivos compaginando la TCC y la TEM. También, hay que evidenciar el eje de esta propuesta focalizado en el entorno adverso de las personas y en función de ello, en la reelaboración de creencias internalizadas autodestructivas sobre el deseo bisexual y no en la modificación de su orientación sexual.

Con relación a la formación profesional Craig et al. (2022), elaboraron un estudio para monitorear la fidelidad para una intervención de TCC grupal afirmativa (AFFIRM, por sus siglas en inglés) para jóvenes y adultos jóvenes Lesbianas, Gays, Bisexuales, Trans, Queer y más (LGBTQ+). Específicamente, es un enfoque centrado en el reconocimiento de las causas externas de la discriminación a este grupo y que conducen al estrés de las minorías y las consiguientes disparidades en la salud mental. Por lo dicho, AFFIRM se organiza en ocho sesiones grupales de dos horas cada una. En las primeras dos sesiones, se realiza una introducción a la TCC y se exploran los factores estresantes de las minorías desde la TEM. En las siguientes dos sesiones se trabajan elementos de la reestructuración cognitiva, que permitan identificar los patrones de pensamiento, la internalización de la opresión y la reestructuración de este. Posteriormente las sesiones cinco y seis, se orientan en las habilidades de afrontamiento que tienen los participantes, así como en la activación conductual y el establecimiento de metas y creación de la esperanza. Finalmente, las últimas dos sesiones se focalizan en el apoyo social.

A partir de esta perspectiva, el estudio se enfocó en el abordaje de la fidelidad de la intervención grupal AFFIRM durante dos años. Para esto, se seleccionó a profesionales con experiencia clínica con jóvenes y adultos LGBTQ+, que ya hubiesen facilitado grupos y tuviesen una capacitación en TCC en los campos del trabajo social y la psicología. Lamentablemente, sólo menciona que de este grupo de profesionales el 41% eran bisexuales o pansexuales. No se detalla más información al respecto. Pero valdría la pena señalar que fue la mayor cantidad de personas participantes.

Por otro lado, para la realización del estudio se menciona que hubo una capacitación estandarizada de 14 horas para el equipo de profesionales que implementarían AFFIRM. Para el análisis, se codificaron las sesiones de forma independiente y posteriormente de manera grupal para llegar a un acuerdo. Cuatro evaluadores fueron asignados aleatoriamente para calificar 151 sesiones grabadas en audio de AFFIRM. A partir de la medición de los ocho indicadores considerados para esta perspectiva de acompañamiento (Figura 2), se reportó una adherencia alta, con una puntuación media de fidelidad de 84.13 ( $DE = \pm 12.50$ ).

Es importante mencionar que, durante este proceso de evaluación, se puede identificar que algunos indicadores tienen mayor vinculación con la perspectiva de la TCC y la TEM, tales como el indicador 2, 3, 4 o 5. Finalmente, los resultados muestran que los profesionales se adhirieron firmemente a la perspectiva AFFIRM para el acompañamiento a las personas LGBTQ+

desde un enfoque psicológico de la TCC y la TEM. Por lo que, el proceso de capacitación en AFFIRM evidencia mejores competencias para el trabajo con comunidades LGBTQ+. A la vez, señala la pertinencia del uso de la psicoeducación como estrategia clave para mostrar la mejor evidencia disponible y una postura afirmativa de la orientación sexual, técnica que ha mostrado efectos positivos en el trabajo formativo de profesionales de la salud para el abordaje clínico con hombres bisexuales (Olvera-Muñoz, 2023).

### **Reflexiones finales**

Pese a que existen pocos estudios sobre la psicoterapia cognitivo conductual afirmativa para hombres bisexuales, existen esfuerzos coincidentes por la inclusión de la TEM a las premisas de cada propuesta en el proceso de atención competente desde la TCC a este colectivo, así como en el uso de la psicoeducación como técnica que ha mostrado efectos positivos en el trabajo formativo de profesionales de la salud para el abordaje clínico con hombres bisexuales. Ampliando lo anterior, resulta relevante el interés por incorporar perspectivas teóricas como la TEM, la cual posee una amplia evidencia sobre la comprensión de los problemas de salud mental de personas LGBTI+ generadas por el entorno adverso que viven estas personas (Cutrim, et al., 2025; Gaspar & Vieira, 2025). Del mismo modo, demuestra el esfuerzo de las personas autoras por sistematizar métodos de atención psicológica acordes a los señalamientos de la APA (2021) y basados en evidencia científica de

los efectos positivos que genera (Olvera-Muñoz, 2023).

Relativo a esto el estudio de Craig et al (2022), arroja hallazgos permanentes sobre capacitar a personas psicoterapeutas para el encuentro competente con hombres bisexuales. Lo expuesto anteriormente, es coincidente con los resultados de investigaciones que apuntan a la conveniencia de dotar a estos profesionales de habilidades teóricas y técnicas para un encuentro oportuno con este colectivo (Olvera-Muñoz & Jarillo, 2022). No obstante, el estudio sistematiza la pertinencia de realizar dicha instrucción desde la sinergia de la TEM y la TCC, para lograr desarrollar habilidades clínicas en las y los profesionales que permitan acompañar los procesos psicoterapéuticos de estos pacientes. Todo lo cual, sea desde una postura respetuosa de la diversidad y basada en la evidencia científica que afirme la orientación bisexual y no asociando a esta con algo mal sano (Rodríguez-Riesco et al., 2022).

También, se enfatiza en el consenso de la psicoeducación como estrategia adecuada para el acompañamiento a este colectivo. Dicha técnica, ha mostrado resultados propicios en la formación de profesionales de la psicología para ampliar el conocimiento sobre bisexualidades, sus adversidades en salud y las competencias requeridas para acompañar a este grupo (Olvera-Muñoz, 2022b); de la misma manera ha sido de utilidad para proporcionar información basada en evidencia a los usuarios de servicios de acompañamiento psicológico. Por ello el estudio de Craig et al (2022), enfatiza en que uno de los

indicadores de AFFIRM sea el uso de materiales psicoeducativos que afirmen la orientación sexual y además estén basados en la evidencia científica.

Del mismo modo el estudio de Pachankis et al. (2022), muestra efectos positivos de la TCC para este colectivo. No solo por incluir la TEM dentro de sus premisas, sino también por coadyuvar en la reelaboración de creencias internalizadas autodestructivas, como las que surgen de los estereotipos o prejuicios asociados con la bisexualidad como la promiscuidad, infidelidad, inmadurez, confusión o inestabilidad emocional (Olvera-Muñoz, 2025). En síntesis, se busca que estos usuarios desarrollen la autoeficacia de afrontamiento ante diversas situaciones a las que se sufren a lo largo de su vida y modifiquen la autovaloración negativa hacia el ejercicio de su sexualidad.

Tradicionalmente, la psicoterapia se ha centrado en las adversidades a las que se enfrentan los individuos dejando de lado aspectos sobre cómo abordar las violencias, discriminación o rechazo social que viven las personas por su orientación sexual. En ese sentido, los esfuerzos por analizar la conformación de una psicoterapia competente para grupos LGBTI+ son recientes y por tanto escasos. Esto se complejiza cuando se busca información para colectivos particulares como es el caso de los hombres bisexuales.

En ese sentido, el presente texto evidencia la emergencia de la atención psicoterapéutica basada en el enfoque cognitivo conductual (TCC) que afirmarme la orientación sexual de

hombres bisexuales. Considerando eso, el manuscrito se empeña en señalar las áreas de oportunidad para subsanar la falta de trabajos sobre esta temática. Por ello, se invita a continuar realizando investigación con este eje de análisis. Vale señalar que, se requieren de estudios como ensayos clínicos aleatorizados u observacionales sobre la experiencia de estos usuarios o de formación profesional para desarrollar habilidades teóricas y técnicas para el abordaje afirmativo, competente y respetuoso de las bisexualidades.

Por esta razón, hay que reflexionar sobre la pertinencia de compaginar este enfoque psicológico con la TEM, el desarrollo de estos usuarios de habilidades de afrontamiento a la adversidad, el fortalecimiento de las redes de apoyo, así como centrarse en las recomendaciones señaladas en las guías de práctica psicológica actuales creadas por instancias como la APA u otros organismos, en los que se enfatiza en las necesidades formativas de estos profesionales desde una psicología basada en evidencias científicas y en una psicoterapia centrada en atender los efectos que tiene la discriminación y los distintos estresores en los problemas de salud mental de este grupo.

## REFERENCIAS

- American Psychological Association, APA Task Force on Psychological Practice with Sexual Minority Persons. (2021). *Guidelines for Psychological Practice with Sexual Minority Persons*. Recuperado de: [www.apa.org/about/policy/psychological-practice-sexual-minority-persons.pdf](http://www.apa.org/about/policy/psychological-practice-sexual-minority-persons.pdf).
- Angulo, A. (2018). El cuerpo sexuado en proceso de permanente medicalización. *Revista de*

- Ciencias Sociales y Humanas*, 11(11), 109-120.
- Bustos, A. & Pereda, N. (2024). Polivictimización y conducta suicida en tiempos de COVID-19 en jóvenes que participan en proyectos de la red Sename/Mejor Niñez. Límite. *Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, 19(10), 1-11. <http://dx.doi.org/10.4067/s0718-50652024000100210>
- Chan, R., Operario, D. & Mak, W. (2020). Bisexual individuals are at greater risk of poor mental health than lesbians and gay men: The mediating role of sexual identity stress at multiple levels. *Journal of Affective Disorders*, 260, 292-301. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.020>
- Collado, S., & Barrientos, J. (2024). El trabajo terapéutico con masculinidades sexo diversas: Una aproximación autobiográfica por medio del arte y la creatividad. *Psicoperspectivas*, 23(2). <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol23-Issue2-fulltext-3164>
- Craig, S., Pascoe, R., Iacono, G., Pang, N., & Pearson, A. (2022). Assessing the Fidelity of an Affirmative Cognitive Behavioral Group Intervention. *Research on Social Work Practice*, 33(4), 375-389. <https://doi.org/10.1177/10497315221110865>
- Cutrim, V., Barth, C., Menezes, A., Costa, T. & Ramos, C. (2025). A relação entre diversidade sexual e saúde mental no ensino superior. *Caderno Pedagógico*, 22(4), 1-14. <https://doi.org/10.54033/cadpedv22n4-193>
- Duque, C. (2024). *Salud mental de los hombres en prostitución: una revisión sistemática* [Tesis de maestría, Universitari en Psicologia General Sanitària]. <http://hdl.handle.net/10234/696823>
- Ferster, O., & Zivony, A. (2024). Bisexual stereotypes in clinical evaluation. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 11(4), 619-630. <https://doi.org/10.1037/sgd0000630>
- Fredriksen-Goldsen, K., Prasad, A., Kim, H. & Jung, H. (2023). Lifetime violence, lifetime discrimination, and microaggressions in the lives of LGBT midlife and older adults: findings from aging with pride: national health, aging, and sexuality/gender study. *LGBT Health*, 10(1), 49-60. <http://doi.org/10.1089/lgbt.2023.0139>
- Gaspar, A. & Vieira, E. (2025). A teoria do estresse de minorias em um grupo de acolhimento lgbtqiapn+: estratégias de enfrentamento e territorialização. *Revista Brasileira De Sexualidade Humana*, 36, 1-14. <https://doi.org/10.35919/rbsh.v36.1232>
- Gómez, M. (2015). Hacia una terapia familiar feminista para homosexuales. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 18(4), 1599-1617.
- Gómez, M. (2016). Homofobia y suicidio: 6 sesiones de intervención en crisis en juventudes homosexuales. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 19(1), 248-265
- Li, J., Huang, D., Windle, M., Escoffery, C., Wang, W., Li, X., Tao, K., Haardörfer, R., Li, S., Berg, C. J., & Yan, H. (2021). Minority stress, depression, and cigarette smoking among Chinese gay versus bisexual men: a two-group structural equation model analyses. *BMC Public Health*, 21(1), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10888-5>
- Magallanes, H. F. & Téllez, M. (2025). Validación de la escala de estrés de minoría LGBT+ en población mexicana. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 6(2), 587-600. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3648>
- Martínez, C., Tomicic, A., Domínguez, M. & Spuler, C. (2022). Internalización del estigma en personas LGB: Análisis de su impacto en la salud mental y el apoyo psicoterapéutico en Chile. *Terapia psicológica*, 40(1), 49-69. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082022000100049>
- McCormack, M. (2023). Issues in bisexual men's lives: Identity, health and relationships. *Current Opinion in Psychology*, 49, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101501>
- Navarro, P., Giménez, M. & Aparicio, M. (2024). "Hacer género" en psicoterapia:

- fundamentos teóricos para visibilizar prejuicios y estigmas de género en la psicoterapia con personas LGBTIQ+A. *Investigaciones Feministas*, 15(1), 101-111. <https://doi.org/10.5209/infe.85285>
- Olvera-Muñoz, O. & Jarillo, E. (2022). Formación universitaria en psicología: significaciones en torno a intervenciones psicoterapéuticas en varones bisexuales. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 11(24), 124-151. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v11i24.18554>.
- Olvera-Muñoz, O. & Jarillo, E. (2024). Invisibles: Problemáticas de salud-enfermedad-atención de personas bisexuales y su abordaje en la profesión psicológica. *Revista de Estudios de Género, La ventana*, 59(7), 42-75.
- Olvera-Muñoz, O. (2021). “No buscamos un trato diferente o especial”. Recomendaciones para el abordaje psicoterapéutico con personas bisexuales. *Ciencias de la Conducta*, 36(1), 65-79.
- Olvera-Muñoz, O. (2022a). *Intervenciones psicoterapéuticas dirigidas a varones bisexuales: una mirada a los significados de estudiantes en psicología de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza* [tesis de doctorado, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco]. <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/27155>
- Olvera-Muñoz, O. (2022b). *Propuesta psicoeducativa para el entrenamiento en habilidades psicoterapéuticas dirigidas al trabajo con varones bisexuales* [tesis de especialidad no publicada, Universidad Pedagógica Nacional, Unidad Ajusco].
- Olvera-Muñoz, O. (2023). Eficacia de un taller pedagógico para la modificación de conocimientos sobre la bisexualidad. *Alternativas cubanas en Psicología*, 11(32), 70-78.
- Olvera-Muñoz, O. (2025). Estereotipos hacia personas bisexuales: diferencias entre hombres y mujeres estudiantes de Ciencias de la Salud. *Revista Trazos Universitarios*, 15(2), 1-7.
- Pachankis, J. E., Harkness, A., Maciejewski, K. R., Behari, K., Clark, K. A., McConocha, E., Winston, R., Adeyinka, O., Reynolds, J., Bränström, R., Esserman, D. A., Hatzenbuehler, M. L., & Safren, S. A. (2022). LGBTQ-affirmative cognitive-behavioral therapy for young gay and bisexual men’s mental and sexual health: A three-arm randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 90(6), 459–477. <https://doi.org/10.1037/ccp0000724>
- Palamar, J. (2022). Prevalence and Correlates of GHB Use among Adults in the United States. *Journal Of Psychoactive Drugs*, 55(3), 268-273. <https://doi.org/10.1080/02791072.2022.2081948>
- Polihronakis, C., Velez, B. & Brewster, M. (2021). Bisexual men’s sexual health: A test of minority stress theory. *Psychology of Men & Masculinities*, 22(1), 201–215. <https://doi.org/10.1037/men0000304>
- Rodríguez-Riesco, L., Vivas, S., Ruiz-Duet, A. M. & Pérez-Calvo, C. (2022). El proceso de aceptación y adaptación a la bisexualidad a través de la terapia cognitivo-conductual con enfoque afirmativo: Estudio de caso único. *Revista de Psicoterapia*, 33(123), 235-250. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i123.1140>
- Sandua, D. (2024). *Terapia Cognitivo-Conductual. Definición, Métodos y Aplicaciones* Amazon Digital Services LLC – Kdp.
- Tomicic, A., Martínez, C. & Concha, F. (2024). Investigación en psicoterapia LGBT+ en iberoamérica: avances y desafíos. *Revista de Psicoterapia*, 35(127), 65-74. <https://doi.org/10.5944/rdp.v35i127.39976>
- Williams, D., Dodge, B., Berger, B., Kimbrough, A. y Bostwick, WB (2020). Self-Reported Health Concerns and Healthcare Experiences among Diverse Bisexual Men: An Exploratory Qualitative Study. *Journal of Bisexuality*, 20(3), 301–323. <https://doi.org/10.1080/15299716.2020.1822256>

Fecha de recepción: 21 de abril de 2025

Fecha de dictaminación: 25 de octubre de 2025

Fecha de aceptación: 22 de noviembre de 2025

Fecha de publicación: 22 de diciembre de 2025