

Relación entre creencias irracionales hacia personas homosexuales y homofobia en adultos jóvenes residentes de Asunción y Gran Asunción

Selena Vázquez Martínez

selenavazquezm@gmail.com

Enrique Fernando Bazán Flecha

efbazan@filouna.edu.py

Universidad Nacional de Asunción

Facultad de Filosofía

Paraguay

Resumen

La investigación analizó la relación existente entre las creencias irracionales hacia las personas homosexuales y los niveles de homofobia presentes en 372 adultos jóvenes

Relación entre satisfacción con la vida y estrés percibido en estudiantes de canto lírico de un conservatorio de Asunción

Leyla Pamela Vian Acosta
leylavian.psico@gmail.com
Enrique Fernando Bazán Flecha
efbazan@filouna.edu.py

Universidad Nacional de Asunción
Facultad de Filosofía
Paraguay

Resumen

El estrés percibido es una respuesta común en contextos académicos exigentes, como los programas de formación en canto lírico. El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la satisfacción con la vida y el estrés percibido en una muestra de 58 estudiantes de canto lírico del Conservatorio Nacional de Música de Asunción, Paraguay. Se empleó un diseño cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), ambas con adecuados índices de confiabilidad. Los resultados indicaron una correlación negativa y significativa entre el estrés percibido y la satisfacción con la vida ($r = -0.492$; $p < .01$), sugiriendo que, a mayor percepción de estrés, menor satisfacción vital. Además, se encontraron diferencias significativas en el nivel de estrés según el nivel de formación, siendo mayor en los estudiantes de nivel superior en comparación con los de nivel introductorio. No se hallaron diferencias significativas en función del sexo. La mayoría de los participantes reportó niveles elevados de satisfacción con la vida y niveles moderados de estrés percibido. Estos hallazgos subrayan la importancia de promover estrategias de afrontamiento en contextos artísticos de alta demanda, así como de diseñar intervenciones que favorezcan el bienestar psicológico en estudiantes de formación musical avanzada. Se discuten las implicaciones clínicas y educativas de los resultados.

Palabras clave: estrés percibido, satisfacción con la vida, estudiantes, canto lírico, psicología de la música.

residentes de Asunción y Gran Asunción. El enfoque del estudio es cuantitativo de tipo correlacional, de corte transversal. Se utilizaron el Cuestionario de Creencias Irracionales hacia comunidades de diversidad sexual y la Escala de Actitudes hacia Lesbianas y Hombres Homosexuales (ATLG). Los resultados obtenidos demuestran una relación estadísticamente significativa, de dirección positiva y de magnitud baja entre ATLG y la dimensión Apariencia y comportamiento en comunidades diversas ($Rho = .131$; $p = .012$), lo que confirma la hipótesis de que las creencias irracionales influyen en el nivel de homofobia. Los datos permiten concluir que existe relación entre las creencias irracionales hacia personas homosexuales y el nivel de homofobia.

Palabras clave: creencia irracional, homosexualidad, homofobia, Paraguay, adultos jóvenes.

Relationship between irrational beliefs toward homosexual individuals and the levels of homophobia in young adults living in Asunción and the metropolitan area of Gran Asunción, Paraguay

Abstract

This study analyzed the relationship between irrational beliefs toward homosexual individuals and the levels of homophobia among 372 young adults living in Asunción and the metropolitan area of Gran Asunción, Paraguay. The research employed a quantitative, cross-sectional, correlational design. Data were collected using the Irrational Beliefs toward Sexual Diversity Communities Questionnaire and the Attitudes Toward Lesbians and Gay Men (ATLG) Scale. Results showed a statistically significant, low positive correlation between the ATLG scores and the dimension "Appearance and Behavior in Diverse Communities" ($Rho = .131; p = .012$). These findings support the hypothesis that irrational beliefs are associated with higher levels of homophobia. The study highlights the prevalence of visually based stereotypes and the need for educational interventions to promote respect for sexual diversity. It also identified higher levels of homophobia among men and individuals with lower educational levels.

Keywords: irrational beliefs, homosexuality, homophobia, Paraguay, young adults.

Introducción

Este estudio se desarrolló dentro de la línea de investigación sobre actitudes sociales y salud mental, específicamente en el campo de la psicología clínica y social. El propósito fue analizar la relación entre las creencias irrationales hacia personas homosexuales y los niveles de homofobia en adultos jóvenes.

La investigación se llevó a cabo en noviembre de 2023 y estuvo dirigida a una población de adultos jóvenes de entre 20 y 40 años residentes en Asunción y Gran Asunción, Paraguay, seleccionada mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. La selección de esta población responde tanto a su accesibilidad como a la pertinencia del tema en contextos urbanos donde, pese a una mayor visibilidad de la diversidad sexual, persisten actitudes homofóbicas.

El enunciado literal del estudio fue: “Analizar la relación existente entre las creencias irrationales hacia las personas homosexuales y la homofobia en los adultos jóvenes de Asunción y Gran Asunción”. Para su desarrollo se aplicaron dos instrumentos: el Cuestionario sobre Creencias Irracionales hacia Comunidades de Diversidad Sexual (Cuevas, 2016) y la Escala de Actitudes hacia Lesbianas y Hombres Homosexuales (ATLG; Herek, 1984), ambos validados en contextos similares.

La elección de esta línea de investigación se justifica por la persistencia de la homofobia como forma de violencia psicológica y social, incluso en contextos donde existen normativas legales que protegen los derechos de las personas LGBTIQ+. El propósito del estudio se justifica por la necesidad de identificar factores cognitivos que perpetúan estas actitudes, como las creencias irrationales, y la población fue seleccionada por su potencial de cambio actitudinal dada su etapa vital y nivel de exposición a información diversa.

La literatura revisada evidencia que, si bien existen estudios que vinculan homofobia y variables como religión, educación o contacto con personas LGBTIQ+, son pocos los que exploran explícitamente el papel de las creencias irrationales como fundamento cognitivo de la homofobia. Por tanto, este trabajo aporta originalidad y pertinencia empírica a una discusión necesaria.

El alcance del estudio es correlacional, y si bien sus resultados no son generalizables a toda la población paraguaya, permiten visibilizar patrones de pensamiento en un segmento clave. Entre las posibles limitaciones se incluyen el sesgo de autoselección de la muestra y la

imposibilidad de controlar todas las variables contextuales que influyen en las actitudes homofóbicas.

Desde la teoría de Ellis (1999), las creencias irrationales constituyen evaluaciones absolutistas, exigencias inflexibles o inferencias ilógicas que generan malestar emocional y conductas disfuncionales. Aplicadas al contexto de la diversidad sexual, estas creencias pueden manifestarse como juicios rígidos, estereotipos y prejuicios hacia personas no heterosexuales, fomentando actitudes de rechazo y hostilidad. En sociedades como la paraguaya, donde aún coexisten discursos conservadores sobre género y sexualidad, estas creencias encuentran un terreno fértil para arraigarse, reforzando patrones de homofobia tanto explícita como implícita. Así, el estudio de las creencias irrationales en este contexto permite comprender cómo se estructuran cognitivamente las actitudes homofóbicas, aportando una mirada psicológica al fenómeno social.

A pesar del avance internacional en el estudio de las actitudes hacia la diversidad sexual, en Paraguay persiste una escasa producción empírica centrada en los factores cognitivos asociados a la homofobia, especialmente desde una perspectiva clínica. Este estudio aporta evidencia novedosa al analizar las creencias irrationales como posibles predictores de actitudes homofóbicas en una muestra de adultos jóvenes urbanos, grupo social clave en procesos de cambio cultural. Su valor radica en ofrecer datos actualizados y contextualizados que permiten comprender cómo se configuran estas actitudes en una sociedad donde la visibilidad LGBTIQ+ convive con normas sociales conservadoras.

A partir de la revisión teórica y empírica realizada, se plantea que las creencias irrationales hacia personas homosexuales se relacionan positivamente con los niveles de homofobia. En consecuencia, se espera que quienes sostienen mayores niveles de ideas disfuncionales respecto a la orientación sexual y la expresión de género manifiesten actitudes más negativas hacia personas homosexuales.

Objetivos

Objetivo general

- Analizar la relación existente entre las creencias irrationales hacia las personas homosexuales y la homofobia en los adultos jóvenes de Asunción y Gran Asunción.

Objetivos específicos

- Identificar las ideas irracionales hacia las personas homosexuales en los adultos jóvenes de Asunción y Gran Asunción.
- Medir los niveles de homofobia de los adultos jóvenes de Asunción y Gran Asunción.
- Diferenciar los niveles de ideas irracionales hacia las personas homosexuales y de homofobia según el género en adultos jóvenes de Asunción y Gran Asunción.
- Diferenciar los niveles de ideas irracionales hacia las personas homosexuales y de homofobia en adultos jóvenes de Asunción y Gran Asunción según su nivel académico.

Definición conceptual

Creencias irracionales: son afirmaciones no empíricas o irreales que una persona se plantea y donde influyen aspectos innatos como aprendidos de la misma. Son “supra-generalizaciones sacadas de los datos que observamos” (Ellis y Grieger, 1981).

Homofobia: Los prejuicios personales e institucionales contra lesbianas y gays suelen denominarse homofobia (Herek, 1988).

Definición operacional

Creencias irracionales hacia personas homosexuales: se operacionalizan mediante el puntaje total y las subescalas del *Cuestionario de Creencias Irracionales hacia Comunidades de Diversidad Sexual* (Cuevas, 2016). Este instrumento evalúa ideas disfuncionales asociadas a la orientación sexual, identidad de género, origen de la homosexualidad y estereotipos sobre apariencia/comportamiento, en una escala Likert de 5 puntos. A mayor puntaje, mayor nivel de creencias irracionales.

Homofobia: se define operativamente como la actitud negativa hacia personas homosexuales, medida a través de la *Escala de Actitudes hacia Lesbianas y Hombres Homosexuales* (ATLG) de Herek (1984). El puntaje total refleja el nivel de homofobia, con valores más altos indicando actitudes más negativas. La escala utiliza un formato Likert de 9 puntos. A mayor puntuación, mayor nivel de homofobia.

Materiales y métodos

Se desarrolló un estudio de enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, con diseño no experimental y corte transversal. Esta configuración metodológica permitió analizar la

relación entre las creencias irrationales hacia personas homosexuales y el nivel de homofobia, sin manipulación de variables y mediante técnicas de observación y análisis estadístico.

La población de estudio estuvo compuesta por 372 adultos jóvenes, con edades comprendidas entre 20 y 40 años, residentes en Asunción y en ciudades del área metropolitana de Gran Asunción, incluyendo Capiatá, Fernando de la Mora, Lambaré, Limpio, Luque, Mariano Roque Alonso, Ñemby, San Antonio, San Lorenzo y Villa Elisa. Para la inclusión se exigió el cumplimiento de tres condiciones: pertenecer a la franja etaria señalada, residir en las localidades mencionadas y contar con acceso a internet y redes sociales. Fueron excluidos aquellos participantes que no completaron el formulario o que no manifestaron su consentimiento para participar.

La muestra fue seleccionada por muestreo no probabilístico por conveniencia, dada la accesibilidad de la población objetivo a través de plataformas digitales. El tamaño muestral fue estimado con la fórmula para estudios correlacionales propuesta por Pértegas Díaz y Pita Fernández, considerando un nivel de confianza del 95 %, poder estadístico del 80 % y una magnitud de correlación de .882, tomada del estudio de Grijalva y Quinteros (2019), quienes analizaron la relación entre creencias y actitudes hacia la diversidad sexual en contextos socioculturales similares. Como resultado se obtuvo $n= 8$, admitiendo un 10% de pérdidas. El tamaño muestral final de 372 sujetos.

Para la recolección de datos se empleó un cuestionario autoadministrado, elaborado en la plataforma Google Forms y difundido por medio de redes sociales. Antes de iniciar la encuesta, los participantes recibieron información detallada sobre los objetivos del estudio y las condiciones de participación, otorgando su consentimiento informado de manera expresa. El tiempo estimado de respuesta osciló entre cinco y diez minutos.

Se utilizaron dos instrumentos validados. El primero fue el Cuestionario de Creencias Irracionales hacia comunidades de diversidad sexual, elaborado por Cuevas (2016), compuesto por 29 ítems tipo Likert con cinco opciones de respuesta. Evalúa cuatro dimensiones: orientación sexual, identidad de género e identidad sexual; diversidad de género; orígenes de la homosexualidad; y apariencia y comportamiento. Este instrumento cuenta con validez de contenido mediante juicio de expertos (coeficiente V de Aiken > .70) y confiabilidad interna superior a .81.

El segundo instrumento fue la Escala de Actitudes hacia Lesbianas y Hombres Homosexuales (ATLG), desarrollada por Herek (1984) y adaptada al español. Está conformada por 20 ítems con escala de respuesta de 1 a 9, e incluye siete ítems formulados en sentido inverso. La escala ha demostrado adecuadas propiedades psicométricas, confirmadas por análisis factorial y pruebas de ajuste.

No se reportaron materiales adicionales de verificación empírica. Para el análisis estadístico se utilizó el software SPSS versión 25. Las variables se describieron mediante gráficos circulares. Para comparar grupos según género y nivel académico, se aplicó la prueba U de Mann-Whitney. Finalmente, la relación entre creencias irrationales y homofobia se evaluó mediante la prueba de correlación Rho de Spearman, previa verificación de la normalidad mediante Kolmogorov-Smirnov.

Resultados

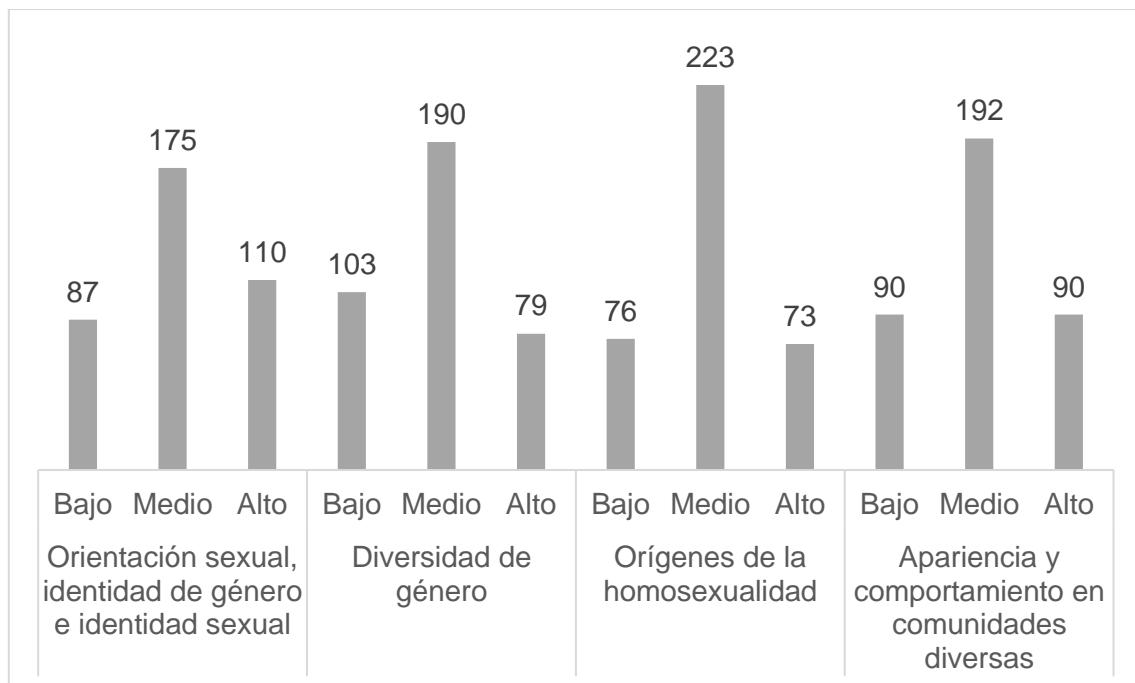
Identificación de ideas irrationales hacia personas homosexuales

En relación con las creencias irrationales hacia personas homosexuales, los resultados mostraron una tendencia general hacia niveles medios en las distintas dimensiones evaluadas. La dimensión “*Orientación sexual, identidad de género e identidad sexual*” presentó un 47 % de participantes en el nivel medio, mientras que el 30 % alcanzó niveles altos de irracionalidad. De manera similar, en la dimensión “*Diversidad de género*”, el 51 % se ubicó en un nivel medio y un 21 % en un nivel alto. En cuanto a la dimensión “*Orígenes de la homosexualidad*”, el 60 % se situó en un nivel medio, y el 20 % en el nivel alto, replicándose esta distribución en la dimensión “*Apariencia y comportamiento en comunidades diversas*”. Esta última se destacó como la dimensión con mayor proporción de creencias irrationales de tipo estereotipado, asociadas a características externas como la vestimenta o el comportamiento (Figura 1).

Estos hallazgos sugieren que, aunque la mayoría de los participantes no sostiene creencias extremadamente rígidas, persisten estereotipos visibles que alimentan prejuicios hacia la diversidad sexual.

Figura 1

Identificación de ideas irrationales hacia personas homosexuales



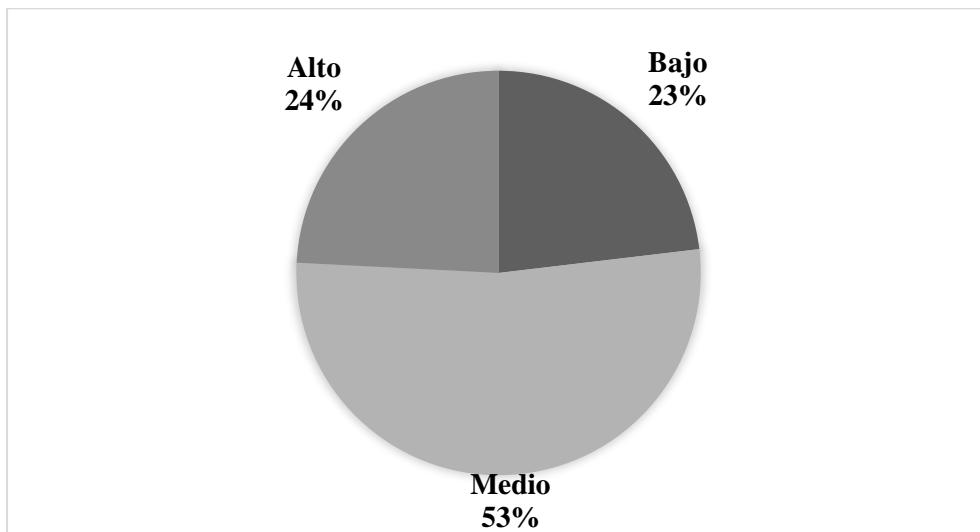
Medición de los niveles de homofobia

Respecto a los niveles de homofobia, evaluados mediante la Escala ATLG, se observó que la mayoría de los participantes (53 %) presentó un nivel medio, seguido de un 24 % con nivel alto y un 23 % con nivel bajo. Esta distribución indica una prevalencia moderada de actitudes homofóbicas dentro de la muestra (Figura 2).

La presencia de un porcentaje considerable de participantes con puntuaciones altas sugiere que, a pesar de una cierta apertura en la mayoría, aún subsisten actitudes de rechazo hacia personas homosexuales en una parte significativa del grupo estudiado. Este hallazgo es consistente con investigaciones previas que señalan la persistencia del prejuicio en contextos donde la diversidad sexual es más visible, pero no necesariamente aceptada.

Figura 2

Niveles de homofobia



Diferencias según el género

Los hombres obtuvieron puntuaciones significativamente más altas en la dimensión “*Orígenes de la homosexualidad*” ($U = 13225.000$; $p = .010$) y en la escala ATLG ($U = 14125.000$; $p = .097$), aunque esta última no alcanzó el umbral de significación convencional (Tabla 1).

También se observaron puntuaciones más elevadas en hombres en la dimensión “*Apariencia y comportamiento en comunidades diversas*”, aunque sin diferencias estadísticamente significativas ($U = 14320.500$; $p = .144$). Estos resultados indican que los varones tienden a sostener con mayor frecuencia creencias irrationales asociadas a los factores causales de la homosexualidad, y presentan actitudes más homofóbicas en comparación con las mujeres (Tabla 1).

Este patrón concuerda con la literatura previa que asocia una mayor rigidez normativa de género con actitudes más negativas hacia la diversidad sexual, particularmente en hombres jóvenes.

Tabla 1*Ideas irrationales hacia las personas homosexuales y homofobia según el género*

		N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	p
Orientación sexual, identidad de género e identidad sexual	Masculino	133	181.29	15200.500	.567
	Femenino	237	187.86		
Diversidad de género	Masculino	133	192.33	14852.000	.355
	Femenino	237	181.67		
Orígenes de la homosexualidad	Masculino	133	204.56	13225.000	.010
	Femenino	237	174.80		
Apariencia y comportamiento en comunidades diversas	Masculino	133	196.33	14320.500	.144
	Femenino	237	179.42		
ATLG	Masculino	133	197.80	14125.000	.097
	Femenino	237	178.60		

Diferencias según el nivel académico

Se compararon los puntajes de ideas irrationales y de homofobia entre dos grupos: participantes con nivel medio (*bachillerato concluido*) y aquellos con nivel superior (*universidad en curso o concluida*), utilizando la prueba U de Mann-Whitney. Los resultados indicaron diferencias estadísticamente significativas en la dimensión “*Diversidad de género*” ($U = 6225.500$; $p = .039$) y en “*Apariencia y comportamiento en comunidades diversas*” ($U = 6066.000$; $p = .022$), con puntuaciones más elevadas en el grupo de menor nivel educativo (Tabla 2).

En contraste, no se encontraron diferencias significativas en los puntajes globales de homofobia medidos con la escala ATLG ($U = 7582.000$; $p = .936$). Este patrón sugiere que, aunque los niveles generales de homofobia no varían según el nivel educativo, sí existen diferencias en creencias específicas, particularmente aquellas vinculadas a la diversidad y la expresión de género (Tabla 2).

Tabla 2

Ideas irracionales hacia las personas homosexuales y de homofobia según nivel académico

		N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	p
Orientación sexual, identidad de género e identidad sexual	Nivel medio	47	211.28	6473.000	.088
	Nivel superior	325	182.92		
Diversidad de género	Nivel medio	47	216.54	6225.500	.039
	Nivel superior	325	182.16		
Orígenes de la homosexualidad	Nivel medio	47	203.09	6858.000	.254
	Nivel superior	325	184.10		
Apariencia y comportamiento en comunidades diversas	Nivel medio	47	219.94	6066.000	.022
	Nivel superior	325	181.66		
ATLG	Nivel medio	47	185.32	7582.000	.936
	Nivel superior	325	186.67		

Relación entre creencias irracionales hacia las personas homosexuales y homofobia

Para evaluar la relación entre las creencias irracionales y los niveles de homofobia, se aplicó la prueba de correlación de Spearman. Los resultados mostraron una correlación positiva baja pero estadísticamente significativa entre la dimensión “*Apariencia y comportamiento en comunidades diversas*” y la puntuación total de la escala ATLG ($\rho = .131$; $p = .012$). Esta asociación indica que, a mayor presencia de estereotipos visuales o conductuales hacia personas no heterosexuales, mayor es el nivel de homofobia reportado (Tabla 3).

No se hallaron correlaciones significativas entre las demás dimensiones del cuestionario de creencias irracionales y la homofobia. Esto sugiere que los juicios basados en la apariencia externa de las personas homosexuales son particularmente relevantes en la configuración de actitudes homofóbicas en esta muestra (Tabla 3).

Estos hallazgos respaldan la hipótesis del estudio, subrayando el rol de las creencias irracionales, especialmente las centradas en lo visual y conductual, como factores cognitivos vinculados con la homofobia.

Tabla 3

Relación entre creencias irrationales hacia las personas homosexuales y homofobia

		Orientación sexual. identidad de género e identidad sexual	Diversidad de género	Orígenes de la homosexualidad	Apariencia y comportamiento en comunidades diversas
ATLG	Rho	.077	.044	.039	.131*
	p	.137	.393	.454	.012

**. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel .05 (bilateral).

Discusión de los resultados

Los hallazgos del presente estudio respaldan empíricamente la hipótesis de que las creencias irrationales se asocian significativamente con actitudes homofóbicas. La correlación positiva entre la dimensión “Apariencia y comportamiento” y los niveles de homofobia evidencia cómo los estereotipos visuales y conductuales inciden directamente en la formación de juicios negativos hacia las personas homosexuales. Desde el marco de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) de Albert Ellis, las creencias irrationales funcionan como distorsiones cognitivas que activan emociones y conductas disfuncionales. En este estudio, dichas creencias se asociaron significativamente con actitudes homofóbicas, lo que sugiere que estos esquemas pueden ser abordados clínicamente mediante técnicas de reestructuración cognitiva. Intervenciones breves que identifiquen, desafíen y modifiquen pensamientos absolutistas respecto a la diversidad sexual podrían reducir la hostilidad y fomentar actitudes más flexibles y tolerantes. Este enfoque es especialmente pertinente en jóvenes con altos niveles de rigidez cognitiva, que pueden beneficiarse del entrenamiento en pensamiento racional como estrategia preventiva.

Asimismo, el estudio confirmó diferencias de género, revelando niveles más elevados de homofobia y creencias irrationales entre los varones. Esta tendencia ya había sido reportada por Herek (1988), quien encontró que los hombres heterosexuales suelen manifestar mayor rechazo hacia los homosexuales varones, posiblemente como mecanismo de reafirmación de una identidad masculina normativa. La internalización de normas tradicionales de género podría explicar en parte esta diferencia.

En cuanto al nivel educativo, se observó que los participantes con menor formación académica presentaron mayores niveles de creencias irrationales. Este resultado coincide con investigaciones como las de Ardila (2018), quien señala que la educación puede actuar

como un factor de protección frente a actitudes prejuiciosas, al exponer a los individuos a discursos más diversos y fomentar el pensamiento crítico.

Finalmente, se identificó que las creencias irrationales más prevalentes están centradas en aspectos visibles o externos, como la apariencia o el comportamiento, antes que en dimensiones ideológicas o morales. Esta tendencia resalta la necesidad de intervenciones que desarticulen estereotipos desde una perspectiva educativa e inclusiva, promoviendo la deconstrucción de juicios automáticos y fomentando actitudes de respeto hacia la diversidad sexual. En este sentido, el estudio contribuye con evidencia que puede sustentar políticas públicas orientadas a la prevención de la discriminación basada en la orientación sexual.

Desde una perspectiva clínica, los resultados obtenidos permiten comprender cómo las creencias irrationales actúan como esquemas cognitivos disfuncionales que pueden sustentar actitudes prejuiciosas hacia la diversidad sexual. Este hallazgo es relevante para la Psicología Clínica, ya que permite identificar blancos de intervención en contextos terapéuticos, especialmente mediante estrategias de reestructuración cognitiva. En este sentido, el abordaje de creencias rígidas sobre género y orientación sexual puede contribuir no solo a la reducción de actitudes homofóbicas, sino también a la promoción de vínculos más saludables en contextos familiares, educativos y laborales.

Conclusiones

El presente estudio permitió comprobar que existe una relación entre las creencias irrationales hacia personas homosexuales y los niveles de homofobia en adultos jóvenes de Asunción y Gran Asunción. Se identificaron mayores niveles de creencias irrationales en hombres y en personas con menor nivel educativo, lo que refuerza la necesidad de diseñar estrategias específicas de prevención y educación dirigidas a estos grupos. Si bien no se observaron diferencias significativas en los niveles globales de homofobia según nivel educativo, las dimensiones específicas sí evidenciaron disparidades relevantes.

Estos resultados aportan evidencia empírica que refuerza la importancia de abordar las creencias subyacentes a los prejuicios para prevenir la homofobia. La influencia de factores como el género y el nivel educativo señala la necesidad de estrategias diferenciadas según características sociodemográficas.

Como línea futura, se recomienda ampliar la muestra, incluir otras variables asociadas como religiosidad, orientación política o experiencias de contacto con la diversidad sexual, y

explorar enfoques longitudinales que permitan comprender mejor los cambios en las actitudes a lo largo del tiempo.

En contextos donde la diversidad sexual aún enfrenta barreras culturales y prejuicios arraigados, abordar las creencias irracionales desde la psicología no solo constituye un aporte académico, sino también un compromiso ético con la construcción de sociedades más justas, respetuosas y mentalmente saludables.

Recomendaciones:

Diseñar e implementar programas educativos en instituciones secundarias y universitarias que incluyan módulos sobre diversidad sexual, creencias irracionales y respeto a los derechos humanos.

Incorporar técnicas de reestructuración cognitiva en intervenciones clínicas breves para abordar creencias irracionales que sustentan actitudes homofóbicas.

Desarrollar campañas audiovisuales dirigidas a hombres jóvenes, utilizando narrativas positivas sobre la diversidad sexual y desmontando estereotipos basados en la apariencia.

Fomentar líneas de investigación interdisciplinarias que integren variables como religiosidad, orientación política y experiencias de contacto con personas LGBTIQ+, mediante diseños mixtos y longitudinales.

Limitaciones

Entre las limitaciones, se reconoce el uso de muestreo no probabilístico por conveniencia, lo que impide la generalización de los resultados. Asimismo, el estudio no controló otras variables relevantes, como la orientación sexual de los participantes, el nivel de contacto con personas LGBTIQ+, o el nivel de religiosidad.

A pesar de estas limitaciones, los resultados contribuyen al debate académico y profesional sobre la prevención de la discriminación por orientación sexual, y pueden servir como base para futuras investigaciones e intervenciones psicoeducativas centradas en la modificación de creencias irracionales.

Referencias bibliográficas

- Ardila, R. (2018). *Psicología del colombiano: Un enfoque desde los valores*. Bogotá: Manual Moderno.
- Cuevas, V. (2016). *Creencias irracionales hacia las comunidades de diversidad sexual*. Tesis de grado. Guatemala. Universidad Rafael Landívar.
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Cuevas-Vivian.pdf>
- Ellis, A. (1999). *Cómo modificar actitudes irracionales*. Barcelona: Paidós.
- Ellis A. y Grieger R. (1990). *Manual de Terapia Racional-Emotiva* (Vol. 2). Editorial Desclée de Brouwer S.A.
- Grijalva P., Quinteros G. (2019). *Homofobia y creencias irracionales en personas adultas del distrito de Parco, Jauja, 2019*. [Tesis de Grado, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/55059/Grijalva_OPJ-Quinteros_CGE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Herek, G. M. (1988). Heterosexuals' attitudes toward lesbians and gay men: Correlates and gender differences. *Journal of Sex Research*, 25(4), 451–477.
<https://doi.org/10.1080/00224498809551476>
- Pértegas, S. y Pita, S. (2002). Determinación del tamaño muestral para calcular la significación del coeficiente de correlación lineal. *Cuadernos de Atención Primaria*, 9, 1-5. <https://www.fisterra.com/mbe/investiga/pearson/pearson2.pdf>