The Colorado Health Foundation™

El orgullo y el poder de pertenecer

Junio nos invita a celebrar y reflexionar sobre la visibilidad, comunidad y lo que realmente significa pertenecer. El Mes del Orgullo se remonta a un legado de resistencia, recordándonos que muchas de las libertades que disfrutamos en la actualidad se obtuvieron gracias a una ardua lucha y continúan siendo frágiles para muchas personas en Colorado. Nos llama a honrar esa historia, mientras reconocemos la necesidad constante de crear espacios donde todas las personas se sientan vistas, valoradas y conectadas. En el fondo, el orgullo está profundamente vinculado a la pertenencia, y el pertenecer es esencial para la salud y el bienestar. El orgullo es mucho más que solo ser visto como persona; se trata de tener la libertad de vivir plenamente, de manera segura y con autenticidad todos los días.

Qué entendemos por pertenecer

El pertenecer se crea a partir de los entornos que construimos, las reglas escritas y no escritas que respetamos y las relaciones que cultivamos. Se manifiesta cuando las personas se sienten seguras, cuando se les trata con dignidad y respeto y cuando tienen oportunidades reales de participar plenamente en sus comunidades y en la vida cotidiana. **El pertenecer no es solo personal; es colectivo y se crea a través de la responsabilidad compartida y las acciones diarias que demuestran quiénes son valorados y quiénes son incluidos. Se forja en todos los niveles de nuestras vidas.**

El pertenecer está presente en todos los niveles

El sentido de pertenecer determina cómo nos vemos a nosotros mismos y cómo nos movemos por el mundo. Afecta a todos los niveles de nuestras vidas, desde lo profundamente personal hasta lo ampliamente político.

Nivel	Descripción	Ejemplo
Persona	Ser capaz de comprender y expresar quién eres, vivir con autenticidad y sin miedo, y experimentar bienestar a través de la autoaceptación.	Celebrar la alegría queer
Interpersonal	El sentido de pertenencia se forja en las relaciones cotidianas a través de la afirmación, el respeto y la capacidad de existir sin tener que dar explicaciones ni defender quién eres.	Apoyando a hijos/as transgénero
Organizacional	Las escuelas, lugares de trabajo e instituciones fomentan el sentido de pertenencia a través de la inclusividad de sus espacios, prácticas y cultura.	Protecciones contra la discriminación de la comunidad LGBTQ+ para empleados o estudiantes
Comunidad	El pertenecer crece a través de espacios compartidos y experiencias colectivas que fomentan la visibilidad, la conexión y el apoyo.	Eventos del orgullo
Política	Las políticas, leyes, normas culturales y las narrativas públicas dan forma a quién se incluye o se excluye y determinan el acceso a sistemas como la atención médica, la educación y el empleo.	Políticas inclusivas y afirmativas para la comunidad LGBTQ+

El pertenecer es algo que construimos juntos

Si el sentido de pertenencia es esencial para la salud, entonces debemos preguntarnos: ¿cómo se manifiesta ese sentido de pertenencia en la vida real y qué se requiere para construirlo? Todo comienza con políticas inclusivas que ofrezcan protecciones reales: leyes y políticas laborales que prevengan la discriminación contra una persona por el hecho de amar a quien ama o por cómo se identifica en su interior, que afirmen las identidades de las personas, aunque no las comprendamos y que aseguren la seguridad en las escuelas, lugares de trabajo y en la vida pública. Las personas pueden ayudar a que esto sea una realidad

apoyando una legislación inclusiva, abogando en sus organizaciones por políticas equitativas y alzando la voz cuando se amenazan o ignoran esas protecciones.

El sentido de pertenencia incluye el acceso a una atención médica que sea respetuosa, inclusiva y segura. Los profesionales de la salud y centros médicos se deben centrar en la dignidad de los pacientes de la comunidad LGBTQ+ y ser receptivos a su cultura. Esto significa mantenerse al día en prácticas basadas en evidencias, como la atención de afirmación de género para jóvenes y adultos transgénero y de género diverso.

El sentido de pertenencia también se manifiesta cuando las personas pueden participar plenamente en la vida cotidiana, como unirse a un equipo deportivo, asistir a eventos escolares y reunirse en espacios públicos sin que se las excluya o se hagan sentir inseguras. Cuando les decimos a los niños/as transgénero que no pertenecen en los deportes, les estamos quitando la oportunidad de desarrollar habilidades de liderazgo, aprender sobre colaboración y trabajo en equipo, además de sentir el sentido de camaradería y amistad que conlleva practicar deportes con sus compañeros/as. Para las personas LGBTQ+ en Colorado, el pertenecer significa el tener acceso a espacios que apoyen sus identidades, crecimiento y alegría. Tú puedes ayudar a desarrollar este tipo de pertenencia haciendo que los espacios comunitarios sean más inclusivos, desafiando la exclusión cuando seas testigo de ella y creando oportunidades para que las personas puedan expresarse completamente tal y como son.

Pertenecer significa no tener que estar al margen de la vida. Desarrollarla requiere que todos desempeñemos un rol activo para que sea posible.

El Mes del Orgullo nos recuerda tanto los avances logrados como el camino que nos queda por recorrer. Aunque junio ofrece un momento visible para rendir homenaje a las comunidades LGBTQ+, el pertenecer no se puede limitar a un solo mes. Requiere un compromiso continuo para crear entornos, políticas y relaciones

en los que las personas se sientan seguras, respetadas y capaces de participar plenamente en la vida durante todo el año. Cada uno de nosotros tiene un rol que desempeñar, ya sea a través de las decisiones que tomamos o de la forma en que nos apoyamos mutuamente. El Mes del Orgullo nos recuerda que el pertenecer no es algo que se da por sentado. Es algo que debemos construir juntos. Y cuando lo hacemos, creamos las condiciones para que todas las personas en Colorado puedan prosperar.

TIPO

Blog

POST DATE

Jun 11, 2026

BY

The Colorado Health Foundation