

SALUD MENTAL EN JÓVENES LGBTQ+

Datos actualizados — Encuesta 2025 de The Trevor Project (publicada mayo de 2026)

Panorama general

The Trevor Project publica esta encuesta con periodicidad anual desde 2019. La edición vigente en septiembre de 2026 es la **2025 U.S. National Survey on the Mental Health of LGBTQ+ Young People**, publicada el 6 de mayo de 2026, que recogió datos entre marzo y octubre de 2025. Es, por tanto, la referencia más reciente y confiable disponible para citar en un artículo actual, y sustituye a la edición de 2022 (cuyos datos corresponden a 2021).

La muestra final incluyó 16.667 jóvenes LGBTQ+ de entre 13 y 24 años en Estados Unidos (de más de 43.995 personas que iniciaron el cuestionario, tras aplicar filtros de validez y verificación de edad). La metodología y el contenido fueron aprobados por un comité de ética independiente (Institutional Review Board).

Cifras clave 2025

36% consideró seriamente el suicidio en el último año	10% intentó suicidarse en el último año	44% que quiso atención de salud mental no pudo conseguirla	90% dijo que las leyes y el debate anti-LGBTQ+ le generaron estrés o ansiedad
---	---	--	---

Entre los jóvenes trans y no binarios, el 40% consideró seriamente el suicidio y el 11% lo intentó, frente al 26% y 8% respectivamente entre los jóvenes LGBTQ+ cisgénero. En síntomas de salud mental, el 62% reportó ansiedad reciente y el 47% depresión reciente (65% y 51% entre jóvenes trans y no binarios).

Victimización y riesgo de suicidio

La encuesta muestra de forma consistente que el riesgo no deriva de la orientación sexual o identidad de género en sí, sino de la forma en que estos jóvenes son tratados. Los intentos de suicidio se disparan entre quienes sufren victimización:

- Quienes fueron amenazados o sometidos a terapia de conversión: **25%** intentó suicidarse, frente al **8%** de quienes no la vivieron.
- Quienes sufrieron bullying (presencial u online): **16%** intentó suicidarse, frente al **5%** de quienes no fueron víctimas.
- Quienes fueron discriminados por orientación sexual o identidad de género: **15%** intentó suicidarse, frente al **6%** de quienes no.
- Quienes sufrieron amenazas o daño físico: **22%** intentó suicidarse, frente al **7%** de quienes no.

Factores de protección

Los datos de 2025 confirman que el apoyo social reduce de forma medible el riesgo de intento de suicidio:

- Vivir en una comunidad “muy aceptante”: **6%** de intentos, frente al **18%** en comunidades “muy poco aceptantes”.
- Tener todas las personas con las que conviven respetando sus pronombres (jóvenes trans/no binarios): **7%**, frente al **18%** cuando nadie los respeta.
- Contar con al menos un adulto en el centro escolar que valide su identidad: reportado por el **85%** de los jóvenes que asisten a clase.
- Acceso a espacios LGBTQ+ afirmativos (hogar, escuela, comunidad): asociado de forma consistente a menores tasas de intento de suicidio.

Evolución 2022 → 2025

Comparar ediciones sucesivas ayuda a valorar tendencias, aunque las muestras no son idénticas año a año:

Indicador	2022	2024	2025
Consideró seriamente el suicidio (último año)	45%	39%	36%
Intentó suicidarse (último año)	—	—	10%
Síntomas de ansiedad reciente	+70%	66%	62%
No pudo acceder a la atención de salud mental deseada	58% (dato estatal NY)	—	44%
Tamaño de muestra (jóvenes 13-24 años, EE. UU.)	≈33.993	≈18.000	16.667

La tendencia en ideación suicida ha descendido ligeramente edición tras edición, pero las cifras siguen siendo muy superiores a las de la población juvenil general, y en 2025 aparece un factor nuevo con fuerte peso: el 90% de los jóvenes LGBTQ+ dijo que las leyes, políticas y debates anti-LGBTQ+ recientes afectaron su bienestar emocional.

¿Es válida como fuente para un artículo en 2026?

- **Usa la edición 2025** (publicada mayo 2026), no la de 2022: es la vigente y evita citar datos desactualizados.
- **Es una fuente primaria reconocida**: organización especializada, metodología pública, revisión ética independiente y comparación con la encuesta oficial YRBS de los CDC.
- **Limitación a mencionar**: es una muestra por conveniencia (reclutada vía redes sociales e influencers LGBTQ+), no una muestra probabilística nacional; los propios autores lo señalan y comparan sus cifras con el YRBS para contextualizar posibles diferencias.

- **Cita siempre la fuente original** con fecha de publicación (mayo de 2026) y enlace directo, no una reproducción de segunda mano.

Si tú o alguien que conoces necesita ayuda

Si estás pasando por un momento difícil o tienes pensamientos de hacerte daño, no estás solo o sola. En España, el Teléfono de la Esperanza (717 003 717) y el 024 (línea de atención a la conducta suicida) ofrecen apoyo gratuito y confidencial las 24 horas. The Trevor Project también ofrece línea de crisis en inglés: 1-866-488-7386.

Fuente y cita sugerida

Nath, R., Matthews, D.D., Hobaica, S., DeChants, J.P., Eden, T.M., Taylor, A.B., & Suffredini, K. (2026). *2025 U.S. National Survey on the Mental Health of LGBTQ+ Young People*. West Hollywood, California: The Trevor Project.

<https://www.thetrevorproject.org/survey-2025/>

Este documento tiene fines informativos y resume públicamente datos publicados por The Trevor Project. No sustituye el consejo profesional; ante una crisis de salud mental, contacta con los recursos indicados arriba.