

La experiencia de las minorías sexuales en el contexto deportivo español: la salida del armario como una matrioshka

The experience of sexual minorities in the spanish sport context: coming out as a matryoshka

Victor Merino-Expósito, Miquel Torregrossa, Yago Ramis, Marta Borrueco
Institut de Recerca de l'Esport de la Universitat Autònoma de Barcelona (España)

Resumen. Introducción: El colectivo LGTBQIA+ sufre discriminación en el contexto deportivo, lo que les hace sentirse inseguros para salir del armario. En este estudio exploramos esta transición, centrándonos en las minorías sexuales masculinas en el contexto deportivo español. Método: Realizamos entrevistas semiestructuradas a seis deportistas pertenecientes a minorías sexuales. Desarrollamos un análisis temático desde la perspectiva del realismo crítico para explorar tanto las percepciones subjetivas de los participantes como los factores estructurales presentes en esta transición. Resultados: Los participantes expresaron diferentes fases en su la salida del armario. En primer lugar, fueron conscientes de su orientación sexual desde una temprana edad, previamente a la adolescencia, terminando por salir del armario con ellos mismos. Posteriormente, salieron del armario en el entorno cercano durante la adolescencia. El contexto deportivo fue sistemáticamente el último entorno donde compartieron su orientación sexual. En cuanto a los factores estructurales, proponemos temas como: la conciencia del estigma sexual, las creencias y estereotipos sobre género y las orientaciones sexuales, y, especialmente en el deporte masculino, el sistema de creencias heteronormativo y la masculinidad hegemónica. Discusión: La transición de salida del armario puede verse como la imagen de una matrioshka. Primero, se forma la figura inicial, con la salida del armario con uno mismo. A continuación, se añaden matrioshkas que representan los entornos en los que los deportistas visibilizan su orientación sexual, cuyo orden viene dado por la percepción del estigma sexual y la aceptación que esperan en cada uno de ellos. La percepción del deporte como un entorno hostil hace que sea la última matrioshka que los deportistas añaden.

Palabras clave: Carrera deportiva, discriminación, entornos sociales, LGTBQIA+, orientaciones sexuales, transiciones vitales

Abstract. Introduction: LGTBQIA+ people face discrimination in the sport context, which makes them feel unsafe to come out. In this study we explore this transition, focusing on male sexual minorities in the Spanish context. Method: We conducted semi-structured interviews with six sexual minorities athletes. We developed a thematic analysis from the critical realist perspective to explore both the subjective perceptions of the participants and the structural factors present in this transition. Results: Participants expressed different phases of coming out. First, they were aware of their sexual orientation from an early age and eventually came out to themselves. Later, they came out to the close environment during adolescence. The sport context was consistently the last environment where they share their sexual orientation. In terms of structural factors, we propose themes such as: awareness of sexual stigma, gender and sexual orientation beliefs and stereotypes, and especially in male sport, the heteronormative belief system and hegemonic masculinity. Discussion: The transition of coming out can be seen as the image of a matryoshka. First the initial figure is formed, coming out with oneself. Next, matryoshkas are added to represent the environments in which athletes make their sexual orientation visible. The order is determined by the sexual stigma and acceptance they expect in each environment. The perception of sport as a hostile environment makes it the last matryoshka that athletes add.

Keywords: Discrimination, LGTBQIA+, life transitions, sexual orientations, social environments, sport career

Fecha recepción: 25-07-24. Fecha de aceptación: 23-09-24

Victor Merino-Expósito
victor.merino@uab.cat

Introducción

De acuerdo con la aproximación holística a la carrera deportiva, la carrera de los y las deportistas transcurre a través de una serie de etapas y transiciones que se dan en diferentes ámbitos de la vida (Wylleman, 2019). Desde posicionamientos actuales sobre esta temática que adoptan la aproximación holística como referencia (Stambulova et al. 2021), se ha propuesto complementar el conocimiento y poner el foco en colectivos de deportistas vulnerados, cuyas realidades han sido menos exploradas, como las mujeres (Arenas et al., 2022; García-Solà et al. 2023), deportistas con discapacidad (Vieira et al., 2021) o deportistas LGTBQIA+ (Lesbianas, Gays, Transgénero, Bisexuales, Intersexuales, Queer, Asexuales; Denison et al., 2021; Hartmann-Tews et al., 2022).

En relación con este último colectivo, el deporte y especialmente el masculino (Martos-García et al. 2023), sigue suponiendo un entorno hostil, que obliga a menudo a este colectivo a permanecer invisibilizado. Sin embargo, las experiencias del colectivo LGTBQIA+, tanto en la sociedad

como en el deporte, pueden variar en función del género y del subgrupo con el que se identifiquen, por lo que es necesaria una consideración diferenciada para dibujar imágenes integrales y detalladas de sus experiencias. Por ello, en el caso de nuestro estudio, nos centraremos en las *minorías sexuales*, término que proponen Braumüller & Schlunski (2022) para agrupar a todas aquellas personas con una orientación sexual no heterosexual. Más específicamente, nos centramos de las minorías sexuales masculinas y en el proceso transicional de visibilizar su orientación sexual o *salir del armario*.

Schlossberg (1981) propuso conceptualizar una transición como un evento, o no evento, que resulta en un cambio de las concepciones sobre uno mismo y el mundo, requiriendo un cambio del propio comportamiento y en las relaciones. En el ámbito deportivo, Torregrossa (2022) ha planteado que las transiciones pueden clasificarse en función de su predictibilidad (i.e., en función de si se pueden anticipar o son sobrevenidas) y especificidad (i.e., en función de si son específicas de un ámbito de interacción o de carácter global): (a) transiciones predecibles y específicas (e.g.,

retirada deportiva; Torregrossa et al., 2015); (b) transiciones predecibles y holísticas (e.g., migración deportiva; Prato et al., 2021); (c) transiciones no predecibles y específicas (e.g., disrupción del ciclo olímpico Tokyo2020; Zamora-Solé et al., 2022); y (d) transiciones no predecibles y holísticas (e.g., el confinamiento por COVID-19; Pons et al., 2020). En base a esta clasificación, la salida del armario podemos situarla como una transición predecible y que acaba siendo holística, cuando el deportista hace visible su orientación sexual en todos sus entornos.

La salida del armario puede ser descrita como una parte del proceso del desarrollo de la identidad sexual (Hall et al. 2021). En cuanto a estudios centrados en deportistas, pocos han abordado este proceso desde que el deportista es consciente de su orientación sexual (Vilanova et al. 2020). Estas autoras utilizaron como referencia el modelo de Troiden (1989) sobre la formación de las identidades sexuales, que propone las siguientes fases: sensibilización, confusión, asunción y compromiso. Este modelo, así como otros (Coleman, 1982), se focalizan en entender esta transición en base a un calendario y una secuencia típica de eventos. Sin embargo, las críticas a estos modelos por presuponer un único camino de salida del armario llevaron a poner el foco sobre la diversidad de fases y trayectorias que experimentan las personas a medida que desarrollan su identidad sexual. De acuerdo una revisión sistemática sobre las fases que pueden experimentar las personas en el proceso de salir del armario (Hall et al. 2021), algunas de las más comunes son la conciencia inicial, la atracción sexual, la auto-identificación, la actividad sexual, y, en ocasiones, la relación romántica y el cuestionamiento de la propia orientación sexual.

Esta concepción gradual de fases remite nuevamente a la concepción holística del deportista. Además, siguiendo el Modelo Holístico de Carrera Deportiva (Wylleman, 2019), las transiciones pueden darse en diferentes ámbitos de la vida, por lo que el desarrollo deportivo se complementa con otros niveles, como el psicológico, el psicosocial, el académico-profesional, el financiero y el legal. Estos niveles se influyen mutuamente de diversas maneras, y los cambios en uno conducen inevitablemente a cambios en los demás. El trabajo de Floyd & Bakeman (2006) sirve como ejemplo, pues mostró las diferencias entre visibilizar una orientación sexual no heterosexual en la adolescencia, cursando educación secundaria obligatoria, bajo la autoridad de los padres, en contraste a la edad adulta, con independencia económica, mayor círculo social y estudios más avanzados. También, se pueden dar conflictos entre los diversos niveles. Por ejemplo, algunos deportistas pueden asignar su orientación sexual con debilidad, viéndola incompatible con el deporte (Vilanova et al., 2020).

Más allá de la lógica transicional del individuo, es fundamental comprender el entorno en el que se desarrolla la carrera del deportista. El Modelo Ecológico de Bronfenbrenner (1979) propone un esquema anidado de estructuras concéntricas, cada una contenida dentro de la próxima. Estas estructuras representan entornos con distintos niveles de proximidad hacia la persona, que se encuentra en el centro

rodeada por sistemas que van desde el micro, con los entornos inmediatos, hasta el macro, donde se encuentran aspectos como la cultura y las creencias de la sociedad en que habitamos. El Modelo Ecológico ha inspirado revisiones en el ámbito deportivo (Henriksen et al., 2020; Mejías et al., 2021), o incluso haciendo énfasis sobre la experiencia de los deportistas LGTBQIA+ (Cunningham, 2012). Esta última propuesta sugiere una serie de factores relacionados con la transición de salida del armario como la identidad de género (sistema micro), el apoyo del grupo (sistema meso) y la cultura (sistema macro).

En cuanto al sistema macro, todas las culturas establecen sistemas de creencias sobre el género y las orientaciones sexuales que se reflejan en los estereotipos y prejuicios sobre el colectivo LGTBQIA+ (Kite & Whitley, 2016). La cultura deportiva reafirma estas creencias, reproduciendo los principios de la heteronormatividad y la masculinidad hegemónica (i.e., jerarquización de las múltiples masculinidades, colocando a los hombres con orientaciones sexuales no heterosexuales en la parte inferior; Connell, 1995; Pérez-Enseñat & Moya-Mata, 2020). La heteronormatividad, como principio regulador social, define la heterosexualidad como aquello natural, en contraposición a otras orientaciones sexuales, como la homosexualidad o bisexualidad, entendidas como aquello desviado de la norma (Braumüller & Schlunski, 2022). Estas condiciones conducen a la discriminación de las minorías sexuales masculinas tanto en la sociedad como en el contexto deportivo (Hortigüela-Alcala et al., 2022; Ramírez-Díaz & Cabeza-Ruiz, 2020).

En Europa, se han registrado avances en la lucha por la igualdad, con una disminución de la discriminación contra las personas LGTBQIA+ del 42% en 2019 al 36% en 2023 (European Union Agency for Fundamental Rights, 2024). Sin embargo, la violencia y el acoso han aumentado, afectando al 14% de personas LGTBQIA+ en los últimos cinco años, lo que evidencia que la igualdad sigue siendo frágil. En España, la creación de nuevas leyes, como la prohibición de las "prácticas de conversión", ha contribuido a que el país ocupe el tercer puesto en el Índice Arco Iris, que evalúa la situación legal y política de las personas LGTBQIA+ en Europa (ILGA-Europe, 2023). También se ha avanzado en la creación de leyes que promueven la tolerancia y la igualdad en el deporte (Moscoso-Sánchez & Piedra, 2019), en línea con algunos países occidentales donde parece haber un cambio hacia sociedades más respetuosas ante la diversidad sexual.

En este sentido, algunos estudios realizados en el contexto deportivo español han expuesto resultados de bajo o medio rechazo utilizando la Escala de Actitudes hacia la Diversidad Sexual en el Deporte (Ramírez-Díaz & Cabeza-Ruiz, 2020; Vélez & Piedra, 2020). Este resultado es coherente con los hallazgos de otro estudio (Piedra et al., 2017), según el cual la tolerancia y la inclusividad no están profundamente arraigadas en la sociedad española, y aún prevalece una etapa de pseudo-inclusión. Algunas de las barreras señaladas con mayor frecuencia por los deportistas LGTBQIA+ son la falta de confianza a nivel intrapersonal o

la falta de sensibilidad por parte de los profesionales de la actividad física y el deporte, entre otras (Gil-Quintana et al., 2022).

A pesar de la evolución relativa, las minorías sexuales masculinas siguen siendo conscientes del estigma sexual que la sociedad puede mantener hacia ellos, considerando de manera negativa el hecho de no ser heterosexuales (Kite & Whitley, 2016) y son los sistemas meso y micro los que pueden hacer que el proceso de compartir su orientación sexual sea más o menos difícil. Por ejemplo, en el ámbito familiar, Dueñas et al. (2023) indicaron que los jóvenes que salieron del armario tenían menor estrés percibido, pero que aquellos con ambientes familiares hostiles decidieron no visibilizar su orientación sexual. También hay trabajos que sugieren que compartir la orientación sexual en el entorno familiar puede ayudar a hacerlo en el entorno deportivo (Pistella et al. 2019), pues este último es considerado como el más difícil para salir del armario (Moscoso-Sánchez y Piedra, 2019). En el ámbito deportivo, el entorno también puede influir en la experiencia del colectivo LGTBQIA+. Por ejemplo, Piedra et al. (2014) muestran que mientras algunos profesores de educación física valoran positivamente la visibilización de la homosexualidad, otros no consideran que sea importante, y, algunos, siguen manteniendo una visión estereotipada de las personas homosexuales.

Varios estudios han reportado que los deportistas pertenecientes a las minorías sexuales pueden sentir miedo a visibilizar su orientación sexual en sus entornos deportivos, llegando a mantener en secreto (Mullin et al., 2018; Ramírez-Díaz & Cabeza-Ruiz, 2020; White et al., 2021). También pueden relegar esta transición hasta el final de su trayectoria deportiva (Vilanova 2020), similarmente a lo que puede ocurrir con otras transiciones, como la maternidad (Ferrer et al., 2022), o incluso compensar adoptando una identidad hipermasculina para sentirse seguros (Hortigüela-Alcala et al., 2022; Vilanova et al., 2020; Vilanova et al., 2022; White et al., 2021). Ocultar una parte de la identidad, como la propia orientación sexual, en pro de la auto-protección, puede tener consecuencias negativas (Kite & Whitley, 2016). Trabajos empíricos (Mullin et al., 2018; Vilanova et al., 2020; White et al., 2021) y revisiones (Rovira-Font & Vilanova-Soler, 2022) han expuesto cómo los deportistas pertenecientes a minorías sexuales masculinas pueden sufrir problemas de salud mental.

Una vez salen del armario, algunos estudios han reflejado que puede darse una respuesta negativa por parte del entorno deportivo (Denison et al., 2021; White et al., 2021). No obstante, a nivel de vivencias del individuo hay experiencias positivas, donde los deportistas expresan una mejora del estado psicológico y de la confianza con el equipo post-salida del armario (Anderson, 2011; Mullin et al., 2018; Vilanova et al., 2020; White et al., 2021). Este hecho se asemeja a otros procesos de mejora post-transición como la maternidad o la migración deportiva (Ferrer et al., 2022; Prato et al., 2021).

El objetivo de este estudio es explorar la transición de salida del armario, centrándonos en deportistas masculinos

pertenecientes a minorías sexuales en el contexto español. Para ello, nos situamos en una perspectiva realista crítica, con la intención de reconocer, no únicamente las experiencias de los deportistas, sino también los elementos estructurales que puedan estar presentes en esta transición. Este estudio permitirá ganar conocimiento sobre esta transición, la cual ha sido poco estudiada en el contexto español (Dueñas et al. 2023). Además, aunque la investigación sobre los deportistas LGTBQIA+ en la actualidad se haya normalizado, aún se da una infrarrepresentación de esta temática en el campo de la actividad física y el deporte (Gil-Quintana et al., 2022; Kavoura & Kokkonen, 2021) y en el estudio de la carrera deportiva y transiciones (Stambulova et al., 2021).

Método

En este trabajo se desarrolla una investigación cualitativa desde la perspectiva del realismo crítico. Esta perspectiva suscribe la existencia de una realidad externa que puede ser evaluada y estudiada, pero nunca totalmente comprendida debido a la existencia de factores inaccesibles, entendiendo la experiencia como continua e inseparable del ámbito sociocultural (Poucher et al., 2021). El realismo crítico se basa en la concepción de la realidad de Bhaskar (1989), pretendiendo ir más allá del nivel superficial de los datos empíricos, para identificar los procesos o estructuras subyacentes que producen los fenómenos estudiados. Así, tratamos de explorar sobre cómo viven la salida del armario los deportistas pertenecientes a minorías sexuales conectando sus experiencias con las teorías y conceptos explicativos utilizados en la literatura sobre los deportistas LGTBQIA+.

Participantes

Se realizó un muestreo por conveniencia y participaron de manera voluntaria seis deportistas de minorías sexuales masculinas. La Tabla 1 resume las características de los participantes. Para favorecer la confidencialidad de las personas participantes se utilizaron pseudónimos. Los criterios de inclusión fueron los siguientes: (a) deportistas masculinos; (b) pertenecientes a una minoría sexual; (c) que hubieran salido del armario con sus compañeros de equipo o club; y (d) lo hubieran realizado en el contexto español.

Tabla 1.
Características de los participantes

Participante	Orientación sexual	Deporte salida armario	Categoría/nivel competitivo salida armario	Edad actual	Edad salida armario en el deporte (año)
Hugo	Homosexual	Rugby	Universidad	25	22 (2018)
Lucas	Homosexual	Rugby	2do nivel regional	34	29 (2014)
Martín	Homosexual	Rugby	1er nivel regional	37	30 (2015)
Alberto	Homosexual	Fútbol	4to nivel regional	38	18 (2003)
Bruno	Homosexual	Triatlón	Amateur	40	30 (2012)
Marcos	Bisexual	Baloncesto	1er nivel regional	28	25 (2019)

Instrumentos

La recogida de datos se realizó mediante entrevistas se-

miestructuradas con el objetivo de posibilitar una descripción detallada de las vivencias de las personas participantes de forma retrospectiva. Se escogió este tipo de entrevista porque permite a los participantes revelar mucho más sobre los significados que atribuyen a sus experiencias, proporcionando un conocimiento más profundo de lo que podría extraerse de una entrevista estructurada (Sparkes & Smith, 2013). Como también destacan estos autores, en la entrevista semiestructurada el investigador utiliza una guía previamente planificada para dirigir la interacción y se basa principalmente en preguntas abiertas, sin necesidad de formularlas de la misma manera o forma a cada participante.

El guion se elaboró partiendo de la revisión de la literatura sobre la temática de este estudio e integrando temas clave de modelos referentes en el estudio de transiciones, tales como el desarrollo holístico del deportista (Wylleman, 2019) y la perspectiva ecológica (Henriksen et al., 2020; Mejías et al., 2021), siendo uno de ellos específico sobre la experiencia del colectivo LGBTQIA+ en el deporte (Cunningham, 2012). Se exploraron los siguientes ejes temáticos en relación con la vivencia de salir del armario: (a) trayectoria deportiva; (b) vivencia de su orientación sexual; (c) salida del armario en el entorno deportivo y otros entornos; y (d) salir del armario y la cultura, normas y estereotipos.

Procedimiento

Se contactó con los participantes por vía telefónica y se les explicó el objetivo del estudio. Aquellos que mostraron su interés en participar, firmaron el consentimiento antes de iniciar su participación. Posteriormente, se realizaron las entrevistas de manera presencial o virtual, con una duración de entre 42 y 70 minutos. Todas ellas fueron grabadas en audio y transcritas *verbatim*. Todo el procedimiento se realizó siguiendo las bases de la Comisión de Ética de la Universidad Autónoma de Barcelona (referencia 4996).

Análisis de los datos

Se realizó un análisis temático desde la perspectiva del realismo crítico (Wiltshire & Ronkainen, 2021), siguiendo otras investigaciones que lo han utilizado para explorar la experiencia de colectivos vulnerados en el deporte (Borrueco et al., 2023). El primer autor leyó activamente las transcripciones de la entrevista varias veces para familiarizarse con los datos. A partir de aquí, se desarrollaron los

tres tipos de temas que proponen Wiltshire y Ronkainen (2021). Primero, se anotaron los temas experienciales de la primera transcripción analizada. Es decir, los puntos de vista subjetivos de los participantes, como intenciones o creencias. Este proceso se repitió para cada transcripción, comprobando deductivamente si los temas también aparecían en las transcripciones anteriores. A partir de los temas experienciales se desarrollaron los temas inferenciales, que son re descripciones conceptuales que ofrecen explicaciones plausibles de las experiencias de los deportistas pertenecientes a las minorías sexuales. Se realizó mediante la combinación de pensamiento inductivo (i.e., pasar a una afirmación tentativa sobre la población) y abductivo (i.e., re descripción conceptual de los datos empíricos). Por último, se teorizó sobre los poderes y elementos estructurales que pueden influir en la transición estudiada, por lo que se desarrollaron los temas disposicionales. Durante este proceso, los demás autores estuvieron implicados en el proceso de análisis en forma de amigos críticos, ayudando a mejorar el rigor de esta investigación. El papel de los amigos críticos no fue acordar ni alcanzar consenso, sino desafiar y entablar un diálogo sobre las posibilidades interpretativas, mientras se construía un argumento coherente y teóricamente sólido (Smith & McGannon, 2018).

Resultados

La salida del armario fue explicada por los participantes como un proceso de dentro hacia fuera. Este proceso implicó salir del armario en múltiples ocasiones, primero con ellos mismos, y posteriormente en distintos entornos, como el entorno cercano y el entorno deportivo. Para un mejor seguimiento de los temas desarrollados en el análisis temático se han diferenciado los temas experienciales (*E*), inferenciales (*I*) y disposicionales (*D*) tanto en el texto como en las tablas.

Salir del armario con uno mismo

La primera fase que mencionaron los participantes fue un proceso de identificación y aceptación de uno mismo que representa una salida del armario con ellos mismos. Los temas resultantes del análisis temático de este apartado pueden consultarse en la Tabla 2.

Tabla 2.

Salir del armario con uno mismo: citas de los participantes y temas experienciales, inferenciales y disposicionales

Citas de los participantes	Tema		
	Experiencial (E)	Inferencial (I)	Disposicional (D)
"Mirando hacia atrás, creo que he sido consciente toda mi vida." (Marcos)	Ser consciente	Proceso auto-categorización	El autoconcepto y las identidades sociales
"Pues con unos 14 años, empecé a tener mi primera experiencia y empecé a explorar." (Alberto)	Explorar y descubrir en la adolescencia	Formación identidad positiva	
"Bueno, en esa época (pre-adolescencia) no lo vivía de forma abierta con nadie, ni conmigo mismo. Más tarde, sí que llegué a aceptarme." (Hugo)	Aceptarse		
"Yo salí del armario oficialmente justo después acabar la selectividad. Era un poco el momento, de cuando ya nos vemos en la universidad. Entonces de alguna forma, yo sentía la necesidad." (Martín)	Necesidad de salir	Mostrar identidad	Heteronormatividad

Los participantes explicaron que fueron conscientes de su orientación sexual desde una temprana edad (*E*), aunque esta consciencia no condujo a una aceptación automática de ellos mismos: “¿En qué momento soy consciente? Siempre. ¿En qué momento lo acepto? A los 25 años.” (Marcos). De hecho, los participantes relataron cómo pasaron por un proceso de exploración y descubrimiento de ellos mismos (*E*), donde en algunos casos, lo vivieron de forma difícil, ya que aparecieron sentimientos de rechazo: “Ya con 14-15 años... supongo que te empiezas a plantear más cosas y te das cuenta de que... no es lo estándar lo que tienes tú.” (Martín). Estas vivencias relatadas por los participantes reflejan que las minorías sexuales masculinas pasan por un proceso de auto-categorización (*I*) como miembros del colectivo LGTBQA+ desde el momento que empiezan a ser conscientes de su orientación sexual.

En la mayoría de los casos, este proceso culminó en la adolescencia, cuando aceptaron su orientación sexual (*E*), viéndolo como algo que forma parte de ellos mismos: “Era una cosa que siempre rechacé durante bastante tiempo. Más tarde, sí que asumí que no era una cosa que pudiera cambiar.” (Lucas). De esta manera, al proceso de autocategorización le sigue la formación de una identidad positiva sobre ellos mismos (*I*): “Porque el ser tú, tú mismo... eso es importante, porque es tu identidad... y es tu manera de ser.”

(Bruno). Estos procesos mencionados son dependientes de la existencia del autoconcepto en cada persona y la motivación para desarrollar identidades sociales positivas (*D*) que nos diferencien de los demás.

Una vez las minorías sexuales masculinas desarrollan una identidad positiva, surge el sentimiento de querer compartir con sus entornos esta parte de su identidad que consideran importante (*I*). Esto se ve reflejado en las experiencias de los participantes, que lo expresaron como una necesidad (*E*), incluso con sentimientos de estar mintiendo si no lo decían: “Era una mentira tras de otra en tres días y era como...no puede ser...no quiero mentir más a mi madre.” (Alberto). Esta necesidad de desmentir que son heterosexuales puede ser explicada por la heteronormatividad (*D*) presente en la sociedad y en el deporte, donde, a menos que no se exprese explícitamente, se asume que toda persona es heterosexual.

Salir del armario en el entorno cercano

Después de salir del armario con ellos mismos, la mayoría de los participantes salieron del armario en el entorno cercano, con familia y amigos. Los temas resultantes del análisis temático de este apartado pueden consultarse en la Tabla 3.

Tabla 3.

Salir del armario en el entorno cercano: citas de los participantes y temas experienciales, inferenciales y disposicionales

Citas de los participantes	Tema		
	Experiencial (E)	Inferencial (I)	Disposicional (D)
“Mi madre siempre decía que un hombre puede ser lo que quiera en la cama, pero que tiene que ser masculino. Y eso claro, me generaba un poquito de drama mental.” (Hugo)	Comentarios entorno	Presencia prejuicio sexual	Conciencia e interiorización del estigma sexual
“Yo creo que salir del armario siempre va mejor porque, al final, puede ser tú, de forma desacomplejada.” (Martín)	Liberación	Reducción adhesión a estereotipos orientación sexual	
“En mi familia, tengo un montón de referentes. Entonces, quiero decir, no era ningún drama.” (Hugo)	Reacción entorno positiva	Ausencia / Presencia discriminación	Creencias y estereotipos sobre el género y las orientaciones sexuales
“Por parte de mi madre, había un rechazo, de bueno...un par de días y luego pues se volvió a comunicarme conmigo. Con mi padre, ha sido bastante más caótico” (Bruno)	Reacción entorno negativa		
“Haber nacido en un país donde los derechos se cumplen bastante...hemos tenido esa suerte de nacer en España.” (Alberto)	Salir del armario en España	Entorno cultural abierto	
“Yo creo que socialmente también hemos avanzado sinceramente.” (Martín)	Momento actual		

El primer paso para salir del armario en el entorno cercano por parte de las minorías sexuales masculinas es fijarse en la presencia o ausencia de prejuicios sexuales (*I*). Este primer paso puede ser explicado por la conciencia e interiorización del estigma sexual (*D*), que ayuda a entender por qué las minorías sexuales masculinas pueden sentirse desvalorizadas por no asumir la orientación sexual predominante, la heterosexual, y, por lo tanto, pensar que el entorno cercano puede tener una reacción negativa una vez visibilicen su orientación sexual. Esto se muestra en las palabras de los participantes, que explicaron cómo se fijaban en comentarios (*E*) que hacían personas de su entorno para ver si era seguro compartir su orientación sexual. De hecho, la ausencia de pistas sobre cuál sería la

reacción les generó incertidumbre: “Mis padres... no sabía cómo iban a reaccionar, nunca hubo ejemplos para dejarme claro que estaría bien. Entonces, eso a mí me generó muchísima incertidumbre... iba bastante cagado.” (Lucas).

Tras visibilizar su orientación en el entorno cercano, los participantes lo vivieron de forma positiva, llegando algunos a sentirlo como una liberación (*E*). Por ejemplo, Alberto comentó: “Para mí, fue mucho más positivo el hecho de liberarte tú y liberar también a amigos... que empiezan a bromear con cosas, que a lo mejor antes no ocurrían.”. Estos sentimientos reflejan que se quitaron de encima el peso del estigma sexual, y, por lo tanto, se redujo su propia adhesión a los estereotipos asociados a su orientación sexual (*I*) y el miedo a las posibles consecuencias negativas del entorno.

En cuanto a las reacciones de los entornos cercanos, las creencias y estereotipos sobre el género y las orientaciones sexuales (*D*) pueden explicar la presencia o ausencia de discriminación (*I*) en cada uno de estos. Así, la mayoría de los participantes recibieron reacciones positivas (*E*), y explicaban que les aceptaron: “Tuve la suerte de crecer en una familia que es abierta, en el sentido de que es liberal y que acepta la diversidad.” (Martín). Sin embargo, en algún caso, los participantes experimentaron rechazo (*E*), donde este entorno les atribuyó rasgos como debilidad o baja competitividad por el hecho de pertenecer a una minoría sexual: “Pensaron que, al ser gay, pues mi vida sería un fracaso y que siempre estaría en riesgo.” (Bruno). También, se informaron casos de aceptación preventiva por miedo a la reacción del entorno menos inmediato: “Entonces, mi familia, es como... yo te quiero... pero no enseñes demasiado. Porque yo te quiero, pero los demás, a lo mejor no te quieren si tienes pluma.” (Marcos).

Las creencias sobre el género y las orientaciones sexuales presentes en el contexto más amplio donde se encontra-

ban los entornos cercanos también influyen en cómo las minorías sexuales masculinas viven el compartir su orientación sexual. En este caso, España es percibido como un entorno cultural abierto (*I*). La mayoría de los participantes consideraron un privilegio salir del armario en este país (*E*) y algunos participantes relataron que hubiera sido diferente salir del armario en otro: “Está muy abierto en relación con otros países que quizás podrían ser desarrollados y tal, como podría ser Alemania o Italia, lo tienen mucho más chungo realmente.” (Martín). Además, creen que la situación está mejor respecto años atrás (*E*). Por ejemplo, Hugo explica: “Estamos aquí, pero hemos estado en otra parte... y al final se va viendo cómo va mejorando, sin duda, año tras año. Yo creo que somos muy afortunados de estar en el momento en el que estamos.”.

Salir del armario en el entorno deportivo

Por último, los participantes salieron del armario en el entorno deportivo. Los temas resultantes del análisis temático de este apartado pueden consultarse en la Tabla 4.

Tabla 4.

Salir del armario en el deporte: citas de los participantes y temas experienciales, inferenciales y disposicionales

Citas de los participantes	Tema		
	Experiencial (E)	Inferencial (I)	Disposicional (D)
“El deporte, como hombres homosexuales, desde siempre se nos ha educado como que no es para nosotros.” (Hugo)	Pertenecer a una minoría sexual y ser deportista	Gestión de varias identidades	El autoconcepto y las identidades sociales
“Rápidamente me di cuenta... estos chicos son buenos, amables... Yo no tengo riesgo y me sentí cómodo.” (Bruno)	Sentirse seguro	Reacción emocional ante los prejuicios sexuales	Conciencia e interiorización del estigma sexual
“Prefiero dar espacio para que la gente se sienta cómoda, porque me importa que no me vayan a fustigar por mi orientación.” (Bruno)	Miedo		
“Los del equipo dijeron que, si era feliz, que ‘palante’. Les dio igual.” (Marcos)	Reacción positiva	Apoyo diversidad	Creencias y estereotipos sobre el género y las orientaciones sexuales
“Uno de ellos, que había tenido actitudes más machistas... me mandó un audio diciendo que, si alguien tenía algún problema, le pegaría un puñetazo.” (Lucas)	Discriminación positiva	Prejuicios benevolentes	
“Ahora empieza a haber un poco más de libertad, pero aún sigue siendo complicado. En chicos sigue siendo tabú” (Alberto)	Deporte contexto difícil	Contexto deportivo masculino amenazante	El deporte como reproductor de la masculinidad hegemónica y la heteronormatividad
“Creo que es más difícil salir del armario jugando al fútbol porque se presupone que es un deporte masculino.” (Marcos)	Dificultad en deportes masculino		

En la salida del armario en este entorno las minorías sexuales masculinas deben de hacer frente a varios desafíos. Uno de ellos se refiere a que deben gestionar varias identidades sociales (*I*) que forman parte de su autoconcepto y son importantes para ellos (*D*), como pertenecer a una minoría sexual y ser deportista (*E*). Mientras que algunos de los participantes lo percibieron como dos aspectos importantes sobre sí mismos, y que podían convivir sin conflicto, otros lo vivieron como algo incompatible: “Yo creo que, siendo ya abiertamente homosexual, pues... no sé si es que el deporte y la homosexualidad se vive de una forma distinta, de pensar que no es para ti.” (Hugo).

Aunque la mayoría de los participantes recibieron una reacción positiva en el entorno cercano, desconocían cuál iba a ser la reacción del entorno deportivo. Por ello, de nuevo, la conciencia e interiorización del estigma sexual (*D*) vuelve a poner en alerta a los deportistas pertenecientes a las minorías sexuales antes de visibilizar su orientación sexual y explica que puedan tener diversas reacciones emocionales ante la presencia o ausencia de prejuicios sexuales

(*I*). En este sentido, los participantes mencionaban que se sentían más seguros (*E*) para compartir su orientación sexual si percibían pocos prejuicios sexuales en el entorno. Por ejemplo, según relataron los participantes, si el club era abierto o percibían a sus integrantes como buenas personas: “Yo creo que estaba rodeado de gente muy guay, multicultural. (...) Las personas del equipo, eran buenas y te iban a aceptar.” (Marcos). Sin embargo, tenían miedo (*E*), especialmente si lo percibían como un entorno hipermasculino, llegándolos a retener de compartir su orientación sexual con todo el equipo: “Yo empecé en el rugby y ya detecté que había bastante masculinidad tóxica. No iba a ser un espacio donde sacar la bandera.” (Lucas).

En la mayoría de los casos, estos temores iniciales no se materializaron y las reacciones del entorno deportivo fueron positivas (*E*), indicando que la existencia de valores de apoyo a la diversidad (*I*) en estos ambientes disminuyó los comportamientos discriminatorios: “No hubo ningún problema, ni tampoco me sentí mal en ningún momento. Al contrario, me hicieron sentir súper incluido.” (Martín). No

obstante, aun con estos entornos inclusivos que encontraron los participantes, las creencias y estereotipos sobre el género y las orientaciones sexuales (*D*) se manifestaron en forma de prejuicios benevolentes (*I*). Cómo explican los participantes, aunque no lo percibieron de forma negativa, sí que sintieron una discriminación positiva (*E*). Por ejemplo, Martín comenta: “Era como... nadie se mete con Martín porque Martín tal. O sea, en sentido positivo, era el gay del equipo y era como... ¡uau!” (Martín).

En cuanto al contexto deportivo en general, la mayoría de los participantes expresaron que es un entorno difícil para ser una minoría sexual (*E*): “Creo que había un patinador, que cuando fue las Olimpiadas, dijo: ‘Tenéis que ocultarlo para que no se note’ y ese podría ser como el lema del deporte y la homosexualidad en España.” (Hugo). Además, lo percibieron especialmente en los deportes considerados masculinos (*E*): “Todos los deportes que implican esa imagen ruda, de machorro, de contacto... vas a tener, en mi opinión, más resistencia.” (Lucas). Así, las minorías sexuales masculinas perciben el contexto deportivo masculino como amenazante (*I*), que sigue reproduciendo los principios de la heteronormatividad y la masculinidad hegemónica (*D*).

Discusión

La transición de salida del armario es un proceso que las minorías sexuales masculinas viven de adentro hacia afuera, asemejándose a una matrioshka, con distintas capas o piezas que van añadiéndose a la más pequeña. La figura más pequeña simboliza la autoaceptación, pero también la incertidumbre sobre cómo serán una vez se añadan las demás piezas. Una vez se forma la primera matrioshka, las minorías sexuales sienten la necesidad de expresar esta parte vital de su identidad. Con cada revelación de su orientación sexual en sus diferentes entornos, se agregan matrioshkas más grandes, que fortalecen la aceptación personal inicial y aportan nuevos aprendizajes, como el hecho de que pueden tener una orientación sexual no heterosexual y ser deportistas.

La semilla que inicia el proceso de construcción de la matrioshka es la consciencia de la propia orientación sexual, que suele ser reportado por las minorías sexuales masculinas como aquello que primero se experimenta, convirtiéndose en un marcador inicial importante en el desarrollo de la sexualidad (Hall et al. 2021; Vilanova et al., 2022). A partir de aquí, las minorías sexuales masculinas inician un camino de autodescubrimiento, donde pueden tener dificultades para aceptarse, respaldando la idea de que la transición de salida del armario está ampliamente influenciada por las creencias y estereotipos sobre el género y las orientaciones sexuales presentes en la sociedad y el deporte (Coleman 1982, Troiden, 1989, Hall et al. 2021).

Una vez las minorías sexuales masculinas se reconocen como no heterosexuales, se empieza a formar la primera figura de la matrioshka, que representa la formación de una

identidad positiva en relación con su orientación sexual (Vilanova et al. 2020). Es en este punto que las minorías sexuales masculinas se empiezan a plantear visibilizar su orientación sexual. Considerando el desarrollo holístico del deportista (Wylleman, 2019), la formación de esta percepción positiva sobre ellos mismos sería un ejemplo de cómo cambios en el nivel psicológico conducen a cambios en los demás niveles, en este caso, la necesidad de compartir su orientación sexual en otros entornos (nivel deportivo, psicosocial).

No obstante, antes de compartir su orientación sexual en los diferentes entornos, la consciencia e interiorizaron del estigma sexual previene a las minorías sexuales masculinas de visibilizar su orientación sexual y media la decisión de salir del armario en un entorno u otro (Pistella et al.; 2019). En el caso de este estudio, los participantes no esperaban agresiones físicas en el entorno deportivo, pero sí lo percibían, en general, como amenazante, y tenían miedo a ser rechazados, tal como relatan otros estudios (Hortigüela-Alcala et al., 2022; Mullin et al., 2018; Ramírez-Díaz & Cabeza-Ruiz, 2020; Vilanova et al., 2020; Vilanova et al., 2022; White et al., 2021). Este miedo no es la única consecuencia del estigma sexual, también afecta a su identidad y autoconcepto, ya que las minorías sexuales masculinas pueden asignar su orientación sexual con debilidad, viéndolo incompatible con su identidad como deportistas (Vilanova et al., 2020).

La mayoría de los participantes salieron primero en el entorno cercano, donde no tenían tanto miedo en comparación con el entorno deportivo (Mullin, 2018; Vilanova et al., 2020). Aunque en algunos casos sí que se dieron las reacciones positivas esperadas, hecho que les ayudó a seguir formando una perspectiva positiva sobre ellos mismos (Vilanova et al., 2020) y ganar autoestima (Dueñas et al. 2023), alguno de los participantes recibió rechazo en este entorno por parte de la familia, llevándolos a experimentar malestar psicológico. No obstante, visibilizarse como minorías sexuales en este entorno supuso una liberación para todos los participantes.

Salir del armario en un entorno donde no tenían tanto miedo, más aún si la experiencia era positiva, podría haber ayudado a los participantes a añadir la última matrioshka y salir del armario en un entorno como el deportivo, donde se percibe el estigma sexual con mayor fuerza (Pistella et al., 2019). Nuevamente, y a pesar del miedo relatado, en general las experiencias de los participantes fueron positivas. Puede ser que los miedos previos de los deportistas no se correspondieran con la realidad de sus entornos y que estos fueran inclusivos. Esta reacción inesperadamente positiva se informa en estudios previos (Anderson, 2011; Vilanova et al., 2020) y se puede atribuir a que las expectativas tan pesimistas pueden haber llevado a los participantes a valorar sus experiencias de manera más positiva.

Otro planteamiento nos permite describir a los deportistas pertenecientes a minorías sexuales realizando un control de riesgos, considerando diversos factores antes de vi-

sibilizar su orientación sexual que les garantice una experiencia positiva. Por ejemplo, si se sienten incluidos en el grupo, pueden tener menor miedo al rechazo. De hecho, los participantes de Mullin et al. (2018) y Vilanova et al. (2020) salieron primero del armario con aquellos compañeros con los que tenían más confianza y en caso de percibir el entorno deportivo como hostil, pueden optar por no compartir su orientación sexual.

Aunque las experiencias de salida del armario en el entorno deportivo en el sistema meso y micro fueron positivas, el deporte y su cultura en el sistema macro sigue siendo percibido como hostil a la diversidad sexual. Las minorías sexuales masculinas sienten especialmente esta hostilidad en deportes considerados masculinos, donde las masculinidades que se desvían de la norma hegemónica aún son rechazadas. Esta visión general del deporte en el sistema macro podría prevenir a los deportistas de visibilizarse en los sistemas meso y micro, es decir, en sus entornos deportivos más próximos, pues desconocen si estos reproducirán o no el estigma y las creencias marcadas tan fuertemente en la cultura deportiva. Además, esta visión del deporte en el sistema macro contrasta con otros elementos de este sistema, como la cultura nacional, pues el país de residencia fue visto como positivo a la hora de realizar esta transición en comparación a otros países.

En cuanto a las posibles limitaciones de este estudio, el hecho de que la mayoría de las experiencias fueran positivas anticipa un posible sesgo en el acceso a la muestra, ya que es probable que aquellos deportistas pertenecientes a minorías sexuales con experiencias negativas hayan preferido no participar. Además, hemos entrevistado únicamente a deportistas que han declarado abiertamente su orientación sexual. Como comentábamos, una condición necesaria para revelar su orientación sexual es la percepción de un entorno seguro. En este punto, puede ser que la ausencia de percepciones o experiencias negativas pueda estar influenciada por el hecho de no haber consultado a aquellos que aún no han salido del armario, y que, por lo tanto, podrían haber percibido su entorno como hostil o inseguro. Esta circunstancia nos impide afirmar con certeza que el deporte sea un contexto seguro para esta transición.

Aplicaciones prácticas

Este estudio ha mostrado la importancia de que los entornos deportivos en los sistemas meso y micro, más próximos al deportista, sean percibidos como seguros para que las minorías sexuales visibilicen su orientación sexual. Por ello, es crucial que los elementos presentes en estos sistemas, como los clubs o compañeros de equipo, se rompa con los prejuicios y el estigma sexual tan profundamente arraigados en la cultura deportiva. Por ejemplo, fomentando ambientes seguros e inclusivos, mediante la concienciación y formación de entrenadores/as, deportistas y familias. Igualmente, también es necesario que se actúe so-

bre elementos del sistema macro en el deporte. Por ejemplo, que las autoridades locales y sistemas deportivos sigan promoviendo leyes que garanticen la inclusión de los deportistas pertenecientes a minorías sexuales masculinas y todo el colectivo LGTBQIA+. También, que se promuevan campañas desde los medios de comunicación deportivos para que la cultura deportiva se aleje de las narrativas derivadas de la masculinidad hegemónica y la heteronormatividad.

Futuras investigaciones

El predominio de experiencias positivas en este estudio podría deberse a que únicamente se entrevistó a deportistas que salieron del armario y que encontraron entornos deportivos seguros. Por ello, sería relevante conocer la experiencia de aquellos deportistas que no tuvieron esta seguridad, y que, por lo tanto, no hayan salido del armario o se hayan encontrado mayores dificultades en esta transición. Así, futuras investigaciones podrían abordar cómo crear estos entornos deportivos seguros, profundizando en las preocupaciones y necesidades que perciben los deportistas pertenecientes a minorías sexuales masculinas. También, futuras investigaciones pueden centrarse en cómo elementos del sistema macro en el ámbito deportivo (e.g., narrativas de los medios de comunicación deportivos) ayudan a seguir manteniendo y reproduciendo las creencias derivadas de la heteronormatividad y la masculinidad hegemónicas, cuyos efectos trascienden a los entornos deportivos y a los deportistas pertenecientes a las minorías sexuales. Igualmente, se extienden estas propuestas a la investigación sobre los deportistas pertenecientes a otros subgrupos del colectivo LGTBQIA+ no abordados en este estudio.

Conclusiones

La transición de salida del armario supone, primero, la formación de la *matrioshka* inicial a partir de la autoidentificación y el desarrollo de una identidad sexual positiva, afectada por sentimientos de duda derivados de la heteronormatividad. Posteriormente, otras *matrioshkas* se van añadiendo, cada vez que las minorías sexuales masculinas salen del armario en un entorno. El orden parece estar mediado por la conciencia e interiorización del estigma sexual, ya que evalúan la presencia de prejuicios sexuales en cada uno de los entornos. En general, los participantes salieron primero en aquellos entornos donde se sentían más seguros, como el entorno cercano. Contrariamente, el entorno deportivo es visto como amenazante, especialmente en deportes considerados masculinos. Además, puede aparecer un conflicto entre ser una minoría sexual y ser deportista. No obstante, los participantes valoraron sus experiencias en este entorno de forma positiva, por lo que puede ser que la discriminación que percibían en general del deporte, no se materializara, y salieran del armario en entornos deportivos inclusivos. También puede ser que las minorías sexuales se fijen suficientemente bien en diversos factores (e.g., clima del equipo, ambiente hipermasculino) para garantizar una

experiencia positiva.

Agradecimientos

Este trabajo se ha realizado, en parte, gracias al proyecto Entornos Saludables a lo largo de la Carrera Deportiva (HE-NAC; PID2022-138242OB-I00) y una beca FPI del primer autor vinculada a dicho proyecto (PREP2022-001064) del Ministerio de Ciencia e Innovación.

Referencias

- Anderson, E. (2011). Gay athletes, straight teams, and coming out in educationally based sport teams. *Gender & Society*, 25(2), 250-268. <https://doi.org/10.1177/0891243210396872>
- Arenas, D., Conti, J. V., & Mas, A. M. (2022). Estereotipos de género y tratamiento diferenciado entre chicos y chicas en la asignatura de educación física: una revisión narrativa. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (43), 342-351. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88685>
- Bhaskar, R. (1989). *A realist theory of science*. London: Routledge.
- Borrueco, M., Torregrossa, M., Pallarès, S., Vitali, F., & Ramis, Y. (2023). Women coaches at top level: Looking back through the maze. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 18(2), 327-338. <https://doi.org/10.1177/17479541221126614>
- Braumüller, B., & Schlunski, T. (2022). Theoretical perspectives and methodological approaches for studying LGBTQ experiences in sport. In Hartmann-Tews, I. (Eds.), *Sport, Identity and Inclusion in Europe* (1st ed., pp. 13-25). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003196761-3>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Harvard university press.
- Coleman, E. (1982). Developmental stages of the coming out process. *Journal of homosexuality*, 7(2-3), 31-43. https://doi.org/10.1300/j082v07n02_06
- Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Cunningham, G. (2012). A multilevel model for understanding the experiences of LGBT sport participants. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 6(1), 5-20. <https://doi.org/10.1179/ssa.2012.6.1.5>
- Denison, E., Bevan, N., & Jeanes, R. (2021). Reviewing evidence of LGBTQ+ discrimination and exclusion in sport. *Sport Management Review*, 24(3), 389-409. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.09.003>
- Dueñas, J. M., Morales-Vives, F., & Galea, N. (2023). Psychological issues among Spanish adolescents and young people when coming out of the closet to their families. *Psychological Reports*, 126(3), 1305-1321. <https://doi.org/10.1177/003329412111069518>
- European Union Agency for Fundamental Rights. (2024). *Fundamental rights report 2024*. https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2024-fundamental-rights-report-2024_en.pdf
- Ferrer, L., Stambulova, N., Borrueco, M., & Torregrossa, M. (2022). Maternidad en el tenis profesional: ¿es suficiente con cambiar la normativa? *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 47-61. <https://doi.org/10.6018/cpd.475621>
- Floyd, F. J., & Bakeman, R. (2006). Coming-out across the life course: Implications of age and historical context. *Archives of sexual behavior*, 35, 287-296. <https://doi.org/10.1007/s10508-006-9022-x>
- García-Solà, M., Ramis, Y., Borrueco, M., & Torregrossa, M. (2023). La carrera dual en deporte practicado por mujeres: una revisión de alcance. *Apunts. Educación física y deportes*, 4(154), 16-33. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/4\).154.02](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/4).154.02)
- <https://doi.org/10.4324/9781003196761-13>
- Gil-Quintana, J., Sáenz-Macana, A. M., Úbeda-Colomer, J., & Pereira-García, S. (2022). LGBTQ People in physical activity and sport in Spain: Research, sport policy, and inclusion. In Hartmann-Tews, I. (Eds.), *Sport, Identity and Inclusion in Europe* (1st ed., pp. 128-139). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003196761-13>
- Hall, W. J., Dawes, H. C., & Plocek, N. (2021). Sexual orientation identity development milestones among lesbian, gay, bisexual, and queer people: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in psychology*, 12, 753954. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.753954>
- Hartmann-Tews, I., Menzel, T., & Braumüller, B. (2022). Experiences of LGBTQ individuals in sport in Europe: The impact of societal, organisational, and individual factors. In Hartmann-Tews, I. (Eds.), *Sport, Identity and Inclusion in Europe* (1st ed., pp. 26-41). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003196761-4>
- Henriksen, K., Storm, L. K., Kuettel, A., Linnér, L., & Stambulova, N. (2020). Holistic ecological approach to sport and study: The case of an athlete friendly university in Denmark. *Psychology of Sport and Exercise*, 47. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101637>
- Hortigüela-Alcala, D., Chiva-Bartoll, O., Hernando-Garrijo, A., & Sánchez-Miguel, P. A. (2022). Everything is more difficult when you are different: analysis of the experiences of homosexual students in Physical Education. *Sport, Education and Society*, 1-14. <https://doi.org/10.1080/13573322.2022.2074385>
- ILGA-Europe. (2023). *Rainbow Europe map and index 2023*. <https://www.ilga-europe.org/report/rainbow-europe-2023/>
- Kavoura, A., & Kokkonen, M. (2021). What do we know about the sporting experiences of gender and sexual minority athletes and coaches? A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 1-27. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1723123>

- Kite, M. E., & Whitley, B. E. (2016). *Psychology of prejudice and discrimination*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315623849>
- Martos-García, D., García-Puchades, W., Soler, S., & Vilanova, A. (2023). From the via Crucis to paradise. The experiences of women football players in Spain surrounding gender and homosexuality. *International Review for the Sociology of Sport*, 58(7), 1075-1091. <https://doi.org/10.1177/10126902231153349>
- Mejías, J., Torregrossa, M., Jordana, A., Pons, J., & Ramis, Y. (2021). Taxonomía de entornos desarrolladores de carrera dual en España [A Taxonomy of Dual Career Development Environments in Spain]. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 19–29. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1624>
- Moscoso-Sánchez, D., & Piedra, J. (2019). El colectivo LGTBI en el deporte como objeto de investigación sociológica. Estado de la cuestión. *RES. Revista Española de Sociología*, 28(3), 501-516. <https://doi.org/10.22325/fes/res.2019.14>
- Mullin, E. M., Leone, J. E., & Pottratz, S. (2018). Coming-out experiences of a gay male volleyball player. *The Sport Psychologist*, 32(3), 226-236. <https://doi.org/10.1123/tsp.2017-0040>
- Pérez-Enseñat, A., & Moya-Mata, I. (2020). Diversidad en la identidad y expresión de género en Educación Física: Una revisión de la literatura. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 818-823. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.54076>
- Piedra, J., García-Pérez, R., & Channon, A. G. (2017). Between homophobia and inclusivity: Tolerance towards sexual diversity in sport. *Sexuality & Culture*, 21(4), 1018–1039. <https://doi.org/10.1007/s12119-017-9434-x>
- Piedra, J., Macías, G. R., & Romero, A. L. (2014). Visibilizando lo invisible: creencias del profesorado de educación física sobre homofobia y masculinidades. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (25), 36-42. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i25.34472>
- Pistella, J., Caricato, V., & Baiocco, R. (2020). Coming out to siblings and parents in an Italian sample of lesbian women and gay men. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 2916-2929. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01597-0>
- Pons, J., Ramis, Y., Alcaraz S., Jordana, A., Borrueco, M., & Torregrossa, M. (2020) Where Did All the Sport Go? Negative Impact of COVID-19 Lockdown on Life-Spheres and Mental Health of Spanish Young Athletes. *Frontiers in Psychology*, 11, 611872. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.611872>
- Poucher, Z., Tamminen, K., Caron, J., & Sweet, S. (2020). Thinking through and designing qualitative research studies: A focused mapping review of 30 years of qualitative research in sport psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 163-186. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2019.1656276>
- Prato, L., Torregrossa, M., Ramis, Y., Alcaraz, S., & Smith, B. (2021). Assembling the sense of home in emigrant elite athletes: Cultural transitions, narrative and materiality. *Psychology of Sport and Exercise*, 55, 101959. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101959>
- Ramírez-Díaz, A., & Cabeza-Ruiz, R. (2020). Actitudes hacia la diversidad sexual en el deporte en estudiantes de educación secundaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 654-660. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77934>
- Rovira-Font, M. & Vilanova-Soler, A (2022). LGTBIQA+, Mental Health and the Sporting Context: A Systematic Review. *Apunts Educación Física y Deportes*, 147, 1-16. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/1\).147.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/1).147.01)
- Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The counseling psychologist*, 9(2), 2-18. <https://doi.org/10.1177/001100008100900202>
- Smith, B., & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International review of sport and exercise psychology*, 11(1), 101-121. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2017.1317357>
- Sparkes, A. C., & Smith, B. (2013). *Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203852187>
- Stambulova, N. B., Ryba, T. V., & Henriksen, K. (2021). Career development and transitions of athletes: The international society of sport psychology position stand revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 524-550. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836>
- Torregrossa, M. (2022). *Rethinking and Spreading Career Transition Research* [Conference , presentation]. 16th European Congress of Sport and Exercise Psychology, Padova, Italy.
- Torregrossa, M., Ramis, Y., Pallarés, S., Azócar, F., & Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of sport and exercise*, 21, 50-56. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.003>
- Troiden, R. (1989). The formation of homosexual identities. *Journal of Homosexuality* 17(1–2), 43–74. https://doi.org/10.1300/j082v17n01_02
- Vélez, L., & Piedra, J. (2020). Does sexuality play in the stadium? Climate of tolerance/ rejection towards sexual diversity among soccer players in Spain. *Soccer & Society*, 21(1), 29–38. <https://doi.org/10.1080/14660970.2018.1446002>
- Vieira, Y., Colere, J., & Souza, D. (2021). Facilitadores y barreras para la práctica deportiva de atletas con discapacidad. *Retos*, 41, 812-822. <https://doi.org/10.25115/psye.v9i3.1023>
- Vilanova, A., Mateu, P., Gil-Quintana, J., Hinojosa-Alcalde, I., & Hartmann-Tews, I. (2022). Facing hegemonic masculine structures: experiences of gay men

- studying physical activity and sport science in Spain. *Sport, Education and Society*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/13573322.2022.2103666>
- Vilanova, A., Soler, S., & Anderson, E. (2020). Examining the experiences of the first openly gay male team sport athlete in Spain. *International Review for the Sociology of Sport*, 55(1), 22-37. <https://doi.org/10.1177/1012690218780860>
- White, A. J., Magrath, R., & Emilio Morales, L. (2021). Gay male athletes' coming-out stories on Outsports.com. *International Review for the Sociology of Sport*, 56(7), 1017-1034. <https://doi.org/10.1177/1012690220969355>
- Wiltshire, G., & Ronkainen, N. (2021). A realist approach to thematic analysis: making sense of qualitative data through experiential, inferential and dispositional themes. *Journal of Critical Realism*, 20(2), 159-180. <https://doi.org/10.1080/14767430.2021.1894909>
- Wylleman, P. (2019). An organizational perspective on applied sport psychology in elite sport. *Psychology of Sport & Exercise*, 42, 89 - 99. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.008>
- Zamora-Solé, R., Alcaraz, S., Regüela, S., & Torregrossa, M. (2022). Experiences of Olympic hopefuls of the disruption of the Olympic cycle at Tokyo 2020. *Apunts Educación Física y Deportes*, 148, 1-9. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/2\).148.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/2).148.01)

Datos de los/as autores/as:

Victor Merino-Expósito
Miquel Torregrossa
Yago Ramis
Marta Borrueco

victor.merino@uab.cat
miquel.torregrossa@uab.cat
yago.ramis@uab.cat
marta.borrueco@uab.cat

Autor/a
Autor/a
Autor/a
Autor/a