

Opinión

Jonathan Martínez
Líbano



*Director del Magíster en Educación Emocional
y Convivencia Escolar UNAB.*

Los Therians: cuando las nuevas identidades desafían nuestra forma de entender la salud mental

En los últimos meses, la palabra therian comenzó a aparecer con frecuencia en redes sociales, medios digitales y conversaciones familiares. Se trata, principalmente, de adolescentes y jóvenes que expresan sentir una conexión profunda con un animal, describiendo esa experiencia como parte de su identidad. Para algunos adultos, el fenómeno genera desconcierto; para otros, preocupación. Sin embargo, antes de apresurarnos a juzgar o patologizar, vale la pena detenerse y observar qué está ocurriendo realmente.

Desde la salud mental, el primer punto clave es claro: identificarse como therian no es un diagnóstico psiquiátrico ni un trastorno o patología reconocida. No aparece en los manuales clínicos internacionales ni existe evidencia que permita considerarlo, por sí solo, un problema psicológico. Más bien, se trata de una expresión identitaria que emerge en un contexto cultural muy específico: una generación que construye su identidad en espacios digitales, donde las comunidades se forman alrededor de experiencias compartidas. La adolescencia siempre ha sido una etapa de exploración.

Cambian los grupos, los estilos, las formas de nombrarse y entenderse. Lo que hoy ocurre es que estas búsquedas se desarrollan públicamente y a gran velocidad gracias a las redes sociales. Allí, jóvenes que antes se habrían sentido extraños o aislados encuentran pertenencia y validación. En ese contexto, el fenómeno therian puede entenderse como una manera simbólica de expresar rasgos personales, emociones o formas de percibirse a sí mismos.

El desafío para padres, docentes y profesionales de la salud mental no es etiquetar rápidamente estas experiencias como algo "normal" o "anormal". La verdadera pregunta clínica es otra: ¿hay sufrimiento?, ¿existe deterioro en la vida cotidiana?, ¿la persona está dejando de funcionar en sus espacios habituales? Si no hay malestar significativo, la experiencia suele situarse más cerca de la exploración identitaria que de la psicopatología.

Paradójicamente, el mayor riesgo muchas veces no proviene de la identidad en sí, sino de la reacción social. La burla, el rechazo o la exposición pública pueden generar un daño emocional real, especialmente en adolescentes que ya atraviesan una etapa de alta sensibilidad social. En vez de respuestas alarmistas, la evidencia en salud mental sugiere algo más simple y efectivo: escuchar, comprender el contexto y mantener canales de diálogo abiertos. Este fenómeno también nos enfrenta a una pregunta más amplia.

¿Estamos preparados como sociedad para comprender nuevas formas de identidad que no encajan fácilmente en categorías tradicionales? Las generaciones jóvenes están creando lenguajes distintos para hablar de sí mismas, y eso puede incomodar a quienes crecieron en marcos culturales diferentes.

Tal vez el fenómeno therian no habla solamente de animales o identidades alternativas. Quizás refleja algo más profundo: la necesidad humana de pertenecer, de sentirse comprendido y de encontrar nuevas formas de expresar aquello que resulta difícil explicar con palabras convencionales. Más que apresurarnos a diagnosticar, quizás sea momento de escuchar.