



**Advocates
for Youth**

Rights. Respect. Responsibility.®

Advocates for Youth
2000 M Street NW, Suite 750
Washington, DC 20036
Phone: 202 419 3420
Fax: 202 419 1448
www.advocatesforyouth.org
www.youthresource.org



**Creo que tal vez sea transexual;
¿qué hago ahora?**



Un folleto creado por y para jóvenes transexuales



¿Qué significa ser transexual?

Las personas transexuales sienten que el sexo con el que nacieron, o que les asignaron en su nacimiento, no es adecuado para ellas. Las personas transexuales incluyen a personas que nacieron siendo mujeres y se identifican como hombres (de femenino a masculino) y personas que nacieron siendo hombres y se identifican como mujeres (de masculino a femenino).

Las personas transexuales también incluyen a personas que se identifican como "intergénero", de género neutro o agénero; personas que no se pueden identificar ni con el sexo femenino ni con el masculino. Las personas transexuales son aquellas que eligen hacer una transición por intervención médica al sexo que es apropiado para ellas.

Los travestis son personas a las que les gusta usar ropa del otro sexo pero que no se identifican como de otro sexo. Es posible que descubras que te identificas con una o más de estas definiciones de manera bastante acentuada o con ninguna de ellas en absoluto. Nadie tiene que apresurarse en auto catalogarse, ni ahora ni nunca, y algunas personas eligen diferentes rótulos que expresan con mayor claridad cómo se ven a ellas mismas.

¿Cómo sé si soy transexual?

Desde que tengo memoria, siempre sentí que era una chica.
Tasha, 19 años

Sé que soy transexual porque mi cerebro sabe que es femenino y mi cuerpo no lo refleja.
Lana, 26 años

Puedes sentir que estás más cómodo expresándote como una persona de un género distinto al género con el que naciste o que te asignaron al momento de nacer. Este género podría ser lo "opuesto" al género con el que naciste o que te asignaron, o podría ser ni masculino ni femenino, sino ¡alguno completamente distinto! Puedes sentirte sumamente incómodo(a) con las partes de tu cuerpo específicas del género. Por ejemplo: puedes tener senos y preferir no tenerlos.

O bien, podrías no sentirte incómodo(a) con partes de tu cuerpo específicas del género y, al mismo tiempo, sentir una gran necesidad de tener otras partes del cuerpo. Es posible que te sientas cómodo(a) relacionándote con personas que te ven de acuerdo al género con el que tú te ves. Simplemente puedes sentir que serías más verdaderamente tú mismo(a) en otro género. Las personas que son transexuales pueden sentir alguna o todas estas emociones.

¿Soy normal?

Desde que me identifiqué como variante de género, he encontrado a varias personas de mi edad que lo hicieron, así como muchos adultos y otras personas que respetan y aprecian a personas variantes de género. Puede que no sea 'normal' para muchas personas, pero es ciertamente saludable y está muy generalizado. Y a pesar de cómo esto se siente a veces, sé que no soy el único que se siente como yo me siento.

Mark, 18 años

Es normal para mí. No podía quedarme el resto de la vida viviendo en mi sexo biológico. He pasado por tiempos de depresión y tiempos difíciles y he examinado mi pasado; todos esos tiempos difíciles fueron causados por mi profunda necesidad de ser un hombre.

Riley, 22 años

Ser transexual es tan normal como estar vivo(a). A través de la historia, muchas personas han sentido que eran transexuales. Las personas transexuales están en todos lados. Son maestros, médicos, obreros de la construcción y meseros. Asisten a la universidad, tienen hijos y disfrutan sus profesiones. Es posible que interactúes con otras personas transexuales a diario y ¡no lo sepas! Ciertamente, ser transexual no es "típico" y es probable que encuentres mucha gente que no entienda o que se sienta incómoda o que incluso sea discriminatoria. Sin embargo tú eres completamente normal.

¿Cómo es ser joven y transexual?

Hasta que me gradué de la escuela secundaria, fue horrible. De ahí en adelante, ha sido fantástico ser vista como mujer dondequiera que voy.

Tasha, 20 años

Ser joven y transexual es igual que ser joven y cualquier otra cosa. La gente de nuestra edad nos acepta más fácilmente que los adultos, al igual que todos los otros chicos que son diferentes. Hacemos el mismo tipo de cosas que otros chicos hacen para divertirse, como hacer deportes, leer, escribir, tener citas románticas y escuchar música.

Mark, 18 años

La mayoría de las personas dudarán de tu criterio debido a tu edad. Es probable que sea necesario tener muchas más conversaciones para convencer a los 'adultos' que verdaderamente sabes quién eres.

Chris, 19 años

Algunas personas jóvenes que son transexuales sienten un gran alivio por haber descubierto cómo se sienten más cómodo(a)s al momento de expresarse. Otros jóvenes se sienten frustrado(a)s cuando son discriminado(a)s o porque aún no están preparado(a)s para hacer la transición.

Incluso otros jóvenes descubren que ser transexuales es sólo una parte de quiénes son y que generalmente piensan en todas las cosas en las que muchos jóvenes piensan; la escuela, las citas románticas, el trabajo y la familia. Hay muchas formas de ser joven y transexual, así como hay muchas formas de ser joven.

¿A quién debo contarle?

Primero me lo digo a mí misma, muchas veces. Sigo haciéndolo hasta que me aburro. Una vez que estoy aburrida, significa que mi mente ha aceptado por completo lo que le estoy diciendo. Luego, estaré lista para decírselo a los demás.

Lana, 26 años

Las personas tuvieron todo tipo de reacciones frente a mi declaración. Perdí a unos pocos amigos y muchas citas románticas, pero la mayoría de la gente realmente trató de comprender. No todos pueden entenderlo, pero con tiempo y respeto, las personas han aprendido a entender.

Mark, 18 años

La primera persona a la que le conté fue mi amiga de ese momento; se lo conté antes de que nos comprometiéramos más en la relación. También le conté a dos amigos cercanos, a mi hermana y luego a mis padres. Después de eso, me consideré libre y no me oculté nunca más.

Chris, 19 años

No hay obligación de contarle a nadie sobre tu identidad. Sin embargo, para muchas personas es muy importante compartir quiénes son con los demás, especialmente si planean hacer una transición pública. Si decides compartir tu identidad, primero cuéntaselo a personas con las que te sientas cómodo y que piensas que te van a entender. Éstas podrían incluir a un maestro de confianza, consejero, hermana(o), padre, madre, amigo(a) o personas de un grupo de jóvenes gais, lesbianas, bisexuales y transexuales (GLBT).

Algunas personas se quedan ahí y eligen hacer la transición en forma más plena en el futuro, pero otros jóvenes eligen empezar a vivir todo el tiempo con el género con el que se han identificado.

Si eliges hacer esto, es posible que necesites declararte como transexual con muchas personas distintas. Indudablemente, cuando pasas por este proceso, deberías buscar apoyo de un terapeuta, de un grupo de jóvenes, de amigos, de la familia y de otras personas.

¿Qué sucederá cuando me declare tal como soy?

Eso depende de tu familia. La mía es bastante tolerante conmigo y ahora, casi seis años después que me declaré tal como soy, generalmente me tratan como si hubiera nacido mujer.

Tasha, 19 años



Declararme como transexual fue la cosa más difícil que he hecho. A veces no puedo creer que lo haya hecho. Desde entonces, todo ha sucedido muy rápidamente. Depende de tu situación económica y de lo que quieras hacer. Poco tiempo después de declararme, comencé terapia y en ocho meses (de haberme declarado), comencé terapia con testosterona. Lo que importa es que hagas aquello para lo cual estés preparado y a un ritmo que te haga sentir cómodo.

Chris, 19 años

Algunas personas se sienten aliviadas y felices cuando declaran su sexualidad. Otras se sienten como si fueran arrojadas a la boca del león, con desafíos por parte de los padres, de los amigos y de la familia. Probablemente, experimentarás un poco de ambas cosas. Algunos jóvenes transexuales pueden enfrentar violencia en la escuela o en sus hogares.

Asegúrate de tener personas con quien hablar antes de declararte públicamente, sólo por este motivo. Cuando te declares, es posible que PFLAG (Padre, Familias y Amigos de Lesbianas y Gais) sea un recurso útil para ti. A fin de que sea más fácil declararte como transexual, rodéate de tanta información, conocimiento y apoyo como te sea posible.

¿Qué significa hacer la transición? ¿Debería hacerla?

Conozco a mucha gente que ha pasado por la transición médica y mucha que no lo ha hecho. Yo no lo he hecho ni pienso hacerlo. Las personas que realmente me importan tienden a aceptarme como soy, así que no siento la necesidad de hacerlo. Las personas que son más felices parecen simplemente hacer lo que creen correcto para ellas mismas.

Mark, 18 años

No puedo seguir viviendo dentro de este cuerpo de hombre. Mi femineidad ha sido reprimida por demasiado tiempo. Necesito liberarme de esta jaula.

Lana, 26 años

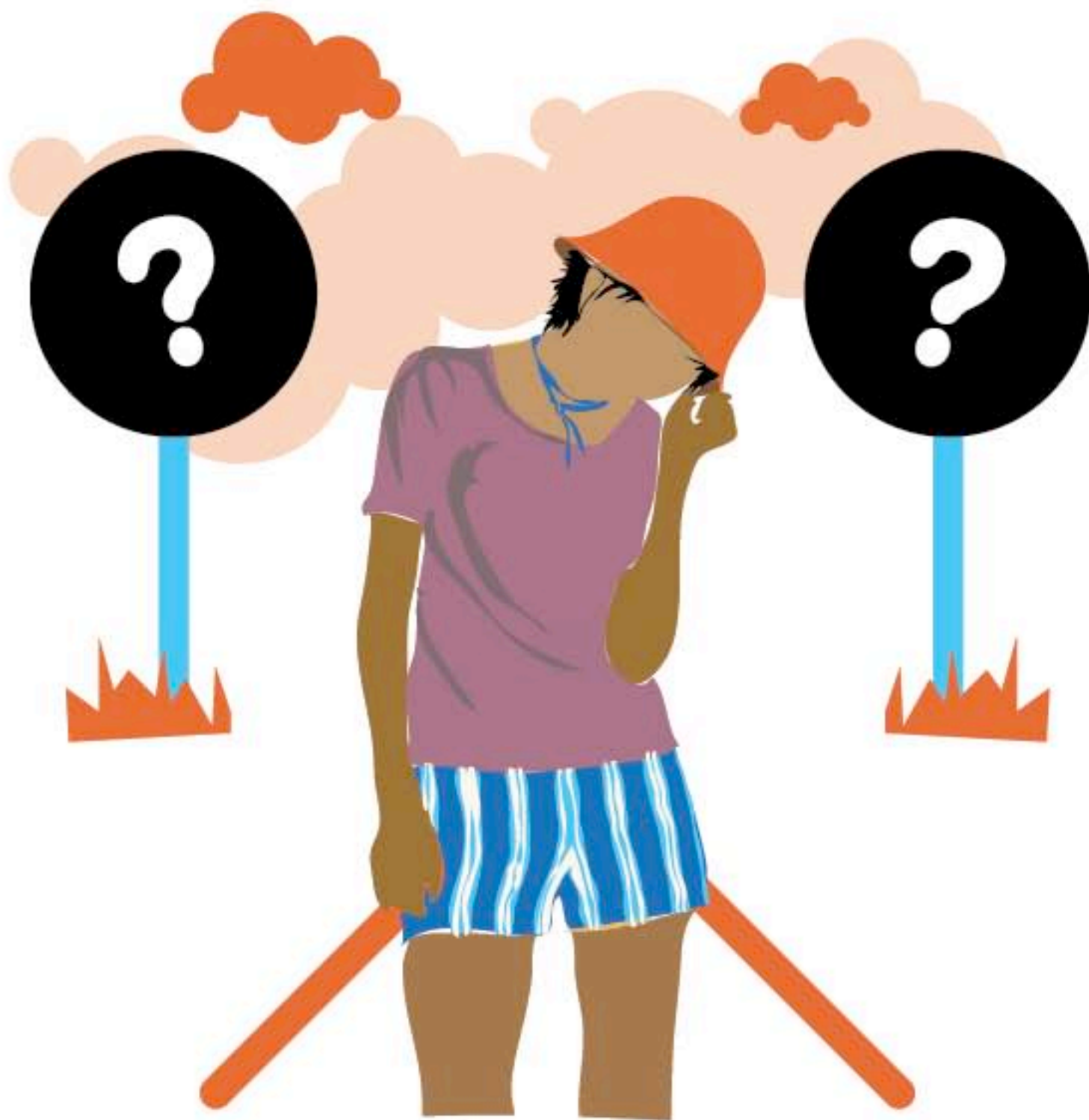
Pienso hacer la transición médica. No creo que alguna vez llegue a sentirme cómodo al ser visto como mujer.

Riley, 22 años

Algunas personas que se declaran transexuales se sienten cómodas contándoselo a un círculo de amigo(a)s cercanos. Otras personas eligen cambiar sus nombres, sus pronombres, su estilo de vestimenta y su apariencia para ser coherentes con su identidad sexual. Incluso otras personas eligen recibir hormonas y hacerse cirugías para cambiar médicamente su aspecto.

Cuando tú decides qué medida tomar, de tomar alguna, puede ser de utilidad el que hablar sobre estos sentimientos con otras personas, como un profesional de la salud mental que tenga experiencia en temas de identidad sexual, con amigo(a)s y miembros familiares en quienes confíes y con otras personas transexuales. Deberías expresarte del modo en que te sientes más cómodo, sin presión de los demás.

La transición médica, la toma de hormonas y el someterse a más de una cirugía, es un gran paso. Para algunos, es completamente necesario. La mayoría de las personas que eligen hacer la transición a través de una intervención médica necesitan obligatoriamente que su identidad coincida con su cuerpo. Quieren que los vean todo el tiempo y sin lugar a dudas, de acuerdo al género que sienten que tienen. Para hacer la transición médica, primero debes ver a un terapeuta y, en la mayoría de los casos, deben diagnosticarte con trastorno de identidad sexual.



En la mayoría de los estados, si tienes menos de 18 años, necesitarás la autorización de tu padre o de tu madre para llevar a cabo la transición médica. Si planeas realizar una transición médica, es importante que tu transición sea supervisada por un profesional médico. El emprender una transición médica sin orientación médica profesional puede presentar graves riesgos para la salud.

**¿Qué significa ser transexual en cuanto a mi orientación sexual?
¿Soy homosexual, heterosexual o qué soy?**

*¡Amo a los muchachos! Me encanta mirarlos; me gusta cómo se mueven. Me considero como una mujer heterosexual.
Tasha, 19 años*

*Siempre me sentí atraída por las mujeres; pero las personas transexuales pueden sentirse atraídas por el sexo opuesto o por el mismo sexo y algunas son bisexuales.
Riley, 22 años*

*Yo creí que era lesbiana, porque me sentía atraída principalmente por las mujeres. Ahora me identifico como 'intergénero' como un término genérico y evito los rótulos, aunque soy bisexual. Desde que me declaré como hombre, he sentido atracción por otros hombres.
Mark, 19 años*

Ser transexual tiene que ver con tu identidad sexual: cómo te sientes respecto de quién eres. No tiene nada que ver con tu orientación sexual, la cual se trata de quién te atrae. Algunas personas transexuales sienten atracción por los hombres, algunas por las mujeres, algunos otros por otros transexuales y algunos por las personas en general sin tener en cuenta el sexo.

Las personas pueden definirse con diferentes rótulos, dependiendo de quiénes le atraen. Por ejemplo: algunas mujeres transexuales que sienten atracción por los hombres se definen como heterosexuales, porque sienten atracción por el sexo opuesto. Otras mujeres transexuales pueden sentirse atraídas por los hombres y definirse como intergénero, para desafiar el concepto de sexos "opuestos". Sin considerar quién te atrae, ten la seguridad de que muchas personas transexuales tienen relaciones felices y saludables con personas a quienes aman. Recuerda, mereces salir con personas que te respeten por lo que eres.

¿Qué sucede con las infecciones de transmisión sexual, el VIH y el embarazo?

Recuerda que no tener sexo es la forma más segura de evitar embarazos no previstos así como el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS). De hecho, muchos jóvenes eligen mostrar afecto a través de actividades como besos, abrazos, charlas y masajes. Si eliges tener sexo, sé responsable y habla con tu pareja sobre métodos de protección para ambos. Es tu responsabilidad y la de tu pareja protegerse ambos de consecuencias no deseadas.

Para las personas transexuales puede ser difícil encontrar información sobre sexo seguro que hable en un lenguaje que refleje cómo se sienten sobre su cuerpo. Debido a que muchos pueden sentir que sus cuerpos biológicos no reflejan su identidad sexual, es posible que usen distintos términos para las partes del cuerpo. Puede ser difícil encontrar información que coincida con un concepto interno/emocional del cuerpo. No importa cómo el joven transexual rotule las partes del cuerpo, alguno o todos los consejos que se encuentran a continuación se aplican a cada una:

- Para las relaciones sexuales vaginales donde existe riesgo de embarazo, usa un preservativo de látex o poliuretano y también otro método anticonceptivo eficaz, como pastillas anticonceptivas o Depo-Provera.
- Cuando toques con las manos los genitales de otra persona, usa una barrera de látex o poliuretano, como guantes quirúrgicos.
- Para el sexo oral, sin considerar el área genital que la boca toca, usa un preservativo, una barrera de protección bucal o un film adherente.
- Para la relación sexual anal, usa siempre un preservativo de látex o poliuretano que no sea de base oleosa, como el lubricante KY Jelly.
- Cuando compartas juguetes sexuales, usa siempre un preservativo de látex o poliuretano con lubricación que no sea de base oleosa.

Dos consejos importantes:

- Lubricación: no uses vaselina ni lubricantes de base oleosa con los preservativos de látex porque dichos lubricantes debilitan o destruyen el látex. Usa únicamente lubricantes con base de agua, como KY Jelly. Evita usar nonoxynol-9, porque puede producir irritación y aumentar el riesgo de infección con VIH u otras infecciones de transmisión sexual (ITS).
- Recuerda que el contacto de sangre con sangre es la vía más segura de infección con VIH.-

El compartir parafernalia de drogas o agujas, ya sea para hacer perforaciones o tatuajes en el cuerpo, tomar medicamentos o consumir drogas es sumamente peligroso, dado que la sangre que queda en el equipo o aguja utilizada entrará en contacto con tu sangre tan pronto uses dicho equipo o aguja. Evita compartir agujas, maquinillas de afeitar u otra parafernalia, por ningún motivo.

¿Cómo aprendo a gustarme tal como soy?

Aceptar quien realmente eres es el paso más importante que cualquiera puede dar en esta situación. Cuán lejos decides llegar con esto es importante, pero nunca es tan importante como el aceptarte a ti mismo porque el aceptarte te llevará a gustarte como eres.

Riley, 22 años

Para mí, es cuestión de mantenerme centrada en lo que me gusta de mí misma, lo que creo que es magnífico de mi cuerpo, hacer planes con gente positiva y evitar, al máximo posible, los mensajes negativos dirigidos hacia las mujeres (especialmente hacia las mujeres transexuales) en los medios de comunicación.

Brynn, 23 años

Si recién has descubierto o reconocido que eres transexual, recuerda que eres normal y agradable tal como eres. Con los grandes descubrimientos vienen los grandes cambios y es normal sentirse nervioso, aprensivo y enojado durante los próximos días. Recuerda, también, que descubrir algo importante sobre ti mismo es una experiencia verdaderamente asombrosa.

Estás un paso adelante en el viaje de descubrimiento de quién eres realmente y con ese viaje, el mundo se vuelve lleno de posibilidades así como de desafíos. Estas llegando a conocer otra parte de ti mismo y ¡esta es una oportunidad verdaderamente increíble!

¿Qué recursos existen para los jóvenes transexuales?

Recuerda que no estás solo y que hay ayuda a tu alcance:

- www.youthresource.com es un sitio web para jóvenes gais, lesbianas, bisexuales y transexuales. Tiene información importante para jóvenes transexuales, así como tableros de mensajes en línea donde puedes hablar con otros jóvenes que están enfrentando los mismos problemas o problemas parecidos.
- www.pflag.org ofrece mucha información para amigos y familiares de personas transexuales.
- www.youthresource.com/living/trans/index.htm tiene más información sobre la vida transexual.

Hablar con otras personas que enfrentan los mismos problemas puede ayudarte a aprender a gustarte como eres, a la vez que te brinda oportunidades para ayudar a otras personas.



Advocates for Youth

www.advocatesforyouth.org | www.ambientejoven.org