

Sé tú mismo

*Preguntas y respuestas para
jóvenes gay, lesbianas,
bisexuales y transgéneros*



SÉ TÚ MISMO: PREGUNTAS & RESPUESTAS PARA JÓVENES GAY, LESBIANAS, BISEXUALES Y TRANSGÉNEROS

Los derechos de esta publicación están registrados, pero los lectores pueden copiar parte o todo este folleto, siempre que dejen constancia de que PFLAG es la autora del mismo. Se venden todas las publicaciones a un precio reducido a los miembros y también cuando se trata de pedidos en grandes cantidades.

Para pedir esta publicación, para recibir una lista completa de las publicaciones de PFLAG, una lista de lecturas recomendadas, cintas audio, otros productos, o para mayor información sobre la filial de PFLAG en la zona donde Ud. vive, le rogamos llamar o escribir a:

Parents, Families and Friends of Lesbians and Gays (PFLAG)

1726 M Street, NW, Suite 400 ■ Washington, D.C. 20036

Teléfono: (202) 467-8180 ■ **Fax:** (202) 467-9194

Dirección electrónica: info@pflag.org ■ **Portal:** www.pflag.org

Definiciones utilizadas en este folleto:

Orientación Sexual: Se define como la atracción emocional, romántica o sexual duradera de una persona hacia otras.

Identidad de Género: El sentido interno de una persona de ser masculino o femenino.

Heterosexual: Se refiere a las personas que tienen sentimientos románticos y sexuales, en su mayoría, por personas del sexo opuesto.

Homosexual (o “gay”): Se refiere a las personas que tienen sentimientos románticos y sexuales, en su mayoría, por personas del mismo sexo.

Lesbiana: Se refiere a las mujeres homosexuales.

Bisexual: Se refiere a las personas que tienen sentimientos románticos y sexuales por ambos géneros.

Transgénero: Se refiere a alguien cuya identidad o expresión de género es diferente del que normalmente se espera por su sexo físico.

Intersexo: Las personas intersexas son personas nacidas con una anatomía o fisiología diferente a los ideales culturales y/o médicos de lo que es ser “masculino” y “femenino.”

Introducción

La orientación sexual y la identidad de género son cuestiones complejas y el proceso de comprenderlas puede ser difícil y confuso para cualquier persona. El proceso de declararse como joven gay, lesbiana, bisexual o transgénero (GLBT) puede ser especialmente complicado y generar muchas preguntas.

Siendo un joven GLBT, estás a punto de convertirte en adulto, pero puede que aún no tengas los derechos de uno. La relación con tus padres, tutores o familia está cambiando. Te estás haciendo más independiente y ellos tienen que aceptar el hecho de que ya no eres su niño. Esto no es fácil para nadie.

Y de repente, algo en que no pensabas hace pocos años, puede parecer ser la cosa más importante del mundo: el sexo.

Si eres un adolescente GLBT, o si crees que lo eres, la situación se hace aún más difícil porque probablemente nadie te preparó para eso.

Durante tu niñez y adolescencia, puede que tus amigos y tu familia hayan bromeado contigo sobre chicas si eres hombre, o sobre chicos si eres mujer. A lo mejor hablaron de tener citas, enamorarse y casarse, pero probablemente nunca hablaron de cuando llegas a la madurez y te enamoras de otro hombre, o de casarte con una mujer igual a tí, o de cómo te sientes si tu sexo físico no corresponde a cómo te sientes por dentro. De hecho, es probable que hayas oído las palabras “gay,” “maricón” o “tortillera” usadas como insultos entre los miembros de tu familia o compañeros de clase, o que hayas presenciado o vivido una situación de acoso, basado en la orientación sexual o identidad de género.

La cultura popular aún se encuentra bajo el dominio de imágenes heterosexuales. La televisión, las películas y las revistas muestran, en su mayoría, imágenes de hombres y mujeres juntos. Gran parte de la música que oyes se trata sobre enamorarse de alguien del sexo opuesto. Si eres hombre, es probable que tus amigos hablen de mujeres, y si eres mujer, tus amigas hablan de hombres. Además, aunque muchas personas de tu edad parecen ajustarse perfectamente a las categorías de género esperadas, puede que tú no lo hagas o no quieras hacerlo.

Todo eso dificulta la situación porque no hay mucho con lo cual te puedas identificar si eres, o crees que eres, GLBT.

Este folleto se escribió para tratar de ayudarte, para contestar algunas de tus preguntas, sugerir algunos sitios web que puedes visitar, personas con quienes puedes hablar y ayudarte a entender los siguientes tres puntos:

Uno: No hay nada de malo con ser gay, lesbiana, bisexual o transgénero.

Ser GLBT es tanto una variación humana como lo es ser zurdo. Tu orientación sexual e identidad de género sólo forman otra parte de tu ser.

Dos: Entender quién eres toma tiempo. Está bien si estás confundido. Está bien si no estás seguro de ser GLBT. Está bien tomar tiempo para averiguarlo. No hay que tener prisa.

Tres: No estás solo. Ahora mismo hay decenas de miles de otros jóvenes que piensan que son GLBT, que se preguntan si son los únicos y que están intentando encontrar a alguien con quien hablar. Sin embargo, cientos de miles más ya han pasado por ese camino.

Una de esas personas u otra persona amable estará lista para ayudarte si llamas a cualquiera de los números o utilizas cualquiera de los recursos de internet incluidos en la lista al final de este folleto. Son personas con quien puedes hablar abiertamente, comparar apuntes y a las que puedes pedir consejos.

Las preguntas que otros jóvenes han tenido acerca de ser GLBT se incluyen en este folleto. Esperamos que te ayude a encontrar tus propias respuestas.

Creo que podría ser gay, lesbiana, bisexual o transgénero, pero ¿qué hago si no estoy seguro?

LA RESPUESTA CORTA: *Lo sabrás cuando lo sepas. Puede que tome un tiempo, pero no hay prisa.*

Algunas personas GLBT dicen que desde su niñez, en algunos casos desde los 5 o 6 años, “se sentían diferentes.” No compartían con los mismos sentimientos hacia el sexo opuesto que tenían sus amigos, sino que tenían sentimientos hacia personas del mismo sexo, o se preguntaban sobre su propia identidad de género, y nadie parecía hablar de eso.

Dicen que muchas veces tomó cierto tiempo identificar sus sentimientos y comenzar a considerarse como gay, lesbiana, bisexual o transgénero. Pero cuando empezaron a pensar en esas palabras, tenía sentido y correspondía con los sentimientos que tenían a lo largo de su crecimiento.

Sin embargo, muchas otras personas sólo comienzan a descubrir su orientación sexual o identidad de género en su adolescencia o incluso adultez, y ese proceso puede ser confuso.

Casi todo el mundo ha tenido sentimientos románticos por alguien del mismo sexo en algún momento de su vida, y muchas veces exploramos o nos identificamos con otros roles o expectativas de género, pero eso no significa que seas GLBT.

Una o dos experiencias sexuales con alguien del mismo sexo no necesariamente significa que eres gay, de la misma forma en que una o dos experiencias sexuales con alguien del sexo opuesto no necesariamente significa que eres heterosexual. Muchas personas GLBT tienen algunas experiencias sexuales con el sexo opuesto, y muchos heterosexuales tienen algunas experiencias sexuales

con personas del mismo sexo. Las personas que tienen relaciones con ambos sexos se identifican como bisexuales.

También es importante entender que una persona puede saber que es gay, lesbiana, bisexual o transgénero siendo virgen o sin ser sexualmente activo aún. Tus sentimientos y tus atracciones físicas y emocionales te ayudarán a descubrir quién eres.

Nuestra sexualidad se desarrolla con el tiempo. No te preocupes si no estás seguro. Tus años en la escuela forman un período en el que puedes descubrir lo que es mejor para tí, y los experimentos y enamoramientos frecuentemente forman parte de eso. Con el paso del tiempo, vas a descubrir que te sientes atraído principalmente por los hombres, por las mujeres, o por ambos, y entonces lo sabrás. No necesitas clasificarte en una categoría.

Al igual que la sexualidad, algunas personas saben desde una edad joven que su identidad de género y el cómo quieren expresarla al público no corresponden a lo que sus padres y otras personas esperan. Para otras personas, su identidad de género se desarrolla y cambia a través del tiempo. Si sientes que tu identidad de género no corresponde a la categoría de “chico” o “chica” en que te han clasificado, tendrás que explorar y aprender más sobre tu identidad.

Si crees que eres gay, lesbiana, bisexual o transgénero, no tengas miedo y no ocultes tus sentimientos. Lo único que eso hace es impedir que descubras tu identidad sexual o identidad de género, y que te descubras tú mismo.

No veo nada que indique que otras personas son GLBT. ¿Soy el único?

LA RESPUESTA CORTA: No.

El investigador sobre la sexualidad más conocido del mundo, el Doctor Alfred Kinsey, concluyó de sus investigaciones que, en términos de orientación sexual de una persona, casi nadie es completamente heterosexual u homosexual. Encontró que gran parte de las personas sienten una u otra forma de atracción por el mismo sexo en algún momento de su vida, y que muchas personas tienen algunas experiencias sexuales con el mismo sexo o con ambos sexos.

Míralo como una escala, o “continuo sexual.” En un lado de la escala están las personas que sólo se sienten atraídas por el mismo sexo, al otro lado de la escala están las personas que sólo se sienten atraídas por el sexo opuesto, y en el medio de la escala están las personas que se sienten atraídas por ambos sexos.

Al igual que nuestra sexualidad, nuestra identidad de género también puede verse como una escala. En el espectro del transgénero se encuentra una amplia escala de diferentes identidades de género. A lo largo de nuestra vida, podemos experimentar y expresar nuestro género de muchas formas.

Así que dondequiera que estés en esa escala, estarás acompañado. La mayoría de los cálculos estiman que de 4.5 a 10 por ciento de la población es gay, lesbiana o bisexual.

Estás rodeado de personas GLBT, sólo que no siempre sabrás quiénes lo son. Son blancos, negros, asiáticos, latinos e indígenas. Son judíos, católicos, musulmanes, protestantes y budistas. Son viejos y jóvenes, ricos y pobres. Son médicos y enfermeras, profesores y estudiantes, pastores y rabinos, albañiles, dependientes, mecánicos, personas de negocios, agentes de la policía, políticos y atletas.

Cuando eran adolescentes, gran parte de estas personas probablemente se sintieron igual que tú. Si sientes que estás completamente solo, recuerda que la cantante Ani DiFranco probablemente se sintió así también, igual que el músico Elton John, la estrella de tenis Martina Navratilova, el actor Alan Cumming, la autora Leslie Feinberg y miles de otros individuos.

¿Está bien ser gay, lesbiana, bisexual o transgénero?

LA RESPUESTA CORTA: *Sí. Ser gay, lesbiana, bisexual o transgénero está bien y es tan natural como ser heterosexual.*

Nadie sabe exactamente cómo se determina la orientación sexual de una persona, sea gay o heterosexual. Gran parte de los expertos creen que tiene que ver con la genética, la biología y el ambiente, y que la orientación sexual o la identidad de género de una persona se puede determinar antes del nacimiento, o ya a los dos o tres años de edad.

El doctor Richard Pillard, un psiquiatra de la Escuela de Medicina de la Universidad de Boston, señala que la homosexualidad existe en casi todas las especies de animales que han sido estudiadas exhaustivamente. La homosexualidad es tan parte de la naturaleza como lo es la heterosexualidad.

Es tan natural y tan saludable ser gay, lesbiana o bisexual como lo es ser heterosexual, sin importar lo que digan algunas personas. La Asociación Americana de Psiquiatría declaró en 1973 que la homosexualidad no es un trastorno ni una enfermedad mental, y la Asociación Americana de Psicología dice que sería poco ético tratar de cambiar la orientación sexual de una persona.

Ser transgénero o de un género diferente tampoco es un trastorno, aunque la Disforia de Género todavía está incluido en la lista del Manual de Diagnóstico y Estadística de la Asociación Americana de Psiquiatría.

Ser GLBT es una variación tan humana como lo es ser zurdo; la orientación sexual y la identidad de género de una persona forman parte de su ser. No es algo malo ser GLBT. De hecho, descubrirás que hay mucho de qué alegrarse.

¿Pueden ayudarme los ministerios “ex-gay” y la terapia reparativa?

LA RESPUESTA CORTA: *No. Estos métodos no sólo no funcionan, sino que son innecesarios y es probable que te hagan daño.*

A pesar de lo que afirman los “terapeutas reparativos” y los “ministerios ex-gay,” no se puede simplemente “cambiar de opinión” si uno es gay, lesbiana, bisexual o transgénero porque no “se escoge” la homosexualidad. De hecho, estos métodos han sido rechazados por todas las principales asociaciones médicas y profesionales, y se ha comprobado que hacen mucho daño y hasta pueden llevar al suicidio.

Aquí se presentan algunos puntos importantes:

- En 1990, la Asociación Americana de Psicología declaró que existe evidencia científica mostrando que la terapia reparativa no funciona y que puede hacer más mal que bien.
- En 1997, la Asociación Americana de Psicología advirtió una vez más públicamente contra lo que se llama la “terapia reparativa,” la cual también se conoce como “terapia de conversión.”
- En 1998, la Asociación Americana de Psiquiatría reveló que se oponía a la terapia reparativa, diciendo que “la literatura psiquiátrica demuestra firmemente que los intentos para cambiar la sexualidad de una persona a través de tratamientos son ineficaces. Sin embargo, existen muchos riesgos potenciales que incluyen la depresión, la ansiedad y la conducta suicida...”
- La Asociación Médica Americana dice en su política H-160.991 que se opone al uso de la terapia “reparativa” o terapia “de conversión,” las cuales se basan en la suposición de que la homosexualidad per se es un trastorno mental o que el paciente debería cambiar su orientación homosexual.
- En el 2001, el Pedido de Acción para Promover la Salud Sexual y la Conducta Sexual Responsable (Call to Action to Promote Sexual Health and Responsible Sexual Behavior) del Cirujano General de los Estados Unidos afirmó que la homosexualidad no es “una opción de estilo de vida reversible.”

Muchos padres que son miembros de PFLAG han visto directamente lo perjudicial que esta “terapia reparativa” ha sido para sus hijos. Los miembros de PFLAG creen que es importante que eduquemos a la sociedad con hechos científicos y opiniones profesionales y acreditadas, en vez de creencias ideológicas y pseudo-científicas expresadas por los ministerios ex-gay y los defensores de la terapia reparativa.

Es crucial saber cuáles son estos grupos y cuáles son sus nombres. Refiérase a la página 22 para ver una lista de sólo algunos de ellos.

¿Qué es la identidad de género y qué significa “transgénero?”

LA RESPUESTA CORTA: *La mayoría de las personas se identifican como masculino o femenino, pero para algunas personas, la manera en que se identifican y se sienten no corresponde al género que se les asignó al nacer.*

La identidad de género de una persona es su sentido interno de ser masculino o femenino. La expresión de género es la manera en que una persona presenta su género al mundo. Todos tenemos una identidad de género, y todos tenemos diferentes maneras de expresarla.

Una persona transgénera es alguien cuya identidad o expresión de género es diferente de la que normalmente se espera por su sexo físico. El término “transgénero” se usa para describir a varios grupos de personas que son distintos pero que están relacionados. Estas personas usan una variedad de otros términos para identificarse, incluyendo transexuales (no todas las personas transexuales necesitan o quieren realizar una cirugía de cambio de sexo), mujeres masculinas, hombres femeninos, transvestistas, marimachos, etc. Las personas transgéneras pueden ser heterosexuales, gays, lesbianas o bisexuales como cualquier otra persona. No es malo ser transgénero y lo más importante es ser tú mismo.

Yo pensé que las personas GLBT se comportaban de ciertas formas. ¿Si no me comporto de una manera estereotípica, todavía soy gay?

LA RESPUESTA CORTA: *Haz caso omiso de los estereotipos. Algunas personas se comportan de una manera estereotípica, otras no. Sé tú mismo.*

Las personas GLBT se comportan de muchas formas, como lo hacen los heterosexuales. Los estereotipos surgen de la ignorancia y del prejuicio. A veces un estereotipo relacionado con un grupo no corresponde a ninguno de sus miembros. A veces corresponde a un par de personas, a veces a más. Pero un estereotipo nunca corresponde a todos los miembros de un grupo.

Por ejemplo, puede ser que pienses que los hombres gays no son atléticos. Bueno, ¿qué se puede decir de Dave Kopay y Esera Tuaolo, quienes jugaron fútbol americano en el NFL (Liga Nacional de Fútbol Americano) durante 10 años?. ¿O de Greg Louganis, quien ganó la medalla de oro en los Juegos Olímpicos? Todos estos hombres son gays, junto con muchos otros atletas famosos.

Algunos hombres gays son masculinos y otros no. En ambos casos, está bien. Es igual en el caso de mujeres lesbianas y bisexuales. Existen muchos estereotipos en cuanto a las lesbianas. Algunas mujeres corresponden a éstos, otras no. No se preocupe por los estereotipos. No puedes dejar que éstos definan quien eres, no importa si te corresponden o no. Hay tantas maneras diferentes para expresar tu identidad GLBT como hay personas en este mundo.

Algunas personas reaccionan a los estereotipos y tratan de comportarse de manera opuesta. Algunos hombres que no están seguros de su sexualidad pueden comportarse de una manera super masculina, al igual que algunos hombres gays que tienen miedo de ser identificados como gays. Algunas mujeres lesbianas se comportan de una manera muy femenina por las mismas razones.

Acuérdate que no necesitas demostrarle nada a nadie. Sólo sé tú mismo.

No veo a muchas personas como yo en la comunidad GLBT. ¿Existen recursos para jóvenes de color?

LA RESPUESTA CORTA: *Sí, cada vez existen más recursos para jóvenes GLBT de color y para otros que tienen varias identidades (jóvenes incapacitados, jóvenes sin techo, etcétera).*

Dado que eres un joven de color, podrías enfrentarte con muchos problemas que afectan tu experiencia, tus acciones y cómo declarar tu orientación sexual e identidad de género, incluyendo las tradiciones culturales y familiares, el acceso a recursos, y tu estatus migratorio. Si te declaras como gay, puedes correr el riesgo de hechar a perder las relaciones con tu familia y tus amigos dentro de tu comunidad étnica, lo cual es muy difícil, y puede ser que no te sientas aceptado como una persona de color dentro de los grupos GLBT en los que principalmente participan las personas blancas.

Existen muchas dificultades con respecto a ser GLBT y una persona de color en nuestra sociedad, ser GLBT dentro de tu propia comunidad de color, y también lidiar con el racismo y la ignorancia que se encuentran en algunas partes de la comunidad GLBT. Sin embargo, hay personas GLBT en todas las comunidades y en todas las culturas del mundo, y cada vez existen más recursos disponibles para tí y tu familia.

¿Necesito preocuparme por el VIH y el SIDA?

LA RESPUESTA CORTA: *Todo el mundo tiene que estar informado sobre el VIH y el SIDA.*

El ser joven no evita que contraigas el SIDA. Muchas personas veinteañeras y treintaañeras que hoy en día viven con el SIDA la contrajeron cuando eran adolescentes. El riesgo de contraer el VIH no depende de quien eres (GLBT, heterosexual, hombre o mujer), sino con lo que haces.

Desde los inicios de la epidemia del VIH/SIDA, muchas personas han tratado al VIH/SIDA como un problema de los gays. La comunidad GLBT se movilizó durante el comienzo de la epidemia para formular una respuesta que incluyó informar a las comunidades, crear visibilidad con el fin de reducir el

estigma, desarrollar estrategias de prevención, y abogar por opciones adecuadas de tratamiento y atención para las personas que viven con el SIDA, por medio de la organización People Living with AIDS. Sin embargo, la epidemia ha seguido avanzando y afectando a las comunidades en todas las partes del mundo. No obstante, a pesar de la existencia de muchísimas estadísticas que documentan la propagación del VIH/SIDA en otras comunidades, mucha gente todavía opta por ver el VIH/SIDA como un problema de los gays.

La verdad es que una persona no contrae el VIH/SIDA por ser GLBT. Ciertas prácticas sexuales, al igual que ciertas conductas en cuanto al uso de drogas, y otros elementos, pueden ponerte en peligro de contraer el VIH, el virus que causa el SIDA, al igual que otras enfermedades de transmisión sexual (ETS). Todo el mundo necesita saber los hechos sobre el VIH/SIDA.

El VIH se propaga a través del contacto sexual con una persona infectada, por compartir agujas y/o jeringuillas (principalmente para la inyección de drogas) con alguien que esté infectado, o, algo que es menos común (y actualmente muy raro en aquellos países donde se somete la sangre a una revisión para localizar anticuerpos del VIH), a través de las transfusiones de sangre o de factores de coagulación proveniente de sangre infectada. Los niños de madres infectadas con el VIH pueden contraer el virus durante el nacimiento o durante el periodo de lactancia después del nacimiento. Aunque se ha descubierto mucha información relevante a través de las investigaciones, todavía se propaga mucha información falsa y engañosa en el internet. Esta información es frecuentemente el producto de homofobia, así que toma en cuenta la fuente de información cuando quieras aprender más sobre el VIH/SIDA.

¿Me aceptarán las demás personas?

LA RESPUESTA CORTA: *Algunas personas sí y otras no.*

El prejuicio y la discriminación existen en todas partes de los Estados Unidos y del mundo. Hay prejuicio contra los afroamericanos, los hispanos, los árabes, los asiáticos, las mujeres, los pobres, los ancianos, los jóvenes, los incapacitados y otros grupos. Superar el prejuicio y cambiar las actitudes de las personas toma tiempo.

Si eres gay, lesbiana, bisexual o transgénero, vas a experimentar problemas. Nuestra sociedad asume que todo el mundo es heterosexual. Nuestras familias, escuelas, religiones y los medios de comunicación nos enseñan a asumir que todo el mundo es heterosexual y muchas veces esto influye en la discriminación contra los que no lo son o no lo parecen ser. Sólo hace poco que ha comenzado a cambiar esta suposición. Así mismo, nuestra sociedad tiene suposiciones sobre lo que significa ser niño o niña, hombre o mujer, y puede juzgar a los demás basándose en cómo corresponden a estas ideas preconcebidas.

El prejuicio que experimentas podría ser medianamente leve. Por ejemplo, aunque no lo eres, las personas pueden asumir que eres heterosexual, avergonzándote (y a ellos mismos) por su error. Pero la situación puede ser mucho peor. Las personas GLBT están en peligro de recibir una paliza, ser echadas de sus casas, y despedidas de sus trabajos sólo por ser gay, lesbianas, bisexuales o transgénero. Y si son miembros de otras comunidades que experimentan discriminación, puede que las personas GLBT tengan que lidiar con otros tipos de discriminación. Las personas frecuentemente temen lo que no entienden, y odian lo que temen. Esa es la base del prejuicio y, cuando se usa contra las personas GLBT sobre la base de su orientación sexual, se llama “homofobia.”

No obstante, la homofobia, la bifobia y la transfobia actualmente están siendo cuestionadas a medida que más personas aprenden la verdad sobre la comunidad GLBT. Las actitudes comienzan a cambiar debido en parte a que las personas GLBT son abiertas y honestas sobre quienes son. Las actitudes también están cambiando porque otras personas, junto con las personas GLBT, están diciendo, “Son mis amigos, o mis hijos, o mis hermanos, y estoy orgulloso de ellos.”

Me siento tan solo. ¿Con quién puedo hablar?

LA RESPUESTA CORTA: *No tiene que sentirse solo. Existen personas que pueden ayudar.*

Muchos adolescentes pueden sentirse culpables y avergonzados de cualquier sentimiento o experiencia sexual, ya sea gay o heterosexual, a no ser que sus padres hayan sido muy abiertos con ellos sobre el sexo.

Además, descubrir que eres gay no es nada fácil. El prejuicio que existe en nuestra sociedad puede hacer que oculte tus sentimientos, incluso de ti mismo. Esto puede hacer que te sientas aislado y completamente solo.

Lo mejor que puedes hacer es encontrar a alguien con quien hablar; alguien en que puedas confiar. Quizá sea alguien que ya conoces: un amigo, un padre, un hermano, o tal vez hasta un padre o hermano mayor de un amigo. Quizá sea un adulto en quien confiaste en el pasado y en quien puedes confiar otra vez.

Sin embargo, no deberías hablar con alguien que pueda juzgarte o ser anti-GLBT hasta que estés cómodo y feliz contigo mismo. Puedes observar las reacciones de las personas al plantear casualmente el tema de la homosexualidad o la bisexualidad. Puedes hacer preguntas como “Ví un programa en la televisión sobre lo que es ser gay. ¿Conoces a alguien que sea gay?” o “Algunos adolescentes en el colegio se burlaban de otro estudiante que es bisexual. ¿Crees que eso es malo?” o “Oí una historia sobre una adolescente que fue echada de su casa por sus padres porque es lesbiana. ¿Por qué harían eso?”

No obstante, cuando se hacen preguntas de este tipo, tienes que tener en cuenta que las respuestas de esas personas no constituyen comentarios personales sobre tí . No saben la intención verdadera de estas preguntas. En este caso, podrían tener comentarios negativos en cuanto a personas GLBT, pero responderían de una manera diferente sobre el hecho de que seas gay, lesbiana, bisexual o transgénero.

Si no conoces a nadie con quien te sientas cómodo al hablar y quien te apoye y entienda, comienza con llamar uno de los números de asistencia o alguna de las organizaciones que se encuentran en la lista al final de este folleto. Puedes hablar con un adolescente o un adulto. No tienes que revelar tu nombre y no tratarán de convencerte de ninguna cosa.

Si no piensas que estás listo para hablar con alguien por teléfono, puedes aprender más por medio de la información y los recursos provistos por otros jóvenes en algunas de las páginas de web incluidas en la lista al final de este folleto. Muchas organizaciones proveen direcciones de correos electrónicos, así que puedes mandarles preguntas de manera confidencial. Por favor, usa buen juicio cuando te pongas en contacto con alguien, sea por teléfono, por el internet o personalmente.

Hagas lo que hagas, hablar del asunto ayudará. Hablar con otras personas y ser abierto y honesto puede ser una forma positiva de relacionarte con otras personas que están en tu vida y con diversas comunidades GLBT. Y aprenderás que la verdad es que no estás solo.

¿Debería declararme?

LA RESPUESTA CORTA: *Sólo si quieres, y sólo cuando estés listo y te sientas seguro. No te declares simplemente porque alguien cree que deberías hacerlo.*

Ocultar el hecho de que eres GLBT se llama “estar en el armario/clóset.” Ser abierto sobre eso se llama “declararse.” Se puede declarar con una persona, solamente, con sus amigos y su familia, o con todas las personas que conoces. Debes hacer lo que quieras.

Si no estás listo, no tienes que declararte. A veces existen razones muy buenas para no declararse. La verdad es que declararse tiene riesgos. Hay personas que no lo aceptarán si eres GLBT y podría haber personas que harán o dirán cosas terribles. Pueden ser tus padres, tus amigos, tus compañeros de clase o tus profesores, personas que amas o personas de quienes dependes económicamente, cuyo compañerismo necesitas, de quienes dependes para animarte, o que te proveen cualquier otra forma de apoyo.

Además, existen muy buenas razones para decirles a algunas personas que no eres heterosexual. Esconder tu orientación sexual o identidad de género impide que las personas que son importantes para tí sepan sobre una gran parte de tu identidad. Al declararte, podrás vivir con integridad, comenzar a recibir apoyo de la comunidad y crear relaciones saludables. En algún momento, muchas personas GLBT descubren que la soledad y el aislamiento creados al guardar un secreto es peor que cualquier temor que se puede tener sobre declararse.

Sobre todo, la decisión de declararte es una decisión que tienes que tomar. No hay otra persona que pueda tomarla. También es una decisión que deberías tomar en el momento apropiado.

Antes de que te declares con otras personas, tienes que declararte contigo mismo. Eso significa no sólo entender que eres gay, lesbiana, bisexual o transgénero, sino también estar cómodo con serlo y estar seguro de quien eres como persona.

Acuérdate de que entender que eres GLBT significa estar consciente de otra parte de tu ser. Eres la misma persona que eras antes, sólo que ahora sabes más sobre tí mismo. Muchos jóvenes GLBT han logrado decirse a si mismos, “No soy heterosexual. Soy GLBT y no hay problema.”

Antes de que te declares, puede que quieras saber más sobre la orientación sexual y la identidad de género para tu propio conocimiento y para poder responder a las personas que encontrarás en el mundo con ideas equivocadas sobre la homosexualidad. Estarás orgulloso de saber los hechos si alguien te hace una pregunta o si quieres corregir la información errónea de alguien con respecto a las personas GLBT. Explora los recursos incluidos en la lista al final de este folleto. Si aprendes sobre las experiencias de otras personas y hablas de tus propias experiencias, sabrás más sobre quien eres y lo que deberías esperar cuando te declares. Hazle saber a tus amigos y aliados que te estás preparando para declararte, para que puedan apoyarte.

Un sistema de apoyo es importante cuando te declares. Querrás conversar con personas que te cuidarán y escucharán, sea sólo para conversar, darte un abrazo o proveerte un lugar en dónde quedarte si es necesario. Si no conoces a personas como éstas, ponte en contacto con la división de PFLAG más cercana, o con uno de los otros grupos incluidos en la lista al final de este folleto.

¿Con quién debería declararme?

LA RESPUESTA CORTA: *Al principio, dile sólo a las personas en las que puedes confiar y sólo a quienes quieres que sepan.*

Declararte no es nada que haces sólo una vez. Puedes declararte ahora con tu familia y luego con tus amigos, o viceversa. Podrías declararte sólo con uno

de tus padres, o un hermano o hermana, y luego con tus otros familiares. Muchas personas se declaran más de una vez, a medida que van descubriendo sus identidades. Y la revelación puede ser más complicada cuando se necesita revelar una identidad transgénera, estado VIH u otros asuntos.

Si eres transgénero, algunas personas, incluso tus padres, profesores, directores de escuela y compañeros de clase pueden estar incómodos con la manera en que expresas públicamente tu sentido interno de género, especialmente si éste va en contra de sus ideas sobre las formas en que las mujeres y los hombres deberían vestirse y comportarse. La forma de expresar tu sentido interno de género a otras personas es algo en que necesitas pensar. También, deberías discutirla con personas en quienes confías y evaluarla en términos de tu seguridad y qué tipo de comunidad tienes para apoyarte.

Deberías revelar tu orientación sexual o identidad de género primero a las personas en quien más confías. Necesitas estar seguro de que no te van a lastimar, te aceptan tal como eres, respetan tu privacidad y que no le contarán a nadie que no quieres que sepa.

Piensa en lo que puedes perder si le dices a una persona determinada. Si es uno de tus padres, ¿puede que te eche de la casa, o impida que hables con tus amigos? Si es uno de tus amigos, ¿puede que se aleje de ti o se lo diga a otros compañeros de clase? ¿Qué pasaría si lo hiciera?

También piensa en lo que perderás si no le dices a una persona determinada. ¿Tu relación con tus padres o amigos se volverá más tensa porque guardas un secreto? ¿Estarían más unidos y podrías recibir más apoyo de ellos si entenderían las causas de tu retraimiento?

Piensa en las cosas que has podido compartir con ellos en el pasado y cómo reaccionaron. Si hay alguien con quien quieres declararte y no estás seguro de cómo reaccionará, trata de averiguar. Puedes iniciar una conversación sobre un libro, una película o un programa de televisión sobre personas gays, lesbianas, bisexuales o transgéneras.

Sin embargo, recuerda que la reacción de una persona a un personaje GLBT en una película puede ser diferente a su reacción al enterarse de que su hija, hermano o amigo es GLBT. Pero al mismo tiempo, hay personas que parecen tener más prejuicios en cuanto a una situación hipotética (como la de una película) que con una situación donde responden a un ser querido.

Por ejemplo, como la homofobia y la transfobia son tan comunes y generalmente aceptadas en nuestra sociedad, un amigo o padre puede burlarse de un personaje GLBT en una película involuntariamente. Pueden hacerlo porque piensan que esperas que lo hagan, pero luego pueden mostrar más consideración y buena voluntad para entender mejor durante tu proceso de

declaración. Por otro lado, algunos padres o amigos que parecen aceptar a personajes GLBT en películas o programas de televisión pueden no aceptar tan fácilmente que sus seres queridos sean homosexuales, bisexuales o transgéneros.

Para averiguar cómo reaccionará alguien al hecho de que eres GLBT, trata de hacer preguntas específicas y personales que provoquen sentimientos. Por ejemplo, si tienes un amigo que tiene un hermano mayor que toma cursos en la universidad o que está ingresado en el ejército, puedes decir algo como “He leído historias sobre las organizaciones de personas GLBT en los campus universitarios” o “He leído historias sobre los gays que sirven en el ejército. ¿Estarías disgustado si tu hermano regresara del ejército y te dijera que es gay?” Tu amigo le puede sorprender y contestar, “Mi hermano es gay.”

¿Cómo debería decírselo a mis padres o tutores?

LA RESPUESTA CORTA: *Cuando estés listo, y con cuidado.*

Muchos adolescentes GLBT dicen que sus relaciones con sus padres se volvieron más unidas después de que se declararon porque fueron más honestos. Dicen que fue un tipo de alivio porque ya no guardaban un secreto. PFLAG fue fundado por este tipo de padres que querían apoyar a sus hijos GLBT, trabajar con sus hijos para que tengan derechos iguales, y darles la bienvenida a las parejas de sus hijos, aceptándolos como parte de la familia.

Pero no siempre es así. Algunos padres echan a sus hijos de la casa después de que se declaran. Algunos padres se vuelven abusivos. Algunas relaciones familiares nunca se recuperan.

Antes de que te declares con tus padres, deberías considerar algunas cosas.

Piensa en la reacción general que tus padres tienen con respecto a las personas GLBT. Observa a tus padres o haz preguntas indirectas para averiguar lo que más puedas. ¿Tienen amigos gays? ¿Leen libros o miran películas que incluyen relaciones homosexuales? ¿Su religión acepta a las personas GLBT? ¿Les has escuchado decir que no hay problema con ser gay, lesbiana, bisexual o transgénero?

Piensa en tu relación con tus padres. ¿Han mostrado que te aman incluso cuando están disgustados contigo? ¿Te han apoyado incluso cuando hiciste algo que a ellos no les gustó?

Prepárate y haz un plan en caso de que no respondan muy bien. Asegúrate de que exista una persona a quien puedas llamar inmediatamente si necesitas apoyo. Si necesitas salir de la casa, ¿existe un lugar en donde te puedas quedar? ¿Si tus padres ya no te mantendrán, hay alguien más en quien puedas confiar?

Si la respuesta de todas estas preguntas es “no,” **no** te declares con tus padres hasta que exista un lugar seguro a donde puedas ir, y hasta que tengas una

manera de mantenerte. Es probable que sea mejor esperar hasta que puedas mantenerte. Puedes decidir que nunca se los dirás porque no lo entenderán.

Si la respuesta de todas estas preguntas es “sí,” probablemente está bien contárselo.

Eres la única persona que puede contestar esas preguntas. Toma en cuenta el número de respuestas de “sí” y “no” cuando pienses en declararte. Confía en tus sentimientos. Declararte con tus padres o tutores es un proceso que casi siempre es difícil, pero debes prestar atención a tus sentimientos si estás aterrizado de hacerlo. No todos los padres lo van a aceptar.

Si decides que puedes y quieres contárselo a tus padres, piensa en cómo puedes facilitar el proceso para ellos y para tí mismo. Intenta pensar en cómo van a sentirse y qué tipo de preguntas pueden tener para que estés listo para contestarlas. Llama a una división local de PFLAG y habla con un padre que pueda conversar contigo sobre la manera en que tus propios padres podrían reaccionar (puedes localizar una división que esté cerca de tí al mirar el sitio de web de PFLAG en www.pflag.org).

También sería mejor si escogieras un tiempo en el que tus padres estén relajados y no estén presionados por sus trabajos o asuntos familiares. Si no, podrían sentir que no tienen tiempo para lidiar con tu situación y no hacerte caso.

Debes estar preparado por si tus padres necesitan tiempo para aceptar que eres GLBT, de la misma forma en que, probablemente, tú necesitaste algo de tiempo.

Recuerda que tus padres son de una generación anterior a la tuya, una que era más homofóbica y transfóbica que la tuya. Aunque acepten a las personas GLBT en general, tus padres pueden estar sorprendidos al enterarse de que eres lesbiana, gay, bisexual o transgénero. Al principio, es posible que no quieran aceptarlo, o que quieran contratar a un psiquiatra para “curarte” (mira la página 5 para más información sobre esta situación).

Antes de que las asociaciones psiquiátricas y psicológicas llegaran a la conclusión de que no hay ningún problema con la homosexualidad, existían muchas teorías que indicaban que las personas se volvían homosexuales a causa del comportamiento de sus padres. Tus padres pueden preocuparse por tu homosexualidad y lo que ésta significa en cuanto a su labor como padres, o con respecto a no haberte dado todo lo que necesitabas cuando estabas creciendo. Esa preocupación puede manifestarse en la forma de enojo e incluso puede que estén a la defensiva.

Tus padres también podrían sentirse que los has rechazado o que has rechazado su estilo de vida al ser GLBT, o que de alguna manera has arruinado los sueños y planes que ellos tenían para ti. Muchas veces existen algunos de estos sentimientos en todas las relaciones de los adolescentes con sus padres, dado que los adolescentes se vuelven más independientes y los padres tienen que

olvidarse de la imagen que han creado sobre el tipo de persona que sus hijos llegarán a ser. Los padres de las personas GLBT pueden vivir sentimientos intensos de pérdida y rechazo.

Aunque puede que no tengan ese tipo de reacción, es probable que tus padres se preocupen por ti. Pueden preocuparse sobre si esta situación te pondrá en peligro, si tu vida será feliz o no, y si llegarás a tener tu propia familia o no. Eso puede resultar en que no quieran hacer caso de lo que les has dicho, o que lo nieguen.

Pueden preocuparse sobre cómo se lo van a decir a sus propios padres y amigos. Ellos mismos comenzarán un proceso de declaración.

Lo mejor que puedes hacer es estar listo para contestar sus preguntas, o sugerirles personas con quienes puedan hablar. Mientras más investigues el tema, y más seguro te sientas de tí mismo, más convencerás a tus padres de que estás listo para ser responsable de tí mismo. Entonces, no se preocuparán tanto por tí.

PFLAG te puede ayudar mucho con este proceso. PFLAG y sus miembros pueden ayudar a proveer libros, películas e información a tí y a tu familia. También pueden remitirles material informativo a otras personas que forman parte de familias con hijos GLBT, o a consejeros que pueden ayudarles a lidiar con sus sentimientos.

Y recuerda que no tienes que declararte con toda tu familia al mismo tiempo. Muchos adolescentes han hablado primero con el familiar o el tutor que creen que será más tolerante o con quien sea más fácil hablar.

Sin embargo, reconoce que confiar en sólo un padre puede provocar sentimientos de dolor y tensión entre tus padres. El padre con quien no hables puede sentirse un poco desairado cuando se entere del asunto, y el padre con quien hables puede sentir tensión porque tiene la carga de explicar su silencio o de guardar un secreto hasta que estés listo para hablar con el otro padre. Si sólo planeas decírselo a un padre, considéralo con cuidado.

Lo más importante es que te asegures de tener otras personas con quienes hablar, porque aunque declararte con tus padres sea relativamente fácil, el proceso en sí es difícil. Mientras más apoyo tengas, mejor.

Qué puedo hacer si me acosan en la escuela?

LA RESPUESTA CORTA: *No deberías tener que lidiar con acoso en la escuela, y existen muchos recursos para ayudarte.*

Para personas GLBT, puede resultar difícil ir a la escuela. Muchas personas GLBT oyen muchos chistes e insultos con regularidad en la escuela, y algunos de esos chistes pueden salir de la boca de profesores, directores u otros

estudiantes. Algunas personas GLBT son víctimas de agresiones físicas en la escuela, o son agredidos por compañeros de clase fuera de la escuela. Si eres una persona transgénero, tu escuela probablemente no cuenta con reglas de vestuario, baños, salas de armarios, clases de educación física o equipos atléticos que cumplan tus necesidades.

Sin importar tu orientación sexual o identidad de género, tienes el derecho a un ambiente académico seguro, y existen muchos recursos que pueden ayudarles a tí y a tu familia a lograrlo. Una de las prioridades más importantes de PFLAG es ayudar a estudiantes, padres, tutores y profesores a crear escuelas que sean seguras en sus comunidades.

Si tus compañeros te acosan o encuentras problemas con ser tú mismo mientras estás en la escuela, trata de hablar con un profesor o persona que te apoye, u otra persona en tu vida que te pueda escuchar y dar apoyo. También es una buena idea ver qué tipo de política contra el acoso y la discriminación se establece en tu escuela. Decisiones legales recientes indican que en algunos casos, las escuelas son responsables de prevenir el abuso anti-GLBT, y algunos estados han establecido leyes que prohíben la discriminación, algunas de las cuales se aplican en instituciones académicas.

Si no estás recibiendo apoyo en tu escuela, ponte en contacto con PFLAG o con una de las otras organizaciones en la lista localizada en la portada posterior de este folleto.

¿Perderé a mis amigos heterosexuales? ¿Dónde encuentro amigos GLBT?

LA RESPUESTA CORTA: *Con respecto a la primera pregunta, es probable que no. Y respecto a la segunda, por todas partes.*

Muchas personas dicen que tienen más amigos heterosexuales después de que se han declarado, y que están más felices y más seguros desde que se declararon. Es más fácil estar unido con las personas cuando no te estás ocultando nada y cuando estás cómodo. Además, algunas personas han tenido experiencias terribles cuando se declararon en la escuela. Los adolescentes pueden ser muy crueles, especialmente cuando están inseguros y buscan maneras de mejorar su autoestima. Pueden acosarte y hacer que tu vida sea desagradable. Los adolescentes GLBT tienen una tasa muy alta de abandono de estudios por la manera en que son tratados.

Si quieres declararte con tus amigos, ten cuidado de sólo confiar en los amigos que respetarán tu privacidad y confidencialidad. Los amigos que suelen chismear pueden provocar problemas, aunque no pretendan lastimarte.

Algunos amigos lo apoyarán inmediatamente. Uno o dos amigos ya podrían haber adivinado que no eres heterosexual o que eres transgénero. Puedes darte cuenta de que ya tienes amigos GLBT y no lo sabías.

Puede que algunos amigos necesiten tiempo para ajustarse a la idea de que eres GLBT. Algunos pueden creer que tu declaración es una forma de coquetear con ellos, y por eso pueden sentirse incómodos. Algunos se preguntarán si ellos son GLBT también, al saber que eres GLBT y un amigo cercano. Trata de pensar en cómo cada amigo podría sentirse, y cómo puedes probarle que no has cambiado, de la misma forma que lo hiciste con tus padres. Como lo hiciste con tus padres, puedes ayudarles si les ofreces algunos de los recursos incluidos en la lista al final de este folleto.

Hablar sobre tus experiencias al declararte también puede ayudar. Conocer a personas que son GLBT es muy importante; amigos que saben muy bien lo que estás viviendo porque ellos mismos lo han vivido, o amigos que se encuentran en el proceso de declararse.

Un punto de partida bueno es las organizaciones para jóvenes GLBT, porque en estas organizaciones no tendrás que averiguar si otro adolescente es GLBT o no. Muchas de las ciudades principales tienen organizaciones para jóvenes GLBT donde podrás conocer fácilmente a otras personas. Conocerás a nuevos amigos con quienes podrás compartir experiencias y encontrar apoyo y aprender más sobre tí mismo.

Si vives en un pueblo pequeño o en una región campesina, puede resultar más difícil encontrar grupos como éstos. En este caso, puedes conocer a otras personas utilizando las páginas de web y los números de apoyo que se incluyen al final de este folleto. Las organizaciones incluidas en la lista de recursos también pueden ayudarte a localizar grupos más específicos, por ejemplo organizaciones de personas GLBT que son afroamericanas, árabes, asiáticas o latinas, o grupos de apoyo para personas incapacitadas GLBT.

Y recuerda que aunque te parezca que eres la única persona GLBT en tu escuela, no lo eres. Dado que tanto como el 10% de la población es gay, lesbiana, bisexual o transgénero, pueden existir otros estudiantes GLBT que ya conoces en tu escuela (pero no sabes que son GLBT) o que todavía no has conocido.

A veces, la gente puede bromear sobre tener un “gaydar,” un tipo de radar para saber quien es GLBT. Asumir que alguien es GLBT si todavía no se ha declarado completamente es como asumir que alguien está interesado en ti. A veces se puede saber, otras no.

¿Puedo tener mi propia familia?

LA RESPUESTA CORTA: Sí.

Parejas homosexuales forman y construyen familias duraderas en todas partes del mundo. Muchas parejas homosexuales celebran ceremonias para confirmar la dedicación a su relación y compartir esa relación con sus familiares y amigos.

Desde el 2006, el matrimonio homosexual se reconoce por ley en el estado de Massachusetts, aunque Vermont y Connecticut han aprobado un sistema de uniones civiles legales, que es una forma de reconocimiento de relación que otorga beneficios parecidos al matrimonio de acuerdo con leyes estatales. Ahora, el matrimonio homosexual es legal en España, los Países Bajos, Sudafrica y Canadá, y otros países otorgan beneficios y/o uniones civiles a parejas homosexuales también. Ahora, más compañías, por ejemplo IBM y American Express, tratan a parejas homosexuales como a cualquier otra pareja casada, y otorgan cobertura de seguro médico a las parejas de sus empleados GLBT.

Muchas parejas homosexuales también crían a hijos juntos. Algunas parejas e individuos han usado la inseminación artificial para concebir a un hijo. Otras personas GLBT crían a hijos que tuvieron en previas relaciones heterosexuales, solas o con la ayuda de sus nuevas parejas. Dado que las actitudes de la sociedad siguen cambiando, la adopción de niños por parejas homosexuales también se ha vuelto más común.

Las parejas GLBT siguen formando familias a pesar de las preocupaciones legales en cuanto al reconocimiento de los padres, la identidad de género, y la falta de protecciones y beneficios. Aunque a veces puede ser una batalla legal para las parejas homosexuales, las personas GLBT que viven en todas partes del mundo han logrado formar familias de apoyo y amor tradicionales y no tradicionales.

Y muchas personas GLBT consideran que sus amigos y la comunidad GLBT local constituyen su familia. En muchas ciudades, hay una comunidad GLBT grande y unida que ofrece el mismo tipo de amor y apoyo que buscamos en nuestras familias.

Sé Tú Mismo

Es obvio que este folleto no puede hacer ni contestar todas las preguntas, pero esperamos que te sirva como un punto de partida. No tienes que estar sólo mientras exploras tu orientación sexual o identidad de género. Los recursos que se incluyen en la próxima página te permitirán seguir encontrando información, obtener respuestas, conocer a amigos y recibir apoyo.

Aprenderás que el mejor consejo es ser tú mismo. Si eres GLBT, muy pronto descubrirás que tienes el poder de decidir y definir tu identidad y la manera en que quieres expresarla. Aunque declararte te planteará preguntas y situaciones que nunca antes tuviste que encarar, también encontrarás alegría durante tu viaje de descubrimiento.

En muy buena compañía...

Si usted es gay, lesbiana o bisexual, está en muy buena compañía:

Vicente Aleixandre, España (poeta que ganó el premio Nobel) • Pedro Almodóvar, España (director de cine, ganador del Oscar) • Reinaldo Arenas, Cuba (escritor) • Manuel Azaña, España (presidente de la II república española, entre 1936-1940) • Jaime Bayly, Perú (novelista) • Lohana Berkins, Argentina (activista) • Mildred Braulio Martínez, Puerto Rico (abogada y activista) • Luis Caballero, Colombia (pintor) • Juaquin Antonio Cáceres Hernández, El Salvador (activista) • Sara Calderón Levi, México (escritora) • Rafael Campo, cubanoamericano (escritora, médico y profesor) • Nancy Cárdenas, México (escritora y directora de teatro) • Marcelo Castro, Costa Rica (presentador de televisión) • Luis Cernuda, España (poeta) • Sor Juana Ines de la Cruz, México, (escritora, poeta) • Salvador Dalí, España (pintor) • Roberto Echavarren, Uruguay, (ensayista) • Fernando Frontán, Uruguay (poeta, escritor, activista) • Federico García Lorca, España, (poeta y dramaturgo) • Luis Gauthier, Chile, (activista) • Boris Isaguirre, Venezuela. (escritor) • Patria Jiménez, México(política) • Frida Kahlo, México (pintora) • Evelyn Mantilla, Puerto Rico (política) • Rubén Mayorga, Guatemala, (activista) • Gabriela Mistral, Chile, Chile, (poeta que ganó el premio Nobel) • Norma Mogrovejo, México, (lesbianóloga, socióloga y abogada) • Roberto Montenegro, México (pintor) • César Moro, Perú, (poeta) • Archy Obejas, Cuba (escritora) • Ana Olivera, Brazil (activista) • Jordi Petit, España (activista) • Manuel Puig, Argentina (novelista y escritor de obras teatrales) • José Quintero, Panamá (director teatral) • Bessye Reyna, panameñoamericana (poeta y periodista) • Fernando Rodríguez Casas, bolivianoamericano (pintor y filósofo) • Edgar Rodríguez, Puerto Rico (policía y activista) • Jacobo Schifter, Costa Rica (historiador, escritor y activista) • Juan José Sebreli, Argentina (sociólogo e historiador) • Luz María Umpierre, Puerto Rico (poeta) • José Vasconcelos, México (ensayista) • Pedro Zamora, cubanoamericano (participante en “Real World” y activista)

Filiales de PFLAG que Ofrecen Servicios en Español:

PFLAG les ofrece apoyo, educación y posibilidades de activismo a todas las familias y amigos, y les da la bien venida a ellos y a sus familiares gays, lesbianas o bisexuales para que se unan a nuestro grupo. Les sugerimos ponerse en contacto con la filial que le convenga de la lista que aparece en www.pflag.org. Las filiales de PFLAG o los centros de gays, lesbianas y bisexuales en su comunidad les pueden ayudar a ponerse en contacto con otros padres, a los jóvenes gays y lesbianas a conocer a otros jóvenes como ellos, o a Uds. y a sus hijos a encontrarse con otras familias y gente que les pueden colaborar compartiendo sus experiencias.

Recursos y Grupos Latinos/Hispanos de Apoyo, Educación y Activismo:

En el portal de PFLAG, www.pflag.org/focn.html, FOCN, Ud. encontrará una rica fuente de recursos y enlaces actualizados sobre:

Filiales de PFLAG que ofrecen servicios en español

- Enlaces a grupos Latinos/Hispanos de apoyo, educación y activismo
- Folletos, libros, videos y DVDes en español.
- Enlaces a servicios para jóvenes LGBT
- Enlaces a otras organizaciones LGBT que ofrecen recursos en español
- Amplia información en INGLÉS sobre recursos y groups LGBT

Publicaciones, Periódicos y Películas:

Hay literalmente cientos de libros, revistas, periódicos, boletines informativos y películas disponibles que ofrecen apoyo adicional e información a los padres y familiares de personas gays, lesbianas, bisexuales y transgéneras así como a individuos. La red de internet es una excelente fuente donde conseguir información, como lo son las librerías y bibliotecas. Para obtener una lista de algunos libros recomendados por PFLAG, visite el portal: www.pflag.org/focn.html.

Organizaciones Antigays:

Hay muchos grupos que se han formado con el fin de oponerse a los derechos civiles básicos y a la igualdad de personas gays, lesbianas, bisexuales y transgéneras. Es difícil la identificación rápida de varios de estos grupos porque frecuentemente sostienen que se dedican a defender los “valores tradicionales”, cuando en realidad ellos abogan por la dañina “terapia reparativa” y por la legislación antigay. Estos son algunos de los grupos:

- American Center for Law and Justice (*Centro Americano de Leyes y Justicia*)
- American College of Pediatricians (*Colegio Americano de Pediatras*)
- American Family Association (*Asociación Americana de la Familia*)
- Christian Communication Network (*Red Cristiana de Comunicación*)
- Christian Families with Faith for Lesbians and Gays (CFLAG) (*Familias Cristianas de Fe para Lesbianas y Gays [CFLAG]*)
- Concerned Women for America (*Mujeres Preocupadas por América*)
- Courage/Encourage (*Valor/Incentivar*)
- Eagle Forum (*Foro Aguila*)
- Family Research Institute (*Instituto de Investigación sobre la Familia*)
- Focus on the Family (*Enfoque en la Familia*)
- Jews Offering New Alternatives to Homosexuality (JONAH) (*Judíos que Ofrecen Nuevas Alternativas a la Homosexualidad [JONAH]*)
- Liberty Counsel (*Asesoramiento Libertad*)
- National Association for Research and Therapy for Homosexuality (NARTH) (*Asociación Nacional de Investigación y Terapia para la Homosexualidad [NARTH]*)
- Parents & Friends of Ex-Gays and Gays, (PFOX) (*Padres y amigos de Exgays y Gays, [PFOX]*)
- Positive Alternatives to Homosexuality (PATH) (*Alternativas Positivas a la Homosexualidad [PATH]*)
- Traditional Values Coalition (*Coalición de Valores Tradicionales*)

Para hacerse miembro de PFLAG

Los beneficios de la membresía de PFLAG:

- Suscripción a nuestro boletín informativo, the PFLAGpole
- El envío semanal de PFLAG Alert and Action Alerts via e-mail
- Descuentos en las publicaciones de PFLAG
- Invitaciones a eventos y conferencias locales, regionales y nacionales
- Privilegio de votar para elegir a los Miembros del Consejo Nacional y de los Directores Regionales
- La satisfacción de pertenecer a la red nacional de PFLAG, familiares y amigos que defienden y luchan por la igualdad de derechos de las personas GLBT

Para ser miembro de PFLAG, visite el portal: www.pflag.org o llene la solicitud adjunta y envíela a:

PFLAG

1726 M Street, NW, Suite 400
Washington, DC 20036

Información:

Nombre: _____

Dirección postal: _____

Ciudad: _____ Estado: _____ Zona postal: _____

Teléfono: _____ Dirección electrónica: _____

Pago:

Cheque

Visa Mastercard Discover American Express

Cargue mi tarjeta de crédito:

\$50 \$75 \$100 \$250 \$500 \$1,000

Número de la tarjeta crédito: _____

Fecha de expiración: _____

Importante:

El nombre del miembro y la dirección deben ser las mismas que aparecen en la cuenta de su tarjeta de crédito.

NUESTROS/AS HIJOS/AS TRANS

El portal de PFLAG para personas transgéneras (TNET) publica este boletín como una introducción a temas sobre la transgeneridad (TG), especialmente para padres con hijos de todas las edades. El folleto abarca temas relacionados con personas transgéneras, adolescentes TG, procesos de transición, vivencias familiares, preguntas más frecuentes, situaciones comunes, diferencias entre orientación sexual e identidad de género, aspectos legales, una pequeña bibliografía, una lista de investigaciones y sitios en el internet de familias trans. Este es un excelente folleto para educar a las familias, amigos, empleadores y a la comunidad en general.

NUESTROS HIJAS Y NUESTROS HIJOS: PREGUNTAS Y RESPUESTAS PARA PADRES DE GAYS, LESBIANAS Y BISEXUALES

Esta es una traducción culturalmente adecuada de *Our Daughters and Sons* y constituye un recurso valioso para familias hispanohablantes intentando entender y aceptar la idea de homosexualidad y bisexualidad. Contesta preguntas frecuentes acerca de tener un ser querido gay o lesbiana, e incluye recursos en español.

Todas las publicaciones están disponibles en forma gratuita para bajar de www.pflag.org y también se pueden comprar. Para mayor información visite nuestro portal o llame al teléfono (202) 467-8180.