



# RESPUESTAS SOBRE LA ORIENTACIÓN AFECTIVO-SEXUAL E IDENTIDAD DE GÉNERO

---

EDUCACIÓN EN DIVERSIDAD • 2020

Subvencionado por:



MINISTERIO  
DE ASUNTOS EXTERIORES, UNIÓN EUROPEA  
Y COOPERACIÓN

DIRECCIÓN GENERAL  
DE NACIONES UNIDAS  
Y DERECHOS HUMANOS



# ÍNDICE

<b>PRESENTACIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>CUESTIONES SOBRE ORIENTACIÓN SEXUAL</b> .....	<b>2</b>
De qué hablamos cuando hablamos de orientación sexual .....	3
Qué es la homosexualidad .....	3
Qué es la bisexualidad .....	5
Qué es la asexualidad .....	6
¿Hay prácticas sexuales LGBT? .....	7
¿Son necesarias las etiquetas? .....	7
Modelos relacionales y de amores .....	8
Orientaciones sexuales y normalidad .....	8
<b>CUESTIONES SOBRE LA LGBTFOBIA</b> .....	<b>9</b>
Qué es la LGBTfobia .....	10
Cuáles son las consecuencias de la LGBTfobia .....	12
Qué es acoso escolar .....	13
Qué es el Ciberbullying .....	14
<b>CUESTIONES SOBRE LA IDENTIDAD DE GÉNERO</b> .....	<b>16</b>
Qué es el género .....	17
Qué es la identidad de género .....	17
Qué son los roles de género .....	18
Qué es la expresión de género .....	18
Qué significan CIS y TRANS .....	18
¿Qué es la intersexualidad? .....	19
<b>ESTRATEGIAS CONTRA LA LGBTFOBIA</b> .....	<b>20</b>
Desde los centros educativos .....	21
Activismos y movimientos sociales .....	21
La importancia de la educación sexual .....	22
Lenguaje Inclusivo LGBT+ .....	24
Expresar identidades no binarias .....	25
<b>RECURSOS</b> .....	<b>26</b>
Youtubers LGBTI .....	26
<b>COLECTIVOS Y ASOCIACIONES LGBT+</b> .....	<b>28</b>

# PRESENTACIÓN

COGAM es el colectivo LGBT+ de Madrid que lleva desde 1986 trabajando por la igualdad de las personas LGBT+. Entre otros servicios realiza detección de VIH, counseling, grupos de autoayuda, y asesorías. Entre las actividades que ofrece el Grupo de Educación se encuentran la realización de talleres en centros educativos para alumnado, charlas para familias, formación a profesorado y profesionales o estudios sobre LGBTfobia.

La presente guía sobre diversidad afectivo-sexual e identidad de género tiene como objetivo ofrecer información sobre la diversidad LGBT+ y la realidad de dicha población, pues es de suma importancia desmontar los prejuicios que lastran la sociedad y fundamentan el acoso LGBTfobo. Se dirige a jóvenes y personas adultas que puedan utilizarla como referencia inicial frente a cuestiones relacionadas con la orientación afectivo sexual y la identidad de género.

El contenido se divide en cuatro bloques:

- 1** Cuestiones sobre la orientación sexual.
- 2** Cuestiones sobre la identidad de género.
- 3** Cuestiones sobre la LGBTfobia.
- 4** Recursos online y entidades LGBT+.



# CUESTIONES SOBRE ORIENTACIÓN SEXUAL

## De qué hablamos cuando hablamos de orientación sexual

---

La orientación afectivo-sexual es la atracción emocional, romántica, sexual y/o afectiva duradera hacia otra persona, según la Asociación Americana de Psicología. Así, la orientación hace referencia a hacia quién se dirigen los afectos y deseos sexuales. No debemos confundirla con la identidad de género ni con la expresión de género, pues de quien nos enamoramos o quien despierta el deseo no determina la manera de actuar o de comportarse.

## Qué es la homosexualidad

---

Es la atracción sexual y/o enamoramiento que siente una persona por otra de su mismo género. Por ejemplo, hombres que sienten atracción por hombres (gays) o mujeres que sienten atracción por mujeres (lesbianas). La homosexualidad es tan natural y legítima como la heterosexualidad o cualquiera de las orientaciones que existen, y no es exclusiva del ser humano.

**Mitos sobre la homosexualidad:** En contraposición a los estereotipos y mitos más populares, la orientación sexual no determina las profesiones, las maneras de vestir o de comportarse. Existen personas homosexuales en todas las profesiones y con formas distintas de expresarse.

Confundir identidad, expresión de género y orientación sexual es algo común pero incorrecto. Estas asociaciones se basan en estereotipos. No existe una manera de ser lesbiana ni una manera de ser gay, sino tantas como personas homosexuales existen. La realidad es que las lesbianas, como cualquier mujer, son muy diversas tanto en su vestimenta, como en sus gustos o aficiones.

No hay características externas que distingan a las lesbianas y los gays de las mujeres y hombres heterosexuales.

### ¿Se fomenta la homosexualidad al hablar de ella?

Definitivamente no. Defender esta afirmación es una estrategia para invisibilizar la realidad de las personas LGBT evitando nombrarlas y visibilizarlas, y así poder negar su existencia posteriormente. Por el contrario, reconocer la diversidad de orientaciones sexuales e identidades de género que existe contribuye a desmontar estereotipos y prejuicios y se previene el acoso LGBTfobo. Hablar de una orientación no tiene capacidad de transformar el odio y el amor de las personas. Por ejemplo, las mujeres lesbianas han estado rodeadas de referentes heterosexuales en su entorno y no por ello ha cambiado su orientación sexual.

### Las familias sin un padre o madre: familias

**homoparentales:** Numerosos estudios demuestran que madres y padres LGBT generan apegos igual de seguros y pueden ofrecer una educación de calidad con la misma efectividad que familias heterosexuales. Susan Golombok, directora del Centro de investigación familiar de la Universidad de Cambridge, realizó un estudio sobre familias homoparentales en el que concluyó que las hijas e hijos de dos madres muestran el mismo desarrollo y sociabilidad que los de madres heterosexuales.

La autora concluía que fuera cual fuese el modelo familiar, lo realmente importante es la calidad de las relaciones, es decir, los cuidados y afectos que se den en ella. Igualmente, las familias homoparentales son solo un tipo dentro de la inmensa variedad de familias que se encuentran en la sociedad.

**VIH y homosexualidad:** Un mito extendido consiste en relacionar directamente la transmisión del VIH/sida con una orientación sexual concreta en lugar de relacionarlo con las prácticas de riesgo. Relacionar el VIH con el colectivo LGBT+ fomenta la estigmatización

y la discriminación. Por tanto, no es correcto hablar de homosexuales como grupo de riesgo, sino de prácticas de riesgo. De este modo, se visibilizan las prácticas de riesgo que son las vías de transmisión de infecciones de transmisión sexual, como la hepatitis B, la sífilis, la gonorrea, o el virus del VIH. Así, no solo se evita estigmatizar a un colectivo, sino que se trabaja por la salud de la sociedad en su conjunto.

## Qué es la bisexualidad

---

Es la atracción sexual y/o enamoramiento hacia personas del mismo género y otros, no necesariamente de la misma manera, al mismo tiempo, al mismo nivel ni con la misma intensidad. En su origen, la palabra 'bisexual' hacía referencia a la atracción sexual y/o romántica hacia mujeres y hombres. El manifiesto bisexual expone que la bisexualidad es la atracción afectiva y sexual hacia personas de todos los sexos y géneros. Por otro lado, el término '**pansexualidad**' surge en los años setenta asociado a términos antihegemónicos. Es semejante a la bisexualidad pero se define como al atracción sexual y/o románticas hacia otras personas independientemente de su género. En cualquier caso, es la propia persona la que se identificará con una u otra orientación.

**In(BI)sibilidad:** La bisexualidad es una orientación que ha estado invisibilizada tanto dentro como fuera del colectivo LGBT+. Una evidencia de esto es la invisibilización de figuras como Brenda Howart, la activista bisexual que organizó en 1970 la primera marcha por el orgullo LGBT+ en Nueva York. Se tiende a asumir la orientación de una persona bisexual según el tipo de pareja que tenga en ese momento, de modo que una pareja de dos hombres se asumirá como dos homosexuales a pesar de que uno o ambos puedan ser bisexuales.

**Mitos sobre la bisexualidad:** Se pueden oír los mitos de que las personas bisexuales son 50% heterosexuales y 50% homosexuales, que están pasando una fase, que están confundidas, que son más infieles que el resto de personas o que es una transición hacia la homosexualidad. Estos mitos han fundamentado relatos cinematográficos donde se alimenta esta idea. Nada de esto tiene por qué corresponderse con la realidad. Cada persona bisexual vive su orientación de manera diferente y escuchar estos y otros mitos contribuye a confundir a las y los jóvenes bisexuales.

## Qué es la asexualidad

---

Está definida por la ausencia de atracción sexual hacia otras personas. No hay que confundirlo con la castidad, donde existe deseo pero no se consuma. La asexualidad no supone una frustración al no existir deseo. De la misma manera que un hombre gay no siente frustración por no sentir atracción sexual hacia mujeres.

Las personas asexuales pueden sentir enamoramiento, de modo que hay personas asexuales heterorrománticas, homorrománticas y birrománticas. El término opuesto a la asexualidad es la alosexualidad (es alguien que experimenta atracción sexual hacia otras personas). Por otro lado, también se puede hablar de **arromanticismo**. Esto es, personas que no sienten una orientación romántica hacia otras personas. La **grisasexualidad** define a aquellas personas que sienten atracción sexual de forma esporádica, es decir, que no la experimentan tan a menudo. Por otro lado, las personas **demisexuales** solo sienten atracción por personas con las que ya han establecido un vínculo afectivo.



## ¿Hay prácticas sexuales LGBT?

---

La sexualidad humana es tan diversa como lo son las personas. No existen prácticas propias de una orientación y cada persona decide tener unas prácticas u otras, o no tenerlas. Lo importante en cualquier caso es que las relaciones sexuales se den de manera segura y consentida. Es decir, que se prevengan infecciones y embarazos no deseados y con el deseo explícito de ambas partes. Toda relación debería ser libre, igualitaria, consensuada y deseada.

La sexualidad suele entenderse desde una perspectiva coitocéntrica. Es decir, como si se redujese solo a la penetración, dejando fuera caricias, besos y un sinfín de prácticas. Por eso parece que las relaciones son como firmar un contrato: se empieza en A y se termina en B. Pero no es así, cada persona tiene preferencias distintas y ritmos distintos donde cada una decide hasta dónde llega.

## ¿Son necesarias las etiquetas?

---

Las etiquetas son necesarias para visibilizar las realidades sobre nuestra manera de sentir y vivir. De esta manera se evidencia que hay más personas como nosotras y que formamos parte de la sociedad. Hay personas a quienes las etiquetas les ofrecen una gran ayuda en la construcción de su identidad y otras para quienes no son en absoluto necesarias, por lo que no hay que olvidar que las personas son más importantes que las etiquetas que se ponen y se debe respetar el deseo personal de usarlas o no.

## Modelos relacionales y de amores

---

No todas las personas se relacionan afectivo-sexualmente en modelos tradicionales de pareja. Existen otros tipos de modelos de convivencia amorosa como pueden ser trios, parejas abiertas, personas anárquicas relacionales o poliamorosas. Cualquier modelo ha de respetar siempre los sentimientos de las personas implicadas y negociar todos los aspectos que las incluyan. Por ejemplo, una pareja abierta no implica que cada uno hace lo que le dé la gana, sino que han consensuado un tipo de relación que incluye el contacto con otras personas según unas condiciones previamente consensuadas. Ninguna persona debería mantener una relación de ningún tipo que le haga sentir mal o alejarse de sus seres queridos.

## Orientaciones sexuales y normalidad

---

La palabra **normal** siempre se ha entendido como sinónimo de lo habitual o mayoritario, pero termina refiriéndose a la norma: la imposición social de ser como lo es la mayoría. Al utilizar la palabra **normal**, se están mezclando sin darse cuenta los términos de habitual, común, general, y, también, de norma. Por otro lado, tildar a algunas personas de **normales** implica que el resto no lo son, lo que se considera un posicionamiento ofensivo. Según la estadística de los estudios de COGAM, “LGBTfobia en las aulas” el porcentaje de personas no cisheterosexuales se mantiene en torno al 15%.



# CUESTIONES SOBRE LA LGBTFOBIA



## Qué es la LGBTfobia

---

Es el rechazo, odio y/o desprecio hacia las personas lesbianas, gais, bisexuales, trans, y, en general, hacia cualquiera que no cumpla con los roles de género establecidos. Esta es una actitud y un sentimiento aprendido. Nadie nace odiando a los demás, lo aprende poco a poco a través de estereotipos y prejuicios negativos. Cualquier acción, sea directa o indirecta, que conlleve el sufrimiento de una persona por ser LGBT es LGBTfobia.

Las personas LGBT están acostumbradas a un nivel de LGBTfobia de baja intensidad y, en ocasiones, no llegan a detectarla hasta que esta es muy grave. Los chistes, comentarios, miradas, risas y todo lo que hace sentir a una persona incómoda por su orientación o identidad de género son un tipo de agresión. Hay comentarios que no se permitirían con otras minorías o colectivos que sufren discriminación que sí se toleran con las personas LGBT.

**Homofobia:** Rechazo y odio hacia personas homosexuales. Debido a la mayor visibilidad masculina, se ha venido denominando metonímicamente “homofobia” a las agresiones hacia el colectivo LGBT. Por otro lado, puesto que la masculinidad tradicional es menos tendente a demostrar el afecto de manera explícita, las muestras de afectividad entre dos varones llaman más la atención que entre dos mujeres, exponiendo a estos a reacciones homófobas más violentas.

**Lesbofobia:** Igual que les ocurre a las mujeres trans y a las mujeres bisexuales, la homofobia se suma al machismo. Las mujeres lesbianas sufren discriminación por ser mujeres y por ser lesbianas. Para visibilizar a las

mujeres homosexuales, se recomienda la utilización del término específico de **lesbofobia**. Históricamente la sexualidad femenina ha quedado invisibilizada y relegada a un segundo plano frente a la sexualidad masculina. Actualmente, cuando la sexualidad femenina se representa en medios audiovisuales o literarios, tiende a hacerse bajo una mirada masculina que hipersexualiza a las mujeres y al lesbianismo. Las muestras de afecto entre mujeres están más aceptadas en la sociedad y las parejas de dos mujeres se contemplan a menudo como parejas de amigas, invisibilizando este tipo de relaciones.

**Bifobia:** Las personas bisexuales pueden sufrir rechazo o negación de su condición tanto por parte de los heterosexuales como de los integrantes del su propio colectivo. El desconocimiento generalizado de esta orientación afectivo-sexual y la falta de referentes propician la invisibilidad de las personas bisexuales tanto en políticas sociales como en medios de información.

**Violencia sobre mujeres bisexuales:** Según un estudio de Naciones Unidas, una de cada cuatro personas bisexuales afirma haber sido agredida o amenazada de violencia durante los últimos cinco años. Las mujeres bisexuales son particularmente vulnerables a la violencia sexual y la violación. El estudio recoge que casi una de cada dos mujeres bisexuales en los Estados Unidos ha sido víctima de violación, lo que representa el triple de la tasa de las víctimas que son mujeres heterosexuales y lesbianas, y el 75% de las mujeres bisexuales ha sido víctima de otras formas de violencia sexual<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Fuente: Naciones Unidas (2018): *Libres e Iguales: Las personas bisexuales y los derechos humanos*.  
Vía: [https://www.unfe.org/wp-content/uploads/2018/09/Bisexual-visibility\\_spanish.pdf](https://www.unfe.org/wp-content/uploads/2018/09/Bisexual-visibility_spanish.pdf)

Las fantasías construidas a través del consumo de pornografía tienen mucha influencia en la cosificación y sexualización de las mujeres. La presencia de mujeres actuando con un rol bisexual en este tipo de medios contribuye a construir una imagen especialmente distorsionada de las mujeres bisexuales.

**Transfobia:** Las personas trans, debido a la propia transgresión del binarismo sexo-género, sufren una virulenta forma de odio. Esta violencia también está presente en las instituciones públicas, por lo que los trámites administrativos se vuelven extremadamente difíciles al diferir su identidad de género con el sexo inscrito en documentos oficiales.

## Cuáles son las consecuencias de la LGBTfobia

---

Una de las consecuencias directas de la LGBTfobia es la vulneración en algún grado de los derechos de las personas que no son cissexuales y/o heterosexuales. Todo ser humano tiene derecho a una vida libre de violencia y esto es lo que reclaman las personas LGBT. Este colectivo suele sufrir en algún modo violencia verbal (insultos), limitación en el uso de los espacios (por miedo al acoso) y una normalización de la violencia de baja intensidad como es estar expuesto a bromas, chistes y estereotipos.

Una de las formas más claras de violencia que sufren las personas LGBT es el **acoso escolar**. Éste es, a su vez, causa de fracaso y abandono académico. Las formas más graves de acoso pueden desencadenar intentos de suicidio. 43 de cada 100 estudiantes que sufren acoso consideran suicidarse, llegando a intentar llevarlo a la práctica en el 30% de los casos.

El último informe del Observatorio Español contra la LGTBFobia manifiesta que las cifras de suicidio han aumentado un 60% en los últimos 45 años. En dicho informe se expone que *“de media casi 50 jóvenes LGBTI se suicidan en España cada año, y otros 950 jóvenes LGBTI lo intentan”*.

Las personas LGBT son más vulnerables al acoso, debido al miedo de muchas y muchos adolescentes a la reacción de sus familias y personas cercanas si estuviesen al corriente de su orientación o identidad. Además, se suma la soledad que produce el contagio del estigma, es decir, el miedo a recibir acoso de aquellas personas que ayudan en una agresión LGTBFoba o la falta de una comunidad cercana que preste apoyo, entre otras causas.

## Qué es el Acoso escolar

---

Se define por la violencia física o mental, por acción o por omisión (la exclusión puede ser un tipo de acoso), que se da de manera continuada en el tiempo en una relación de desigualdad. Las situaciones de acoso le pueden ocurrir a cualquier persona y, a pesar de que se buscan causas, la culpa nunca es de la persona que lo recibe, aunque con el tiempo acaba pensando lo contrario. Si estás sufriendo acoso, plantéate pedir ayuda y denunciar. Rara vez el acoso disminuye y habitualmente se incrementa la intensidad. Muchas veces las y los acosadores ni siquiera son conscientes de la gravedad de sus acciones.

Algunos centros educativos no saben reaccionar correctamente ante las situaciones de acoso o no tienen protocolos establecidos. Es responsabilidad del centro asegurar la convivencia pacífica del alumnado y hay un sinnúmero de recursos en internet para docentes y centros para trabajar el acoso escolar.

## Qué es el Cyberbullying

También conocido como ‘ciberacoso’ consiste en el ejercicio de una violencia persistente a una persona a través de redes sociales. Esto deriva en una multiplicidad de modalidades de acoso y maltrato. Las particularidades de la socialización a través de redes sociales intensifican los problemas del acoso cara a cara, aumentando la intensidad del daño.

Las redes sociales son un elemento esencial en el desarrollo y socialización actual de la adolescencia, especialmente para la comunidad LGBT+, que puede encontrar amistades afines en la red. En ocasiones, las y los adolescentes viven







situaciones de aislamiento y las redes son el único remedio frente a su soledad, pero éstas no están exentas de situaciones de abuso. De hecho, el acoso virtual resulta más complejo de detectar y prevenir.

En las redes sociales, al no tener a la persona enfrente, la gente tiende a ser menos empática. Además, en las interacciones por texto, se carece de la entonación y el resto de información no verbal. Por ejemplo, la ironía es difícil de captar. En consecuencia, es posible hacer daño más fácilmente a través de relaciones virtuales que en persona.

Sin embargo, toda situación de agresión continuada puede ser acoso. Quizá sean burlas sobre la orientación o la identidad de la persona, suplantación de identidades virtuales, amenazas, etc. En la red todo queda registrado, así que si se está siendo acosada o acosado realiza capturas de todo, anota la fecha y la hora y, cuando se tengan suficientes pruebas, denuncia a la policía y en el centro escolar.



# CUESTIONES SOBRE IDENTIDAD DE GÉNERO

## Qué es el género

---

Mientras que **el sexo** corresponde a las características biológicas de cada cuerpo, **el género** hace referencia a rasgos culturales, pautas de comportamiento o modelos de identidad establecidos culturalmente. Es lo que consideramos femenino y masculino. Es decir, que se trata de construcciones socioculturales que son aprendidas e interiorizadas a lo largo de los años. Estas son diferentes según el contexto y van cambiando con el tiempo y la cultura. Por ejemplo, no tiene sentido hablar de vestidos y pantalones en la prehistoria, de azul y rosa entre los esquimales o de tacones y pendientes entre los indígenas yanomami. Si nos remontamos al pasado, muchos de los rasgos de feminidad y masculinidad actuales carecen de sentido.

## Qué es la identidad de género

---

La identidad de género es la identificación de las personas con un determinado género. Toda identidad se va forjando a partir de un consenso social y se ajusta a las necesidades y percepciones individuales. Diversas identidades construyen al ser humano y una de las más definitorias en nuestra cultura es la identidad de género; las personas pueden ser de género femenino, masculino, o no binario<sup>2</sup>. La identidad de género también es entendida como el sentimiento psicológico de ser hombre, mujer o no binarie y, por consiguiente, la adhesión a ciertos roles de género.

<sup>2</sup>Ver más adelante la entrada de trans

## Qué son los roles de género

---

Los roles de género son un conjunto de actuaciones, maneras de ser, estar y relacionarse resultado de un constructo social que asigna unos determinados comportamientos, vestimentas e identidades en función de la masculinidad o feminidad instaurada. Es decir, se socializa esperando una forma de ser y de comportarse acorde a los modelos de masculinidad y feminidad que en cada sociedad se han constituido. Los roles de género son cambiantes, evolucionan y se adaptan a cada cultura.

## Qué es la expresión de género

---

La expresión de género es la forma en la que una persona se muestra al mundo y expresa su identidad. La manera de hablar, vestirse, etc., constituye la expresión de género. La expresión puede o no encajar en la identidad establecida de manera normativa. Hay personas cuya expresión de género no se corresponde con la que el esquema binario hombre-mujer indica. Por ejemplo, una mujer que se rapa el pelo o un hombre que se maquilla o viste falda.

## Qué significan CIS y TRANS

---

A las personas cuya identidad de género coincide con la que le asignaron al nacer, generalmente en base a los genitales, se las denomina **CIS**. La mayor parte de la población es CIS, por eso no se suele emplear el término.



**TRANS:** Son las personas cuya identidad de género no se corresponde con la que les asignaron al nacer. Hablamos de mujeres trans, hombres trans y personas trans no binarias. Cuando una persona no se reconoce ni como **hombre** ni como **mujer** o fluye de una hacia otra, su identidad de género es **no binaria**. Para hablar de las personas no binarias, es necesario alterar el lenguaje, que está concebido de manera exclusivamente binaria. Se usa el sufijo -e (queride, hije...) como marcador de género neutro no binario.

## ¿Qué es la intersexualidad?

---

Las personas **intersexuales** tienen un desarrollo sexual diferente, por el cual la relación entre sus sus genitales (pene, vagina), su sexo cromosómico (XX/XY) y sus gónadas (testículos, ovarios) no se corresponde con los modelos cerrados de macho/hembra. Hay que aclarar que no tienen ninguna patología y que es una situación bastante común. Sus cuerpos son tan diversos como los cuerpos de las personas no intersexuales. En realidad, muy poca gente se ajusta exactamente a los modelos normativos de macho y hembra tal y como se explican en la clase de biología, difiriendo enormemente en tamaños, pilosidad, formas, funcionamiento hormonal, etc.

Hay gente que confunde intersexualidad con hermafroditismo. Este último es un término con el que se designa a los organismos que poseen a la vez órganos reproductores funcionales de ambos sexos o pueden transformar uno en otro, lo que no ocurre en humanos.



# ESTRATEGIAS CONTRA LA LGBTFOBIA

## Desde los centros educativos

---

Para muchas personas el centro educativo es un espacio de seguridad, desde donde trabajar la tolerancia, el respeto y el aprecio a la diversidad. Desde el alumnado, amparado en las diversas leyes educativas, se pueden organizar aulas seguras y espacios seguros donde trabajar la autoestima y los cuidados y posteriormente programar actividades de visibilidad y sensibilización hacia toda la comunidad educativa.

Grupos de alumnado LGBTI o tutorías por parte de el profesorado pueden generar iniciativas de cambios de gran valor educativo y de activación ciudadana. Se puede demandar formación en diversidad afectivo-sexual y de identidad de género, formación en sexualidad desde una perspectiva social, igualdad de género, fomento de los cuidados y estrategias de mediación.

## Activismos y movimientos sociales

---

Los derechos con los que cuentan las personas LGBT+ son resultado de la lucha histórica que ha realizado la ciudadanía desde movimientos sociales y activismos. Medidas en pro de los derechos del colectivo, como son la aprobación del matrimonio entre personas del mismo género o la despatologización de personas trans, entre otras, no habrían sido posibles sin las movilizaciones sociales de personas que ejercían activismo LGBT+ en torno al logro de una libre orientación sexo-afectiva e identidad de género. Estas y estos activistas han cambiado la política y la vida cotidiana.

Para terminar con la violencia y discriminación vigentes en las instituciones hacia lo que no encaje en la normatividad, es preciso cuidar las realidades diversas y disidentes. Organizarnos y movilizarnos con el fin de poder vivir una vida digna, un objetivo aún sin alcanzar para muchas personas del colectivo. Así, es primordial contar con políticas públicas que pongan las vivencias y necesidades de la ciudadanía en el centro.

## La importancia de la educación sexual

La educación sexual integral es un derecho humano fundamental. Incluye conocer el propio cuerpo, su cuidado y la manera saludable de tener relaciones con otras personas. Tal y como explica Amnistía Internacional<sup>3</sup>, tenemos derecho a:

Tomar decisiones sobre nuestro cuerpo, vida sexual e identidad sin temor a sufrir coacción o discriminación.

Tomar decisiones sobre la protección de nuestra salud.

Pedir y recibir información sobre la sexualidad y la reproducción y acceso a servicios de salud relacionados con ellas y a métodos anticonceptivos.

Decidir si tener hijos, cuándo y cuántos.

Elegir a nuestra pareja íntima.

Vivir sin sufrir discriminación, coacción ni violencia sexual.

<sup>3</sup>Fuente: Amnistía Internacional (2010): *Campaña Mi cuerpo Mis Derechos*.  
Vía: [https://www.es.amnesty.org/uploads/media/ArgumentarioMCMD\\_01.pdf](https://www.es.amnesty.org/uploads/media/ArgumentarioMCMD_01.pdf)





Por desgracia, cada vez se consume más prematuramente contenido pornográfico destinado a un público adulto. De tal modo que los jóvenes acaban construyendo su deseo con base en los elementos distorsionados de lo que son las verdaderas relaciones sexuales. Una educación sexual de calidad previene, entre otras, de prácticas sexistas y violentas, mejora en el aprecio del propio cuerpo y del de las demás personas, el reconocimiento de la dimensión afectiva en las relaciones y un descubrimiento de la sexualidad adaptada a la velocidad de cada persona.

No hay que olvidar que en las relaciones sexuales, cualquiera de las partes tiene derecho a terminarla en cualquier momento. Ninguna chica ni ningún chico está obligado a “terminar” unas prácticas sexuales. Así, hay que destacar que todas las personas tienen derecho a decir “no” o a parar en cualquier momento de la relación. Las relaciones sexuales siempre han de ser:

**Seguras** → Evitando el riesgo de infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados.

**Basada en el respeto** → Consensuadas en el deseo y los límites de ambas partes.

**Deseadas por ambas partes** → Las personas que deciden tener sexo han de desear **en todo momento** la práctica sexual.

## Lenguaje Inclusivo LGBT+

El lenguaje es una herramienta de comunicación no una losa que impida la convivencia y el respeto. Igual que la sociedad avanza, la forma que tenemos de comunicarnos ha de avanzar con ella. Las personas que deciden emplear giros no sexistas del lenguaje están trabajando de forma activa por unos principios igualitarios. Una buena alternativa frente a la concepción androcéntrica del lenguaje es cambiar el uso del masculino genérico por uno general que no excluya a las mujeres, tal y como se hizo al sustituir “derechos del hombre” por “derechos humanos”.

Algunas de posibilidades incluyentes como alternativas al uso del masculino genérico serían:

USO SEXISTA	USO NO SEXISTA E INCLUSIVO
Los presidentes	La presidencia
Los alumnos	El alumnado
Los profesores	El profesorado, el equipo docente
Los adolescentes	La juventud, la adolescencia
Los vecinos	La vecindad
Los directores	La dirección

Del mismo modo, nuestra forma de comunicarnos está repleta de expresiones racistas como «trabajar como un negro», que podrían reemplazarse fácilmente por «trabajar mucho».

## Expresar identidades no binarias

Para recoger identidades que no están presentes en la gramática tradicional, Artemis López, lingüista, explica que el morfema {-e} comenzó a emplearse a finales de los setenta cuando Álvaro García Meseguer habló, en términos binarios, del sexismo lingüístico en español. Asegura, a su vez, que las desinencias en -o y en -a son, en la mayoría de los casos, las propias del masculino y el femenino, con lo que una solución es asignar la desinencia en {-e} a la persona: «querides amigos», «les trabajadores» etc. *“Les progenitores podrán educar a sus hijes más fácilmente en forma no sexista. En los periódicos, los anuncios por palabras solicitarán une cocinere, une abogade o une secretarie”*. (García Meseguer, 1976)<sup>4</sup>.



<sup>4</sup>Fuente: Artemis López: *Tú, yo, elle y el lenguaje no binario*. La Linterna del traductor.  
Vía: <http://www.lalinternadeltraductor.org/n19/traducir-lenguaje-no-binario.html>

## RECURSOS LGBT+

### YOUTUBERS LGBTI

Los contenidos de *Respuestas sobre la orientación sexual e identidad de género* son solo una parte muy pequeña de la información que se encuentra disponible en bibliotecas, webs y redes sociales.

Existe una gran cantidad de activistas que pueden ampliar la información sobre la diversidad LGBT+ y aportar su mirada particular. A continuación se listan algunos canales que pueden resultar interesantes.

Los contenidos vertidos por los youtubers no tienen por qué coincidir con los de COGAM.



**ANDY ASADAF** ▶ Elabora vídeos sobre feminismo, teorías de género y visibilidad LGBT+ de manera pedagógica

[https://www.youtube.com/channel/UC7Z9bj7IbznS\\_Y1ty9ca0rBw/videos](https://www.youtube.com/channel/UC7Z9bj7IbznS_Y1ty9ca0rBw/videos)



**ANNIE ESPEJO** ▶ Realizan vídeos sobre mitos y visibilidad intersexual

<https://www.youtube.com/watch?v=skRHpnAqQdo>



**AYME ROMÁN** ▶ Youtuber, filósofa y activista bisexual y feminista que divulga contenido educativo en igualdad y diversidad a través de su canal

[https://www.youtube.com/channel/UC\\_ne427I2mqd8tjXJPwRpyg](https://www.youtube.com/channel/UC_ne427I2mqd8tjXJPwRpyg)



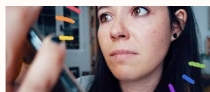
**DEVERMUT** ▶ Canal de Youtube formado una pareja de youtubers lesbianas que realiza entrevistas y reflexiones sobre feminismos LGBT+

[https://www.youtube.com/channel/UC\\_rIWyZeGjIXSsW6VDDmfwQ](https://www.youtube.com/channel/UC_rIWyZeGjIXSsW6VDDmfwQ)



**ELSA RUIZ “Lost In Transition”** ▶ Youtuber, ilustradora y activista trans. Ofrece contenido sobre realidades trans

<https://www.youtube.com/channel/UCpTsqkTXHK2-f42fOXbUdw>



**GOMINUKE** ▶ Publica vídeos abogando por la visibilidad lésbica de una manera creativa  
<https://www.youtube.com/user/gominuke>



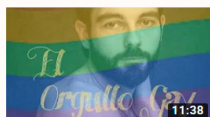
**JEDET** ▶ Cantante y actriz trans que reflexiona sobre realidades queer  
<https://www.youtube.com/channel/UCnJkMwolV9dyPoJXy4IU3OQ>



**LA PSICOWOMAN** ▶ Realiza vídeos con perspectiva de género. Es una psicóloga y creadora de contenido sobre sexualidad y feminismo  
[https://www.youtube.com/channel/UCtzxvbfIE\\_sitzmq74zVHg/videos](https://www.youtube.com/channel/UCtzxvbfIE_sitzmq74zVHg/videos)



**MELO MORENO** ▶ Más conocida como Yellow Mellow ofrece contenido en pro de la visibilidad LGBT+  
<https://www.youtube.com/user/YellowMellowMG>



**MR AVELAIN** ▶ Youtuber gay que desmonta mitos sobre el colectivo en sus vídeos  
<https://www.youtube.com/channel/UCcWmO1r02XOUD88UEImhELQ>



**OH MAMIBLUE** ▶ Realizan vídeos sobre familias homoparentales, aunque ofrecen más contenido en Instagram  
<https://www.youtube.com/channel/UC5o3VBtkP9mSDaGylwR9sZQ/videos>



**RUBÉN ERREBEENE / ARIEL REC** ▶ Fotógrafo, diseñador gráfico, youtuber y drag queen, reivindica la visibilidad drag y es activista contra el bullying LGBTfobo  
<https://www.youtube.com/channel/UCX67uVu2GcmjzUdzC-5aCtA>



**SPANISHQUEENS** ▶ Se trata de un canal compuesto por varios youtubers que ofrecen un contenido LGBT+ con una perspectiva educativa y activista. Está formado por youtubers como Daniel Valero (conocido como Tigrillo), Koala Rabioso y Naty Penadas  
<https://www.youtube.com/user/SpanishQueens>



**TRIFONIA MELIBEA OBONO** ▶ A través de su canal en Youtube ofrece información sobre un movimiento LGBT+ antirracista.  
[https://www.youtube.com/watch?v=JCpJ5cB\\_MwQ](https://www.youtube.com/watch?v=JCpJ5cB_MwQ)

# COLECTIVOS Y ASOCIACIONES LGBT+

## **COGAM (Colectivo LGTB+ de Madrid)**

<https://www.cogam.es/>

91 522 45 17

Es el colectivo LGTB+ de Madrid que lleva desde 1986 trabajando por la igualdad de las personas LGTB+.

Las áreas de trabajo de la entidad son Salud, Educación, Socialización, Atención y actividades sociales. Entre otros muchos servicios ofrece: detección y counseling de VIH, reparto de material preventivo, formación sobre ITS, grupos de apoyo mutuo entre similares, asesorías (psicológica, sexológica, víctimas de LGTBfobia, etc). Tiene grupos de socialización específicos, también para jóvenes LGTB. Entre las actividades que ofrece el

### **Grupo de Educación**

(@cogameduca,

[educacion@cogam.es](mailto:educacion@cogam.es))

se encuentran la realización de talleres en centros educativos para alumnado, charlas para familias,

formación a profesorado y profesionales, realización de materiales educativos o estudios sobre LGTBfobia

## **Chrysalis**

<https://chrysalis.org.es/>

661 33 80 98

Asociación de Familias de Menores Trans

## **FELGBT**

<http://www.felgbt.org/>

91 360 46 05

Es la federación de lesbianas, gays, transexuales y bisexuales. Luchan por los derechos del colectivo a nivel estatal

## **Fundación Triángulo**

<https://fundaciontriangulo.org/>

915 93 05 40

Fundación que trabaja por la igualdad de derechos políticos y sociales para gays, lesbianas, bisexuales y trans. Organiza el Festival de Cine LGBT LesGaiCineMad



## Fundación 26 de Diciembre

<https://www.fundacion26d.org/>

910 028 417

Mayores LGBT+

## G-Madrid Sports

<https://www.gmadridsports.com/contacto/>

Club deportivo elemental integrado principal, aunque no exclusivamente, por homosexuales

## Halegatos

<http://www.halegatos.com/>

659 367 184

Club Deportivo Elemental que surgió como una iniciativa positiva e integradora para el colectivo LGBTI que buscaba un espacio adecuado para practicar la natación

## ILGA

<https://ilga.org/>

915 21 11 74

Asociación Internacional de Lesbianas, Gays, Bisexuales, Trans e Intersex: una federación mundial de más de 1.600 organizaciones de más de 150 países y territorios

## KifKif

<https://kifkif.info/>

915 21 11 74

Migrantes y Refugiados LGBT+ de Madrid

## Observatorio Madrileño Contra la LGTBfobia

<https://contraelodio.org/wp/>

Trabaja en la misma línea que el Observatorio Estatal centrandolo su trabajo de registro de incidentes por LGTBfobia producidos en la Comunidad de Madrid

## Unidad Policial LGTB+ Ciudad de Madrid

[delitosdeodio@madrid.es](mailto:delitosdeodio@madrid.es)

606 690 970 / 915 883 845

Unidad de Gestión de la Diversidad de la Policía Municipal de Madrid. Derivan a las autoridades competentes



# EDUCACIÓN EN DIVERSIDAD 2020

---

**EDITADO POR COGAM**

Madrid 2020

Centro asociativo Pedro Zerolo  
Calle de la puebla nº9

[educacion@cogam.es](mailto:educacion@cogam.es)

[www.cogam.es](http://www.cogam.es)  
915224517

Creative Commons (CC)



**Coordinación**

Jose A. M. Vela

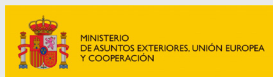
**Autoría**

Jose A. M. Vela y Nadia Martín

**Maquetación**

Patricia Acosta Argibay

Subvencionado por:



MINISTERIO  
DE ASUNTOS EXTERIORES, UNIÓN EUROPEA  
Y COOPERACIÓN

DIRECCIÓN GENERAL  
DE NACIONES UNIDAS  
Y DERECHOS HUMANOS