

# CAROL,

una chica de  
mi instituto

Guía sobre diversidad afectivo-sexual  
para adolescentes.



# Personas iguales, personas diferentes... en el sexo también.



En mi clase hay chicas y hay chicos, unas blancas, otros negros, con el pelo largo o corto, rizado o liso, con pendientes en las orejas o con "piercings" en las cejas o la nariz, heterosexuales y gays, lesbianas o bisexuales... Porque en el amor y el sexo cada persona es un mundo, y los gustos de todas y todos merecen el mismo respeto.

Creerse superior a otras u otros compañeros por ser de una determinada manera sólo demuestra una gran inseguridad interior.

Todas las personas sentimos una gran necesidad de ser iguales a los demás y, al mismo tiempo, de tener algo especial que nos distinga. Encontrar el punto justo nos ayuda a ser felices. Seamos pues felices y dejemos serlo a los demás. En nuestras igualdades y en nuestras diferencias.



# ¿Qué significa ser hetero, homo o bisexual?

Tiene que ver con nuestros gustos, con nuestros deseos. Cada persona siente atracción por otras personas. Esta atracción es amorosa, erótica, emocional... Y puede sentirse por personas de distinto sexo (heterosexualidad), del mismo (homosexualidad) o de ambos (bisexualidad). A las chicas homosexuales se les llama lesbianas y a los chicos homosexuales se les llama gays.

No es necesario definirse, lo que ahora sentimos puede cambiar con el tiempo, pero tampoco hay que avergonzarse por los gustos de cada persona. A veces cuesta un tiempo aclarar los sentimientos. De todos modos, nos guste lo que nos guste, tenemos derecho a sentirlo, a ser felices y a expresarlo dónde y a quien decidamos.

Nadie puede obligarnos a manifestar nuestros deseos y nadie debe obligarnos a callarlos.

Las prácticas sexuales con uno u otro sexo no implican una orientación determinada. Hay heterosexuales que tienen prácticas homosexuales. Y lesbianas y gays que tienen prácticas heterosexuales. Estas prácticas no nos cambian nuestros deseos más profundos y duraderos.

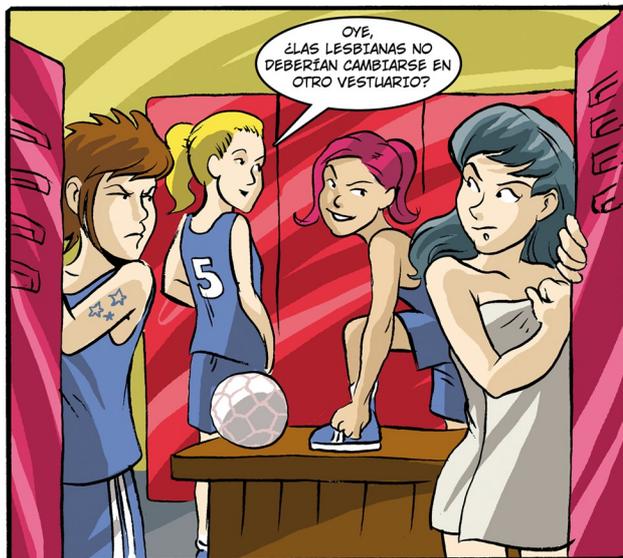


## ¿Y ser transexual?

Ser transexual es otra historia que no tiene que ver con la orientación sexual, sino con la identidad de género. Hay personas que se sienten de un género (hombre o mujer) que no se ajusta con su sexo biológico (macho o hembra). Esto es, un hombre en un cuerpo de mujer o una mujer en un cuerpo de hombre.

Para ser felices, estas personas deben poder vivir de acuerdo al género que sienten en su cabeza. Debemos respetar las decisiones de cada persona, y no fijarnos simplemente en las apariencias.

# La homofobia, ese monstruo terrible.

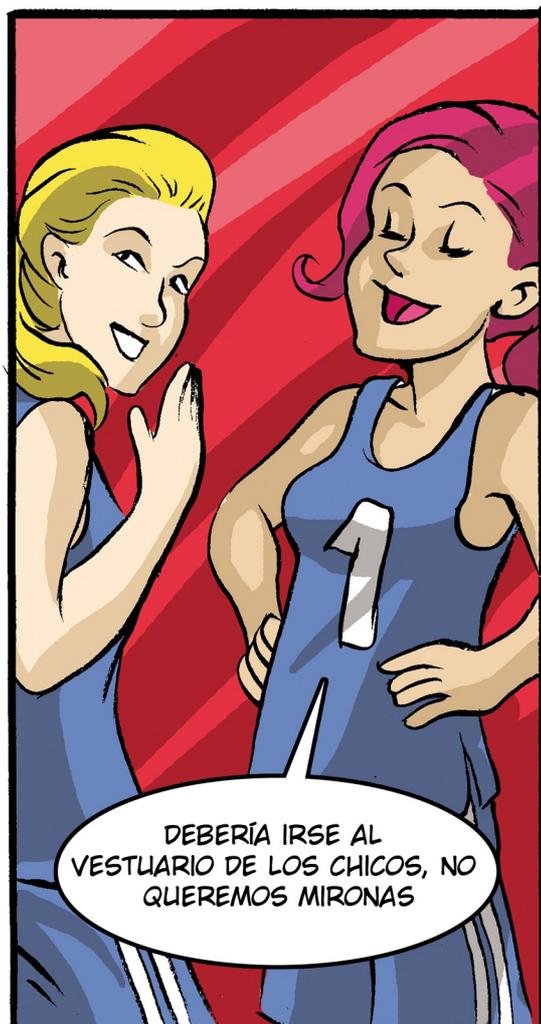


Homofobia significa el odio, el rechazo o el miedo a la homosexualidad o a las lesbianas, gays o bisexuales. Si el rechazo se produce hacia las personas transexuales, entonces se llama transfobia. La homofobia, la transfobia o la bifobia son equivalentes al racismo, al sexismo o a la xenofobia. Una forma de despreciar a los demás basándose en los prejuicios.

Puede producirse de muchas maneras. Por ejemplo, rechazar a una amiga que te descubre que es lesbiana. O usar "marica" o "maricón" como insulto. O consentir que las personas dispongan de menos derechos por su diferente orientación sexual.

También es homofobia impedir que en las aulas se hable libremente de orientación sexual, ocultar por miedo la homosexualidad de algunos personajes famosos o censurar obras artísticas porque tratan de esta cuestión.

La homofobia y la transfobia pueden provocar daños muy graves en los jóvenes lesbianas, gays, bisexuales y transexuales.

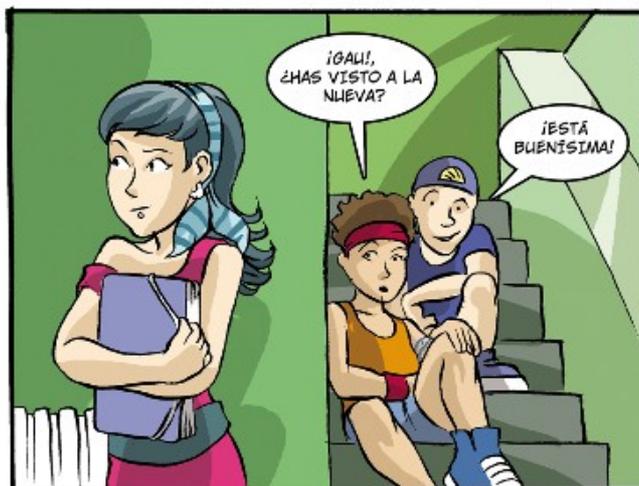


# Las minorías sexuales en los institutos

"En nuestro instituto no hay gays", "algunos sospechan que hay una lesbiana", "se oyen rumores de la profe de inglés"... ¿No os parece raro que en los institutos no haya apenas gays, lesbianas, bisexuales, transexuales...? En realidad, la población homosexual o bisexual se supone que es entre el 5 y el 10%. Algo pasa, pues, en los institutos para que esté tan escondida.

La presión social que se ejerce hace que tanto el alumnado como el profesorado callen su orientación sexual si no se corresponde con la de la mayoría.

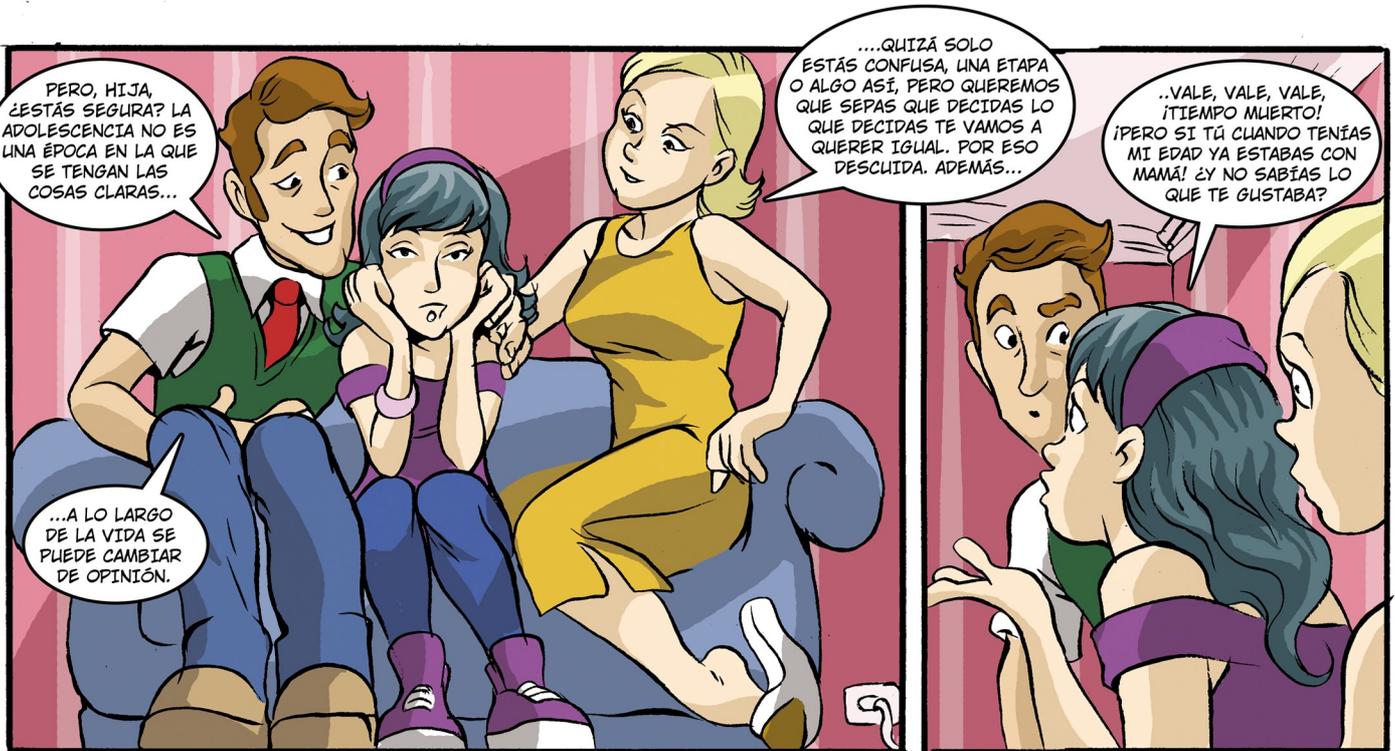
Algunos creen que ser lesbiana o gay es un asunto privado y que no hay por qué decirlo. ¿Ser heterosexual es un asunto privado? La mayoría de las personas heterosexuales hablan de sus gustos, sus conquistas, sus ilusiones. Se sabe del profesorado heterosexual si está casado o no. ¿Por qué no habría de ser igual para lesbianas y gays?



Que todas las personas se sientan a gusto en los centros escolares y puedan expresarse sin miedos es labor de todos y todas. Impedírselo es homofobia



# Salir del armario.



Significa reconocer a alguien que se es lesbiana, gay o bisexual. Las personas heterosexuales no tienen necesidad de hacerlo porque todo el mundo presupone que lo son. Por tanto, no hay que decir nada para sacar a la luz la verdad.

En ocasiones se trata de una decisión difícil. Por eso, es importante que lesbianas, gays, bisexuales y transexuales tengan apoyos en su familia y entre sus compañeras y compañeros. Cuando una o un adolescente cuenta un dato tan importante, está demostrando una gran confianza que no debería ser defraudada.

Salir del armario es una decisión personal. Nadie debe ser obligado a hacerlo. Tanto el profesorado como compañeras y compañeros deben apoyar a aquellas chicas y chicos que eligen vivir su homosexualidad o transexualidad abiertamente.



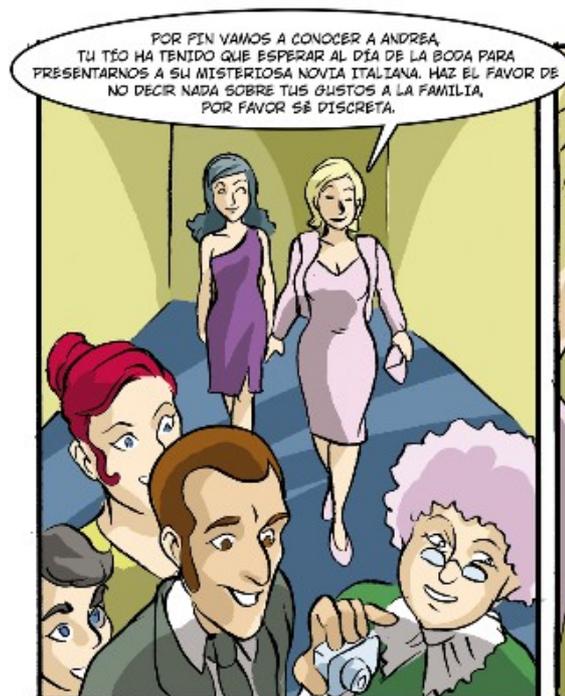
# Todas las familias importan



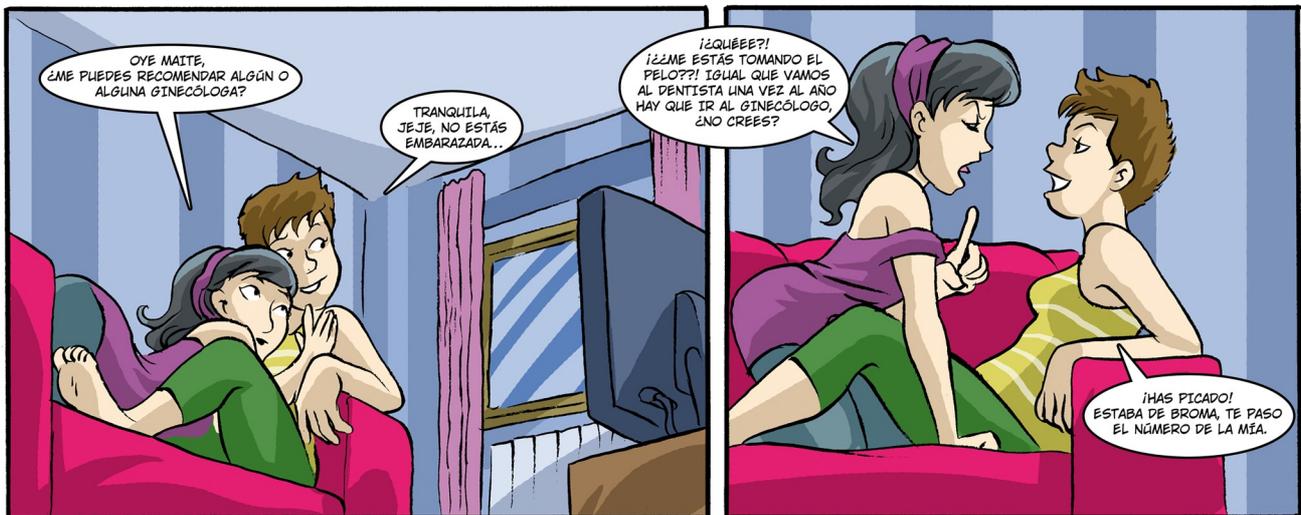
La familia es el lugar donde un grupo de personas se quieren, se cuidan, se protegen. Cada persona procede de una familia diferente. Algunas chicas y chicos viven con su padre y madre, o con sólo con uno de los dos, o con uno de ellos y su nueva pareja, o con los abuelos, o con tíos, o con un padre soltero, o con dos madres o dos padres; los hijos e hijas pueden ser biológicos o adoptados... Las formas de las familias son muy diversas, pero lo importante es que haya amor, apoyo y solidaridad en su interior.

Tanto las personas homosexuales como las heterosexuales tenemos derecho a conformar la familia que deseamos, emparejándonos o no, casándonos con nuestras parejas o conviviendo sin hacerlo. Respetar todos los tipos de hogares es un principio básico de la convivencia.

Y también es importante que todos esos tipos de familias sean reconocidas en los centros escolares, que los libros de texto y el profesorado no perpetúe constantemente el tipo más común de familia como un modelo único, porque esto deja de lado a las chicas y chicos que pertenecen a otras familias.



# Hay que hablar de Infecciones de Transmisión Sexual



Se llaman infecciones de transmisión sexual (ITS) a aquellas enfermedades que, fundamentalmente, se transmiten a través de las relaciones sexuales (orales, vaginales o anales). Para evitarlas debemos usar métodos de barrera como el preservativo o cuadrantes/barreras de látex. Algunas de estas infecciones son bastante comunes, como los hongos o chlamydias, la hepatitis, los herpes genitales, la sífilis, la gonorrea...

También podemos contraer el Virus de Inmunodeficiencia Humana o VIH, que destruye progresivamente el sistema inmunitario y en su fase más grave se conoce como SIDA. Una de sus formas más habituales de transmisión es la sexual. Por eso, hay que ser muy cuidadosas y cuidadosos y practicar siempre sexo más seguro. No hay que afrontar las relaciones sexuales con miedo, pero sí con conocimiento y protección para poder disfrutarlas más.

Las ITS pueden causar dolor, malestar o dañar los órganos internos, además pueden aumentar el riesgo de transmisión del VIH. Por otro lado, es importante que las mujeres vayamos a la consulta de ginecología aunque no tengamos molestias, ya que en ocasiones las infecciones no se acompañan de síntomas visibles. Con tu ginecóloga o ginecólogo puedes expresarte con normalidad y sinceridad sobre tu sexualidad. No tienes nada de qué avergonzarte ni nada que temer. Además, le puedes pedir a alguien de confianza que te acompañe si al principio ves que te cuesta ir.

Y no lo olvides, las ITS afectan a todo el mundo: mujeres, hombres, heterosexuales, homosexuales, tanto en relaciones estables, en rollos de una noche... Cuídate y cuida siempre a tu pareja.

## Recursos para adolescentes.

Más información sobre temas relacionados con la diversidad afectivo-sexual o si tienes alguna consulta relacionada con este tema, puedes utilizar los siguientes teléfonos y direcciones:

**COGAM (Colectivo de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales de Madrid).** Tiene un teléfono de atención llamado Gay-Info/Línea Lesbos: 91 523 00 70. [www.cogam.org](http://www.cogam.org), [cogam@ctv.es](mailto:cogam@ctv.es).

**FELGTB:** [www.felgtb.org](http://www.felgtb.org). Es la web de la Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales. En ella puedes encontrar los teléfonos y e-mails de información de todos sus colectivos miembros. Seguro que hay alguno cerca de donde resides. Además ofrece un servicio de Orientación y Apoyo a Jóvenes LGTB: tlfno.: 902 280 669, [info-jovenes@felgtb.org](mailto:info-jovenes@felgtb.org).

**CGL (Coordinadora Gai-Lesbiana de Catalunya):** [www.cogailles.org](http://www.cogailles.org). 900 601 601. Se trata del equivalente a la FELGTB pero para Cataluña.

**CJE:** [www.cje.org](http://www.cje.org). A través del Consejo de la Juventud de España también puedes conseguir asesoramiento e información sobre diversidad o salud sexual. Berdindu-Servicio de atención a gays, lesbianas y transexuales del Gobierno Vasco. 900 840 011. [berdindu@ej-gv.es](mailto:berdindu@ej-gv.es).

**Programa de Atención a Homosexuales y Transexuales de la Comunidad de Madrid.** 91 701 07 88 / 900 720 569. C/ Gran Vía, 16, 4º, 28004 Madrid. Se trata de un servicio público y gratuito de la Comunidad de Madrid que gestiona COGAM (Colectivo de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales de Madrid).

**Associació de Familiars i Amics de Gais i Lesbianes (AMPGIL),** orienta y atiende a padres y madres con hijos e hijas LGTB menores de edad. En su página web se puede acceder a una serie de preguntas frecuentes para orientar a las familias: <http://www.ampgil.org>

**Defensores del Menor:** Atienden cualquier problema que un menor pueda tener a causa de su orientación sexual o su identidad de género. Defensor del Menor de Andalucía: <http://www.defensordelmenor-and.es>. 900 506 113. Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid: <http://www.defensordelmenor.org>. 915 634 411.

**Para consultar en otras comunidades autónomas:**  
[http://www.defensordelmenor.org/enlaces/otros\\_defensores.php](http://www.defensordelmenor.org/enlaces/otros_defensores.php)

**Edita:** Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales (FELGTB).

**Diseño e ilustraciones de esta edición:** Iván G.

**Coordinación del proyecto:** Beatriz Gómez (Equipo Técnico FELGTB)

**Guión cómic:** Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales (FELGTB), Esther Martínez (Área de Políticas Lésbicas de la FELGTB) e Iván García. Basado en una idea de Thierry Robberecht y Marco Paulo.

**Textos:** Jesús Generelo (Área de Educación de la FELGTB).

**Tfno.: 91 360 46 05**

**Fax: 91 532 72 25**

**Web:** [www.felgtb.org](http://www.felgtb.org) / <http://www.felgtb.org/es/areas-de-trabajo/educacion/>, <http://www.felgtb.org/es/areas-de-trabajo/politicas-lesbicas/> / [www.vdevisibles.org](http://www.vdevisibles.org)

2009

Año de la diversidad Afectivo-Sexual en la Educación

Subvencionado por:



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN, POLÍTICA SOCIAL Y DEPORTE

