

Guía de Inicio Rápido

Para entender a tu amigo/a, familiar, o compañero/a de trabajo transgénero

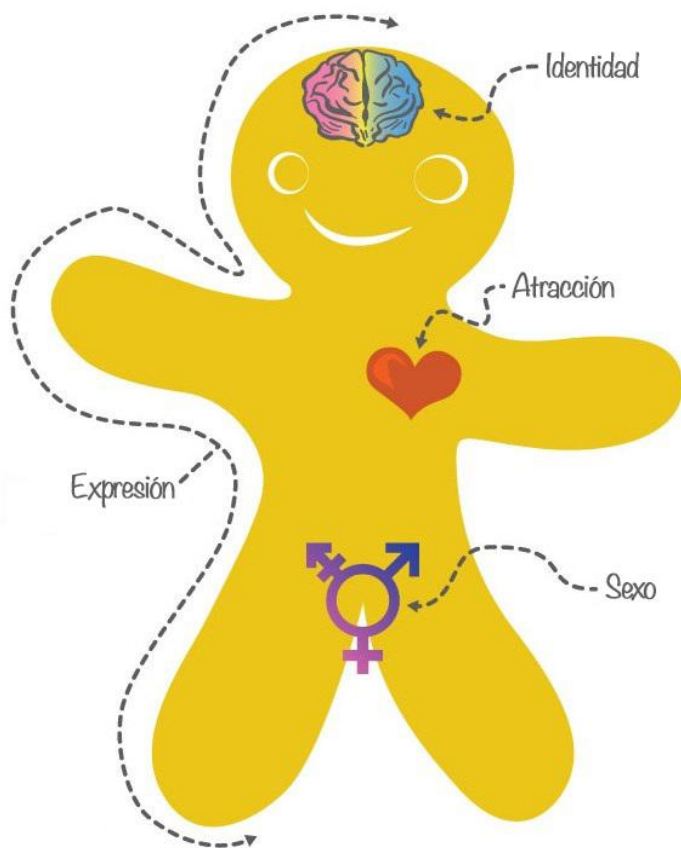
Prólogo

¿No sabes cómo responder cuando alguien cercano a tu vida acaba de anunciar que es “transgénero”? ¡Esta guía es justo lo que necesitas! Aquí descubrirás respuestas a los conceptos básicos, así como la terminología necesaria, y encontrarás consejos valiosos que te pueden orientar.

Guía de Inicio Rápido

¿Qué significa “transgénero”?

Las personas transgénero son las personas representadas en la “T” de las sigla LGBTQI. A diferencia de la LG y B (Lesbianas, Gay y Bisexual) las cuales se refieren a una orientación sexual (es decir, quién nos atrae sexualmente), la T se refiere a la identidad de género—cómo nos vemos a nosotros mismos. Uno de mis amigos transgénero lo explica de la siguiente forma: “orientación sexual es con quién me voy a la cama. La identidad de género es quién soy yo cuando me voy a la cama.”



Guía de Inicio Rápido

Esto puede ser difícil de comprender para muchos de nosotros. La mayoría de nosotros nunca ha sentido una discrepancia entre el género que se nos asignó al nacer y cómo nos identificamos. Al momento de nacer, el doctor observó tus genitales y declaró que eras niño o niña, y eso es todo. Incluso es posible que tu género, haya sido “determinado” desde antes a través de un ultrasonido.

Obviamente esto no es siempre el caso. Algunos bebés nacen con ambigüedad genital, lo cual significa que no es posible determinar sexual con absoluta certeza. Estas personas son la “I” en las siglas LGBTQ“I”. La “I” significa “intersexo”. Encontrarás más información sobre personas intersexo más adelante.

¿Por qué la identidad de género no siempre equivale a la fisiología de la persona?

En realidad nadie lo sabe con plena certeza. Pero podemos considerar que la diferenciación genital no comienza sino hasta las 7 u 8 semanas de gestación. El cerebro, por otro lado, no se desarrolla sino hasta la semana 28 de gestación. Los niveles hormonales y las respuestas genéticas pueden cambiar drásticamente durante este tiempo. Llamemos a esto la visión científica.

Algunas personas creen que los roles de género son definidos por la sociedad y que simplemente estamos “programados” a comportarnos en ciertas formas. Llamemos a esto la visión sociológica. También hablaremos más sobre esto más tarde.

Guía de Inicio Rápido

¿Es cierto que este fenómeno de la gente transgénero es algo nuevo?

No. Las personas transgénero han existido desde siempre y en todas las culturas. Algunas culturas no-occidentales aceptan a las personas transgénero como parte de la sociedad y no lo perciben como algo inusual. Esto incluye a sociedades como por ejemplo: los Hijra en la India, la gente “dos espíritus” en algunas tribus indígenas norteamericanas y los güevedoce en República Dominicana.

¿Pero, qué no es una enfermedad mental?

La condición de “Disforia de Género” está incluida en el DSM-V (Manual de diagnóstico diferencial de desórdenes mentales de la Asociación de Psiquiatría Americana en su 5ta edición). Sin embargo, esto se refiere a una condición en la cual hay un conflicto entre el género que le fue asignado a la persona al nacer, y el género con el que esta persona se identifica. En el DSM-III, esta condición se conocía como *desorden de identidad de género*, pero el entendimiento de esta condición ha evolucionado con el tiempo.

El hecho de que esto se haya incluido en algún momento, ha sido un punto de fricción dentro de la comunidad trans. Por un lado, el incluirlo sugiere que esto es una enfermedad, en lugar de un fenómeno que ocurre de forma natural. Por otro lado, el incluirlo promueve que algunos seguros médicos cubran los costos procedentes de sesiones de terapia psicológica, el costo de las hormonas e incluso algunas cirugías. No todas las compañías de seguros cubren todos los costos, pero poco a poco más compañías de seguros empiezan a cubrir estos costos en sus planes médicos.

Guía de Inicio Rápido

Es importante señalar que no todas las personas trans experimentan disforia de género. Muchas personas se sienten perfectamente bien con su cuerpo tal como es. Esto es más evidente en el caso de las personas no binarias—personas que no se identifican fuertemente ni con la identidad masculina ni con la femenina, tal como la sociedad las define.

También es importante reconocer que muchas personas cisgénero se sienten incómodas con sus propios cuerpos. De hecho, existe toda una gran industria dedicada a responder a estos deseos.

Estoy escuchando muchos términos nuevos y me estoy confundiendo. ¡Necesito ayuda!

Con gusto. Ya hablamos del término “transgénero”. El término que le corresponde es "cisgénero". Una persona "cisgénero" es cualquier persona que no es transgénero. De igual manera, una persona que no es homosexual, es heterosexual. El prefijo "cis-" significa "en el mismo lado". Mientras que "trans-" significa "del otro lado."

Algunos otros términos útiles:

Mujer transgénero - Persona asignada hombre al nacer (H>M):

Como el nombre lo indica, corresponde a una persona que al nacer se le observaron genitales masculinos y les fue asignado el género masculino.

Hombre transgénero - Persona asignada mujer al nacer (M>H):

Corresponde a una persona que al nacer se le observaron tener genitales femeninos y les fue asignado el género femenino.

Guía de Inicio Rápido

Intersexo: Una persona que nació con ambigüedad genital y tiene ambas características masculinas y femeninas.

Persona de género no conforme o no-binario: Una persona que no se identifica exclusivamente con uno de los dos géneros.

Fluidez de género: Una persona cuya identidad de género fluctúa con el tiempo.

Una advertencia sobre esta terminología. No todas las personas usan las mismas definiciones o los mismos términos. Éstos han evolucionado en el tiempo y es posible que cambien nuevamente.

¿Qué no las personas son sólo hombres o mujeres?

¿Qué no todos somos cromosomas XX o XY?

No necesariamente. En la mayoría de la gente, el par 23 (los cromosomas sexuales) son uno de dos tipos: XX y XY. Las personas con cromosomas XX por lo general se desarrollan como mujeres, mientras que las personas con XY se desarrollan como hombres. Pero todo esto depende del gen SRY (*sex-determining region* por sus siglas en inglés) el cual comunmente reside en el cromosoma Y.

Existen personas que tienen cromosomas XXY, XXXY o incluso XXXXY (síndrome de Klinefelter). Algunas personas tienen XO, lo cual significa que sólo tienen un cromosoma X y nada más (síndrome de Turner). También hay personas que tienen cromosomas XXX o XYY, aunque estas condiciones no tienen un nombre específico.

Antes de la semana 8 de gestación, un embrión no es ni masculino ni femenino. El embrión puede desarrollarse de forma masculina, femenina, o presentar genitales ambiguos.

Guía de Inicio Rápido

En lugar de explicar todo esto aquí, lo hablaremos en otra sección del documento, para quienes quieran adentrarse un poco más en el conocimiento científico, ya que este puede tornarse un poco complicado.

El desarrollo de los genitales comienza en la semana 8 de gestación. El cerebro aún no comienza a desarrollarse sino hasta la semana 28. En este momento, un desbalance hormonal puede ser muy diferente a lo que puede suceder en la semana 8.

No sabemos a ciencia cierta cómo funciona el cerebro, pero lo que sí está claro es que la identidad o conciencia se originan en el cerebro. Todavía no sabemos con certeza si existen o no diferencias anatómicas significativas en la fisiología del cerebro de un hombre y el de una mujer. Sin embargo, sí existe evidencia de que el cerebro de una mujer transgénero se asemeja más al de una mujer cisgénero que al de un hombre cisgénero. Asimismo, el cerebro de un hombre transgénero parece asemejarse más al de un hombre cisgénero que al de una mujer cisgénero.

El punto es que incluso cuando solamente hablamos de una perspectiva científica, nada parece ser tan obvio o tan claro como pareciera en un principio.

¿Qué significa ser intersexo o de género no conforme?

Son dos cosas diferentes. Una persona intersexo es una persona que nació con genitales ambiguos. La frecuencia en que esto sucede es más o menos la misma que una persona nazca pelirroja. En el pasado, cuando un bebé nacía con genitales ambiguos, el doctor y los padres del bebé tomaban una decisión sobre qué género iban a escoger según lo que pensaban el bebé debía haber sido y sometían al bebé a una cirugía para modificar los genitales;

Guía de Inicio Rápido

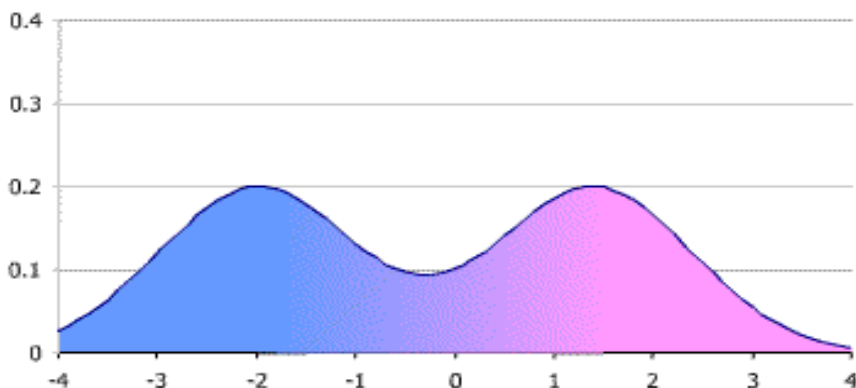
ya fuera a la versión masculina o femenina. Sin embargo, esto no siempre concordaba con la identidad de género de la persona. Aunque muchas veces se clasifica a las personas intersexo como "transgénero", la persona intersexo puede identificarse con la configuración genital que los médicos determinaron al momento de nacer.

Género no conforme

La identidad de género no conforme tiene que ver con la identidad de género y no con la presentación de genitales. Una persona con esta identidad no se identifica claramente con uno de los dos géneros binarios (hombre o mujer). Esto puede tener que ver con los roles de género y las expectativas que la sociedad tiene para con los hombres y las mujeres.

¿El género, es binario o es un espectro?

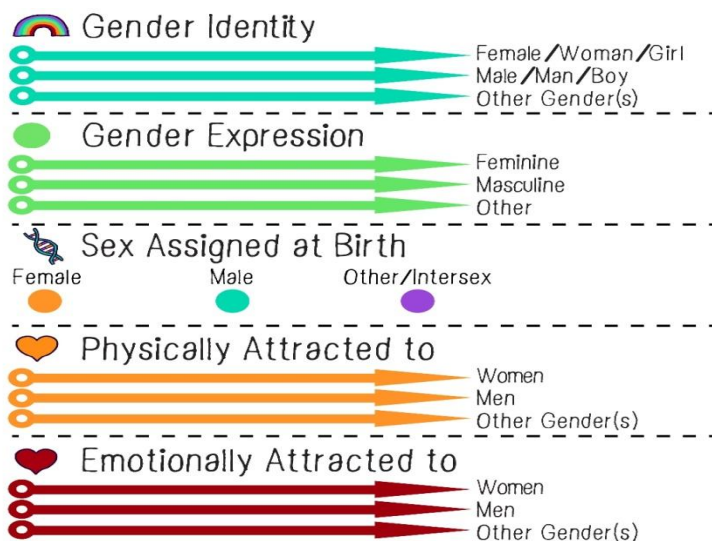
El género es un espectro. La distribución es "bimodal". Esto quiere decir que si organizamos en una gráfica el número de personas con características masculinas o femeninas, tendrías una gráfica con dos protuberancias en los extremos. Pero también encontrarías a personas que caen en algún lugar de en medio.



Guía de Inicio Rápido

Esto nos obliga a preguntarnos qué exactamente son las características masculinas y las características femeninas de acuerdo a la sociedad. Por ejemplo, el cariño en la crianza de un hijo se considera una característica femenina, mientras que la agresión se considera una característica masculina. En realidad, existen muchos hombres con un gran cariño por sus hijos y muchas mujeres que tienen niveles altos de agresión. Estas características son diferentes de persona a persona, aunque la sociedad no quiera admitirlo.

Puede resultar difícil separar la percepción de género de uno mismo con la presión que nos impone la sociedad a conformarnos con ciertos estándares arbitrarios de presentación de género. Las personas que se identifican como género no conforme simplemente nos están diciendo que no se identifican fuertemente con estas definiciones rígidas y que prefieren vivir su vida como ellos mismos a pesar de las expectativas de la sociedad.



**Imagen adaptada de <https://transstudent.org/gender/>*

Guía de Inicio Rápido

El género es un espectro de más de dos puntos. La razón por la que pensamos en el género de forma binaria es porque la sociedad nos ha entrenado a pensar de esa forma. Así como existen muchas personas con diferentes conceptos históricos y culturales de género, también existen muchos conceptos actuales de género y en la forma que las personas se sienten y se expresan.

¿Qué no una persona transgénero es una persona que es gay o lesbiana y que quiere tener el cuerpo del otro género?

No. El ser transgénero tiene que ver con la identidad de género. La orientación sexual solamente nos dice a quién nos sentimos atraídos sexualmente. Una persona transgénero puede ser gay, lesbiana, bisexual o asexual. Incluso, la orientación sexual de una persona transgénero puede fluctuar antes de transicionar y después de transicionar.

Por ejemplo, una mujer transgénero (o sea, una persona que fue asignada hombre al momento de nacer) que se siente atraída sexualmente por los hombres, se consideraría gay antes de transicionar y heterosexual después de transicionar.

Por otro lado, si esa misma persona se sentía atraída sexualmente por mujeres, se le consideraría heterosexual antes de transicionar y lesbiana después de transicionar.

Puede resultar un poco confuso--pero si lo piensas con detenimiento tiene sentido. Recuerda que la identidad de género y la orientación sexual son dos cosas completamente distintas.

Cómo debo actuar con mi amigo/a, familiar o compañero/a de trabajo transgénero?

Guía de Inicio Rápido

Primero, pregúntale qué nombre y pronombres quiere utilizar. Respeta su decisión y trata de reprogramarte a lo que te están pidiendo. Esto puede ser difícil, especialmente con gente que has conocido por mucho tiempo. Es probable que te equivoques en algún momento. Si te equivocas, ofrece una disculpa y sigue adelante. Pero es importante que hagas un verdadero esfuerzo.

Quizá te ayude si lo piensas de la siguiente forma: Todos somos actores andando por la vida en un disfraz que llamamos nuestro cuerpo. Nuestra identidad puede corresponder a nuestro disfraz, pero esto no es verdad para todo el mundo. Cuando hablas con alguien, recuerda que la persona con la que estás hablando es la persona dentro del disfraz y no con el disfraz que lleva puesto.

También es importante que les preguntes quién más sabe de su estatus de género. Algunas personas transgénero no pueden anunciar su condición en todos lados, así que es importante que les preguntes dónde puedes usar su nombre y pronombres deseados. De no ser así, corres el riesgo de evidenciar a esta persona e incluso puedes ponerla en un riesgo innecesario, hacerla perder su trabajo, o relaciones y amistades. Respeta lo que la persona te pida y no los obligues a correr riesgos.

¿Qué es lo que definitivamente NO debo hacer?

No le preguntes si ya se sometió a "la cirugía". En primer lugar, esa es información que no te compete. En segundo lugar, existen muchas cirugías que una persona transgénero puede recibir para que su apariencia física refleje su identidad de género. Cualquier cirugía es un evento mayor que conlleva riesgo y no todas las compañías de seguros médicos las cubren. Asimismo, una persona transgénero puede decidir no someterse a cirugía alguna. Es una decisión privada y personal.

Guía de Inicio Rápido

No preguntes cual es su "nombre verdadero", o cuál era su "nombre anterior." Su nombre es el que digan. Para muchos, el nombre que se les dio al nacer no un nombre con el cual se identifiquen. Algunas personas llaman a su nombre anterior el "nombre muerto" ya que esta persona no existe.

Cuando presentes a tu conocido trans con otras personas, no menciones el hecho de que son transgénero. Cuando tu presentas a una persona con otra, no mencionas información médica personal. Por ejemplo, cuando presentas a una amiga no mencionarías que acaba de tener cirugía de reconstrucción de senos, ¿verdad? Simplemente preséntalos como presentarías a cualquier otra persona.

No esperes que tu conocido trans te eduque sobre todo lo relacionado con ser transgénero. No es su trabajo. Puedes tener curiosidad y querer comprender, pero muchas personas transgénero están cansadas de tener que explicar. Existen muchas otras formas de educarte. Si esta persona es alguien cercano a ti, puedes preguntarles de forma privada si estarían dispuestos a hablar contigo sobre sus experiencias. Pero no te ofendas si te dicen que no.

Conclusión

Recuerda que una persona transgénero es como cualquier otra persona. Es la misma persona que conociste antes, con los mismos gustos, preferencias, preocupaciones, emociones, etc. Quizá sentirás que tu relación con esta persona sea diferente, pero eso es simplemente el reflejo de cuánto influye nuestra percepción de género para con nuestras relaciones con otras personas. En lugar de pensar "¿cómo me puedo relacionar con esta persona ahora?", piensa "¿cómo me puedo relacionar con

Guía de Inicio Rápido

esta persona de un ser humano a otro?" sin necesariamente tomar en cuenta el género.

Una mirada más profunda a los cromosomas sexuales XX y XY

Como se mencionó antes, el género no es tan sencillo como simplemente tener cromosomas XX o XY. Existen muchos genes involucrados en la diferenciación sexual, incluyendo el gen SOX9 (en el cromosoma 17), el gen WT1 (en el cromosoma 11), el gen SF-1 (en el cromosoma X) y el gen SRY (usualmente en el cromosoma Y).

Antes de la semana 8 de gestación, todos los embriones tienen protogónadas. Este tejido puede desarrollarse en ovarios o testículos.

En términos mundanos, los genes SF-1 y WT1 le comunican a SOX9 que convierta estas protogónadas en testículos. Si el gen DAX1 interviene, éste bloquea la activación de SOX9, y las protogónadas se convierten en ovarios. Pero, si existe el gen SRY (el cual se encuentra comúnmente en el cromosoma Y) éste inhibe al gen DAX1, lo cual permite que SF-1 and WT1 activen SOX9, resultando así en el desarrollo de testículos.

Quizá te habrás dado cuenta que dije que el gen SRY se encuentra comúnmente en el cromosoma Y. Esto es debido a que en algunas ocasiones poco comunes, este gen se esconde en el cromosoma X. Esto puede ocurrir durante la meiosis en que los cromosomas se separan en gametos. A veces, partes de los cromosomas pueden ser intercambiados antes de separarse.

Guía de Inicio Rápido

Algunas personas pueden ser XXY, XXXY o incluso XXXXY (síndrome de Klinefelter). Algunas personas son XO, lo cual significa que solamente tienen un cromosoma X. A esta condición se le llama síndrome de Turner. También hay personas que tienen cromosomas XXX o XXY, aunque estas condiciones no tienen un nombre específico.

Más allá de la configuración genética básica, existen otras condiciones que pueden ocurrir durante la gestación, las cuales pueden afectar el desarrollo genital. Por ejemplo, el síndrome de insensibilidad a los andrógenos propicia que una persona XY se desarrolle con completamente con un cuerpo femenino. Otra condición es la deficiencia a la 5-alfa reductasa. Esta condición hace que una persona que presenta un cuerpo femenino al nacer desarrolla características masculinas al nacer. También existen varias formas de hiperplasia adrenal las cuales pueden afectar el desarrollo de los genitales. Pero toda esta actividad comienza en la semana 8 de gestación. El cerebro realmente no empieza a desarrollarse sino hasta la semana 28. En este momento el balance hormonal puede ser muy diferente al que sucedió en la semana 8.

¿Dónde puedo obtener más información?

Existen muchos recursos informativos de acuerdo a tu estilo de aprendizaje (lecturas, videos, diagramas, etc). Ya que la lista de recursos se actualiza de manera constante, he creado una página web donde enumero las fuentes que he utilizado, así como vínculos a algunas asociaciones que te pueden ayudar. Visítala en:

www.learningabouttrans.com

Guía de Inicio Rápido

¿Por qué crear esta guía? ¿Con qué autoridad?

En 2012, serví como voluntario en un centro de apoyo a la juventud sin hogar. Fue ahí que conocí a algunos jóvenes transgénero, y me di cuenta que realmente no entendía qué significa ser transgénero. Estos jóvenes me guiaron a una serie de recursos informativos donde pude ampliar mi conocimiento sobre el tema.

En 2016, durante la elección presidencial de los Estados Unidos, me percaté que había un resurgimiento de transfobia, homofobia y xenofobia. Esto quería decir que muchos de mis amigos se encontraban en un peligro latente. Esto es inaceptable y me decidí que tenía que aprender y abogar por ellos.

Desde entonces, he utilizado una considerable parte de mi tiempo en investigar y estudiar muchos aspectos de lo que significa ser transgénero. Esto incluye libros, artículos, investigación de genética, asistir a grupos de ayuda, y servir como voluntario en organizaciones que apoyan a la gente transgénero.

En mi camino he recibido ayuda invaluable de un gran número de gente transgénero, algunos cuyos nombres deben permanecer en el anonimato ya que aún no han podido declararse transgénero por diversas razones. Pero puedo nombrar a algunas de estas personas: Danni Askini y Elayne Wylie, quienes fundaron *Gender Justice League*; Lonness Valenna, una activista transgénero e intersexo magnífica; Marsha Botzer, fundadora del *Ingersoll Gender Center* quien me permitió asistir a las juntas de apoyo; Linden Jordan, quien me inspiró a estudiar más sobre la genética.

Guía de Inicio Rápido

También quiero agradecer a Mac McGregor, Drew Griffin, Josie Fitting, Anna Blankenship, Aurelia Lyon, Zee Zaki, Debbie Gordon y Becca Ritchie por revisar y refinar esta guía.



Texto Original © 2019, 2026 Gordon Glasgow

Traducción al español por Tzeitel Gutierrez

Versión PDF disponible en www.learningabouttrans.com