

Diversidad sexual y de género

Guía en Lectura Fácil



Guía diversidad sexual y de género

Edición

Servicio de Accesibilidad Cognitiva de Afanias

Redacción en lectura fácil

Javier Alonso Henar

Servicio de Accesibilidad Cognitiva de Afanias

Validación de textos

Equipo de validación de Afanias de Espacio Abierto y Plegar 3

Diseño y maquetación

Sandra López Mellado

Servicio de Accesibilidad Cognitiva de Afanias

Imágenes

Freepik.es

Canva.com

Envatoelements.com

Logo de portada

© Logo europeo de lectura fácil: InclusionEurope

Índice

| | |
|---|----|
| Glosario..... | 4 |
| Introducción..... | 5 |
| ¿Qué es la sexualidad?..... | 7 |
| ¿Cuántas formas de sexualidad hay?..... | 8 |
| 1. Sexo biológico..... | 8 |
| 2. Identidad sexual o de género..... | 8 |
| 3. Orientación sexual..... | 10 |
| 4. Expresión de género..... | 11 |
| ¿Qué es el colectivo LGTBI+?..... | 13 |
| ¿Qué es la LGTBIQfobia?..... | 14 |
| Simbología..... | 15 |
| Conclusión..... | 16 |

Glosario

A continuación, explicaremos una serie de palabras importantes para entender esta guía.

Bisexual: persona que se siente atraída tanto por mujeres como por hombres.

Diversidad sexual: se refiere a todas las maneras de vivir la sexualidad que tienen las personas.

Género: grupo al que pertenece cada sexo humano.

Está relacionado con las cualidades que la sociedad aplica a los hombres y las mujeres.

Por ejemplo, la igualdad de género significa que los hombres y las mujeres deben tener los mismos derechos y las mismas oportunidades.

Heterosexual: personas que se sienten atraídos por personas del sexo contrario.

Por ejemplo, una mujer que le gusta un hombre.

Homosexual: personas que se sienten atraídas por personas del mismo sexo.

Hay dos tipos diferentes:

· **Lesbianas:** mujeres que les gustan las mujeres.

· **Gays:** hombres que les gustan los hombres.

Intersexual: personas que nacen con una combinación de los genitales femeninos y masculinos.

Queer: describe una identidad de género y sexual diferente.

No corresponde a las ideas establecidas de género masculino o femenino.

Sexo biológico: se refiere al sexo con el que se nace.

En un principio si naces hombre o si naces mujer.

Sexualidad: conjunto de comportamientos o actividades relacionadas con el placer sexual.

Por ejemplo, besos, caricias o relaciones sexuales.

Transexual: persona que no se siente identificada con el sexo con el que nació.

Las personas transexuales suelen operarse y cambiar de sexo.

Por ejemplo, el medico te dice al nacer que eres hombre, pero te sientes mujer y te operas para cambiar de sexo.

Transgénero: persona que no está de acuerdo con el género asignado al nacer.

Las personas transgénero no suelen operarse para cambiar de sexo.

Travesti: persona a la que le gusta vestirse con ropa que no corresponde a su género.

Esto no tiene que ver con los gustos sexuales de la persona.

Por ejemplo, un hombre que le gusta vestirse con ropa de mujer y que le gustan las mujeres.



Introducción

Las personas vivimos en sociedad,
convivimos unos con otros y nos relacionamos diariamente.

Las personas que tenemos a nuestro alrededor pueden ser diferentes,
estas diferencias provocan lo que se conoce como diversidad.

La diversidad puede ser,
por ejemplo, por la diferencia de raza, la diferencia de dinero,
o la diferencia de capacidades.

Pero esta diversidad también puede ser
por la manera que cada persona tiene de vivir la sexualidad.

Cada persona puede tener gustos diferentes y sentirse de manera diferente
y no solo se limita a que seas hombre o mujer.

Esta guía pretende hacer visible otras formas de entender
la sexualidad de las personas.

En la actualidad hay muchas personas que son rechazadas por ser diferentes,
por ejemplo, hombres que se sienten mujeres.

Es importante conocer esta diversidad, estas diferencias,
de esta manera podremos entender y respetar a todo el mundo.

¿Qué es la sexualidad?

El ser humano es un ser sexuado por naturaleza.

Esto quiere decir que todas las personas nacemos con **genitales**, **hormonas** y podemos reproducirnos.

Los **genitales** son los órganos sexuales externos.

Las mujeres tienen vagina y los hombres pene y testículos.

Las **hormonas** son las sustancias que producen los órganos sexuales.

La hormona femenina son los estrógenos.

La masculina la testosterona.

La sexualidad tiene que ver con:

- Como las personas establecemos relaciones amorosas.
- Como las personas sentimos placer sexual.
- Como nos sentimos y qué cosas nos gustan.
- Como nos reproducimos.

En definitiva, la sexualidad es una parte importante de las personas.

La sexualidad nos acompaña a lo largo de toda nuestra vida.

A continuación, ampliamos este concepto.



¿Cuántas formas de sexualidad hay?

La sexualidad está formada por diferentes ideas o conceptos.

A continuación, explicamos los más importantes:

1. Sexo biológico

El sexo biológico se refiere al sexo con el que la persona nace.

En un principio si naces hombre o si naces mujer.

Hasta la semana número 7 del embarazo no hay diferencia en los bebés.

A partir de estas semanas comienzan a formarse los genitales.

Vagina y útero si naces mujer.

Pene y testículos si naces hombre.

Pero no todas las personas se desarrollan hombre o mujer,
hay más posibilidades.

Hay personas que nacen con una combinación de ambos genitales.

A estas personas se les llama intersexuales.

Esto quiere decir que se encuentran entre el sexo masculino y el femenino.

2. Identidad sexual o de género

La identidad sexual tiene que ver con cómo nos sentimos,
podemos sentirnos mujer o podemos sentirnos hombre.

La identidad sexual puede encajar o no con el sexo biológico,
por ejemplo, encajar cuando eres mujer y te sientes mujer.

Y no encaja cuando eres mujer, pero te sientes hombre.

Pero también podemos sentirnos de una forma
que no tiene que ver solo con hombre o mujer.

Estas formas de sentirse son menos conocidas, pero igual de importantes. Por lo que es necesario que las conozcamos, estas pueden ser:

- **Hombres transexuales** son personas que han nacido mujer pero se sienten hombre.
- **Mujeres transexuales** son personas que han nacido hombre, pero se sienten mujer.
 - Personas **bigénero**, es decir, que se sienten hombre y mujer a la vez.
 - Personas **demigénero**, estas se sienten una parte como hombre y otra como mujer.
- Personas **agéneros**, estas personas no se sienten ni hombres ni mujeres
- Personas con **genero fluido**, es decir que se sienten a veces hombre y a veces mujer.

Estas realidades son poco visibles todavía, pero van más allá de hombre y mujer.



3. Orientación sexual

La orientación tiene que ver con quién nos gusta.

Hacia quién sientes atracción romántica, emocional y sexual.

En muchas ocasiones, nuestros gustos vienen dirigidos por la educación que hayamos tenido.

Esta educación nos dirige hacia la heterosexualidad.

Recuerda que las personas heterosexuales son las que se sienten atraídos por personas del sexo contrario.

Pero la orientación puede ser muy diversa.

A continuación, exponemos otras opciones:

Homosexualidad, te gustan las personas de tu sexo.

Dentro de la homosexualidad encontramos a personas gays y lesbianas.

Bisexualidad, te gustan ambos sexos, tanto los hombres como las mujeres.

Pansexualidad, te atraen las personas independientemente de su sexo y género.

Asexualidad, no te sientes atraído por ningún sexo, pero esto no quiere decir que no puedan sentir amor.

Es importante destacar que todas las opciones y gustos son posibles, y todos estos gustos deben tenerse en cuenta y respetarse.



4. Expresión de género

El género es el grupo al que pertenece cada persona según la sociedad en la que vive.

La sociedad marca unas características para cada grupo.

Los grupos que la sociedad marca son el género masculino y el género femenino.

Nuestra sociedad toma como masculino y femenino una determinada forma de actuar, de moverse, de vestir y una serie de gustos.

Esto se conoce como estereotipos.

Los estereotipos son ideas, expresiones o imágenes que tiene la sociedad de algo o alguien.

Por ejemplo, la sociedad tiene el estereotipo de que las mujeres son el sexo débil y los hombres son el sexo fuerte.

Pero la realidad es que entre el género masculino y el femenino existe una gran variedad de posibilidades.

Por lo tanto, la expresión del género no tiene nada que ver con tu orientación sexual.

Es decir, puedes ser un hombre que te guste maquillarte y que te sientas atraído por mujeres, o una mujer que te guste la mecánica de coches y que te sientas atraída por hombres.

Es lógico decir que no existen personas que son solo masculinas o femeninas.

La mayoría de las personas tenemos gustos, formas de vestir o aficiones que son tanto masculinos como femeninos.

Por ejemplo, hay mujeres que les gusta el fútbol y hombres que se maquillan.

Por lo tanto, mezclando estos 4 puntos, es decir, el sexo biológico, la identidad, la orientación y el género, se puede generar muchas formas de vivir la sexualidad.

Por ejemplo, puedes ser una mujer transexual, femenina y lesbiana o un hombre con pene, heterosexual y femenino.

Esto es la diversidad sexual y va más allá de ser hombre o mujer.



Las personas tenemos muchas maneras de practicar o expresar la sexualidad y ninguna de ellas debe ser motivo de discriminación.

¿Qué es el colectivo LGTBIQ+?

Cada una de las letras que forman la palabra LGTBIQ representan a un colectivo de personas.

Estos colectivos ya han sido definidos en el glosario.

La **L** representa a las lesbianas

La **G** a los gays

La **T** a las personas transgénero y transexuales.

La **B** a las personas bisexuales.

La **I** a los intersexuales.

La **Q** representa a las personas queer.



Además, se incluye al final de las palabras el símbolo +.

Con este símbolo se incluye en este colectivo a otras formas de entender la sexualidad y que no estén representadas por las siglas LGTBIQ.

Por lo tanto, el colectivo LGTBIQ+ representa a todas las personas que tienen orientaciones sexuales diferentes a la heterosexualidad.

Recuerda, la heterosexualidad es cuando te sientes atraído por personas del sexo contrario al tuyo.

¿Qué es la LGTBIQfobia?

Los colectivos y las personas que forman el colectivo LGTBIQ+ pueden ser rechazadas por su condición sexual.

Este rechazo normalmente se llama homofobia.

La **homofobia** es el rechazo de personas heterosexuales a personas que son homosexuales o bisexuales.

Por ejemplo, que no te contraten en un puesto de dependiente por ser gay.

Pero la homofobia no representa el rechazo que sufren el resto de los colectivos o personas, dentro del colectivo LGTBIQ+.

Como transexuales, queer o intersexuales.

Para englobar el rechazo que sufren todas las personas que se encuentran representadas por el colectivo LGTBIQ+ se llama LGTBIQfobia.

LGTBIQfobia es el odio o rechazo hacia las personas LGTBIQ+.











Este odio o rechazo puede darse con violencia, desigualdad o discriminación.

Símbolos

A continuación, mostramos una serie de símbolos y su significado.

Estos símbolos están relacionados con la diversidad sexual y de género.

Es importante conocerlos, ya que muchos de ellos son comunes.

| | | | |
|---|--------------|---|---------------------|
|  | Femenino |  | Bandera LGTBIQ+ |
|  | Masculino |  | Bandera transgénero |
|  | Lesbiana |  | Bandera bisexual |
|  | Gay | | |
|  | Heterosexual | | |
|  | Bisexual | | |
|  | Transgénero | | |

Conclusión

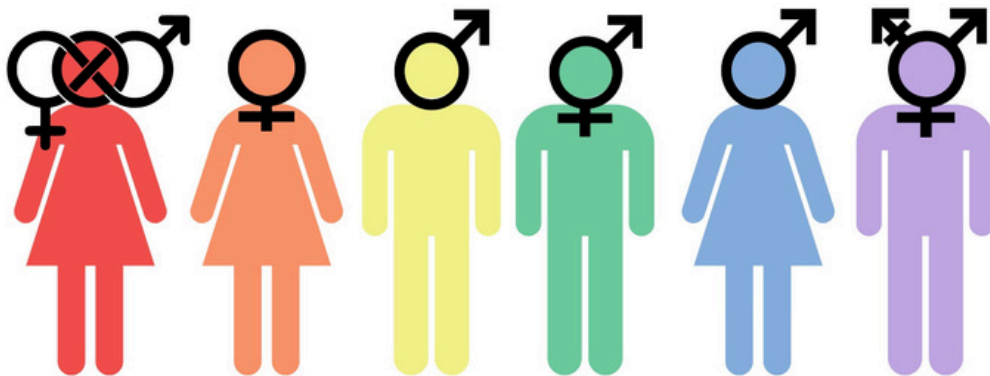
En esta guía se han contado de manera breve algunas de las diferentes maneras de vivir la sexualidad.

Pero hay muchas más.

Hablar de diversidad sexual y de género es reconocer que todos los cuerpos, todos los gustos y todos los deseos que tienen las diferentes personas tienen derecho a existir.

Todas las personas deben recibir el mismo respeto, sin ningún tipo de rechazo por su manera de vivir la sexualidad.

Dentro del término diversidad sexual caben todas las personas porque ninguno vivimos la sexualidad de la misma manera.



Diversidad sexual y de género

Guía en Lectura Fácil

Servicio de Accesibilidad Cognitiva
Afanias 2022

