

FAMILIARIZA-T

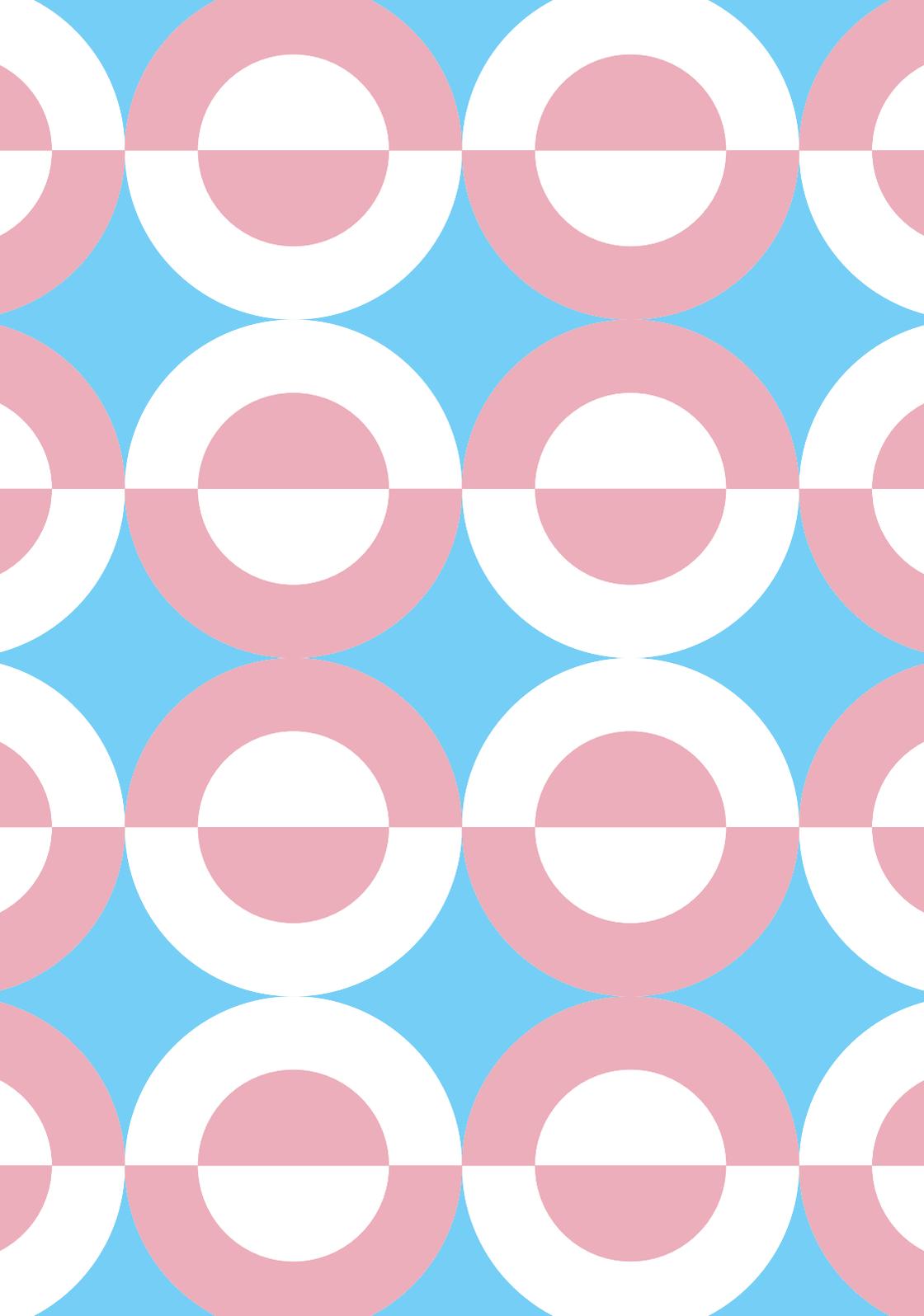


GUÍA PARA
ACOMPañAR
UN TRáNSITO EN FAMILIA



colectivo
GVMV

Lesbianas, Gays, Trans y
Bisexuales de Canarias



FAMILIARIZA-T

GUÍA PARA ACOMPañAR UN TRÁNSITO EN FAMILIA.



María José Hinojosa Pareja
Psicóloga Colectivo Gamá

FAMILIARIZA-T

Acompañar a nuestros seres queridos en cualquiera de sus procesos o etapas vitales no es algo sencillo, nos exige comprensión, esfuerzo, conocimiento, empatía y voluntad para hacerlo. A través de esta guía se ofrecen herramientas y recursos para facilitar y acompañar un tránsito en familia que es la base fundamental para el adecuado desarrollo emocional de sus miembros, constituye el soporte, apoyo y referente.

Si construimos un espacio de diálogo, escucha, atención y comunicación adecuados fomentaremos que nuestros hijos/hijas/es (hablamos de *hijos* o *ellos* para referirnos a las personas trans no binarias) puedan expresar de manera libre y sin miedo su identidad *sentida*, a través de sus palabras y actitudes. Atender estas señales y expresiones facilita que emerja "lo que ya existía" generando una buena salud emocional.

Gamá, como Colectivo LGTB (de Lesbianas, Gays, Trans y Bisexuales) de Canarias por la Diversidad Sexual y de Género, conoce los obstáculos con los que se encuentran a diario estas familias, que no siempre acceden a los recursos necesarios para comenzar o continuar los procesos de transición junto a sus hijos/as/es.

Esta guía se incluye en las acciones del Proyecto "**Gamá ConTigo**": **Programa de Acompañamiento para la Inclusión Social de personas trans en situación de especial vulnerabilidad**, subvencionado por la **Consejería de Gobierno de Política Social y Accesibilidad del Cabildo de Gran Canaria**, que incorpora la realidad de las familias trans, porque a pesar del escenario social marcado por **avances a nivel legal (LEY 8/2014, de 28 de octubre, de no discriminación por motivos de identidad de género y de reconocimiento de los derechos de las personas transexuales, y más recientemente, la Proposición de Ley de Igualdad Social y No Discriminación por razón de Identidad de Género, Expresión de Género y Características Sexuales que se encuentra en trámite parlamentario)**, sigue



“MAMÁ,
PAPÁ...
SOY TRANS.”

presente la desinformación por parte de profesionales y de las propias familias, que por desconocimiento de estos derechos, no los hacen valer, no permitiendo el derecho de las personas y familias trans a ver reconocida su identidad.

No es fácil enfrentar esta situación, ni para la persona que lo siente y lo vive ni para el entorno que lo acompaña. Pero no es fácil porque sigue existiendo la transfobia, esa discriminación a veces sutil, muchas veces manifiesta, que rechaza la identidad que no es “acorde” a la asignada al nacer, que marca y estigmatiza aquello que se aleja de la norma, de los roles de género establecidos, de una determinada forma de ser y expresarse.

Sin embargo, no tiene porqué suponer un duelo (aunque en ocasiones se vive como tal), un problema, un trauma o una decepción. Al contrario, debiera ser una oportunidad para demostrar que por encima de los prejuicios y de los miedos, lo que nos importa es el bienestar y la felicidad de nuestro ser querido. Una oportunidad para crecer y fortalecerse como familias.

Lo importante es saber escuchar, no juzgar ni cuestionar lo que nos dicen, su relato es la señal más importante. Tener disposición y apertura para lo que pueda o quiera contarnos, darle el espacio, la confianza necesaria para que pueda confiar y no temer el rechazo. Saber acompañar, ir a su lado, no presionar ("ir por delante anticipando situaciones que quizás no se darán") ni quedarnos atrás ("mirando para otro lado por miedo a fomentar algo que no sabemos gestionar o manejar").

"Por encima de todo quiero su felicidad"

Sin duda, el mejor propósito, que pone de manifiesto el deseo de empatizar, comprender y apoyar el proceso de transición, pero que necesita de una información y asesoramiento adecuados.

**“¿SE ESTARÁ
EQUIVOCANDO? ¿Y SI
SE ARREPIENTE?..”**

Resultado de nuestra inseguridad y desconocimiento, son preguntas muy frecuentes entre las familias y que a veces suponen un freno para el inicio del tránsito. Como responsables de las decisiones que puedan marcar la vida de nuestros/as hijos/as/es, más aún si son menores de edad y necesitan el consentimiento para el proceso, necesitamos una seguridad que no siempre está presente,

más aún cuando la revelación de la identidad acaba de ocurrir y nos encontramos en shock ante la noticia o necesitamos tiempo para integrarla y digerirla. Sin embargo, **no debemos esperar a estar seguros/as ni exigir a la persona trans que lo esté**, ya que los mismos miedos y dificultades pueden estar presentes en ambos, no podemos olvidar que nos asiste el derecho a nuestra identidad y a su libre desarrollo, desde la libre auto determinación del género, cuestiones que en Canarias están blindadas por ley como veremos a continuación.

“Nunca vimos indicios...ha sido de un día para otro”

Nada ocurre sin más. Aunque no hayamos observado “indicadores” o “indicios”, las personas trans suelen descubrir que “algo no encaja” mucho antes de poder expresarlo o contarlo. Nos asignan un sexo y un género al nacer, por pura observación de nuestros genitales, pero no siempre es acorde a lo que sentimos, a nuestra identidad, a lo que somos en realidad. Los procesos de descubrimiento o “toma de conciencia” de la identidad varían de una persona a otra, puede ocurrir en diferentes momentos de la vida, en los primeros años (“desde que tenemos uso de razón”), en la primera infancia, adolescencia o adultez, eso no hace que sea más válida o menos válida. Después vendrán los elementos que faciliten el poder expresarlo y verbalizarlo: **el más importante, el apoyo (real o percibido) de la familia y/o el entorno,**





la propia personalidad (extroversión, empatía, contar con habilidades sociales y recursos de afrontamiento), la información que tengamos sobre la transexualidad y los derechos que tenemos -a nivel legal-, el acceso a dicha información, el **tener referentes (personas) trans visibles (muy importante)**, las experiencias vividas o percibidas...en definitiva, el proceso de revelar y hablar de nuestra identidad trans no es sencillo.

En ocasiones suelen existir “señales” (rechazo a cierta vestimenta, preferencia por ciertos juegos o personas, comentarios respecto a dudas sobre la identidad, rechazo a ciertas partes del cuerpo o a los genitales, actitudes de ocultamiento del cuerpo, usar nombres y pronombres “del otro género” con los que se identifican, el que se autocorrijan el género o nos los corrijan a los demás...) pero no siempre ocurre, sobre todo cuando el miedo bloquea o la persona lo censura o reprime, no permitiéndose ser quien es. Lo que sí puede estar presente bajo un conflicto con la identidad son actitudes que denotan malestar emocional, a veces rabia, actitudes desafiantes, como “de estar enfadados/as con el mundo y consigo mismos/as”, tristeza, aislamiento, ansiedad, o conductas de evitación (no querer ir al centro educativo, no querer relacionarse con iguales, no saber comunicar sus emociones o sentimientos, evitación de determinada ropa o vestimenta, malestar con mostrar el cuerpo, en el caso de los chicos trans suelen ocultar su pecho, evitación de actividades sociales o de ocio como ir a la playa o piscina...) En definitiva, se tarda tiempo en poner nombre a lo que se siente.

En ocasiones nos sentimos culpables de “no haberlo visto antes”, de no haber sabido “estar a la altura como adultos”, “por cuánto ha debido sufrir hasta decirlo” es muy sano expresar cómo nos sentimos. Saber pedir disculpas y aceptarlas refuerza la relación, disminuye los sentimientos de culpabilidad y ayuda en la transición, dejando atrás sentimientos negativos.

“Me dijo que era lesbiana, y ahora, dice que es un chico...estará confundida”

La orientación afectivo sexual (¿quién me gusta?) es diferente a la identidad de género (¿quién soy?), pero aún se confunden de manera habitual. A esto se suma el que en ocasiones se percibe como “más fácil” hablar de la orientación sexual, porque si ésta es aceptada por la familia, puede dar una idea de una posible aceptación de la identidad trans. En otros casos, puede estar ocurriendo un proceso de aceptación de la identidad, aún sin concluir, por lo que la persona puede expresar quién le gusta, pero no estar preparada para expresar quién es, o cómo se siente en realidad respecto a su identidad. En cualquier caso, no responde a un deseo de mentir, o de “confundir”, sino más bien, de momentos diferentes en la revelación de la diversidad sexual y de género.

**“LA SOCIEDAD ES MALA,
VA A SUFRIR MUCHO.”**

La sociedad ha avanzado mucho en los últimos años, y aunque es cierto que sigue existiendo transfobia y discriminación, también tenemos a nuestro favor leyes y protocolos que protegen los derechos de las familias y de las personas trans, por lo que debemos siempre primar estos derechos y buscar el bienestar y la felicidad antes que intentar agradar o encajar en lo socialmente establecido.



Desde el año 2014 contamos en Canarias con la **LEY 8/2014, de 28 de octubre, de no discriminación por motivos de identidad de género y de reconocimiento de los derechos de las personas transsexuales.**

“De repente, todo es para ahora, lo quiere ya, pero yo necesito mi tiempo”

“Me dijo que se sentía un chico, y que necesitaba comenzar el cambio ya, hormonarse cuanto antes, que le llamásemos Andrés, que se lo contásemos a sus hermanos...” esta es una de tantas situaciones que suelen desbordar a las familias, y que ocurre porque se da una “falta de sincronía” en los tiempos, esto es, la persona trans generalmente lleva un tiempo madurando cómo encajar lo que siente, cómo enfrentar todas las posibles situaciones que imagina, a veces comienza por contarle a algunas personas del entorno...cuando decide contarle en la familia ha pasado cuanto menos un tiempo considerable, el que cada cual necesita, pero la familia, o al menos algunos de sus miembros, si no esperaba la noticia, suele pedir tiempo para integrar y digerir...**lo importante para que no se produzca la sensación de malestar, frustración o impotencia es sentir que “tras la noticia algo sucede, que no se queda en saco roto o se pospone”**, una posible solución puede ser solicitar asesoramiento y apoyo profesional para entender y recibir acompañamiento que sin duda acompasará mejor esos ritmos. En la medida que se busca la ayuda y la información llega, la persona trans siente alivio porque no se obstaculiza su momento, y la familia encuentra respuestas a muchas cuestiones que surgen, así se facilita el proceso y se va procesando la nueva situación. Desde el proyecto Gamá Contigo se ofrece apoyo psicológico, asesoramiento y acompañamiento profesional para el proceso.

“¿POR QUÉ NO NOS LO DIJO ANTES?”

Porque contarle supone exponerse al miedo de perder a los seres queridos, que no te entiendan, que te cuestionen, que no crean lo que ocurre, que cambie la relación, que se viva como un duelo o pérdida, que se haga sufrir...puede suponer quedarse solo/a. No es fácil enfrentar un tránsito, cuando no se tiene la certeza de la aceptación o el apoyo. **Por eso a veces se tarda en contarle.** Pero también puede suceder que sea la persona la que no se lo permite, aun percibiendo que pudiera tener todo el apoyo familiar, de la pareja y/o del entorno, porque puede **haberse interiorizado el rechazo a la identidad, ser víctima de la transfobia "interiorizada"**, que no permite dar el paso porque el rechazo hacia uno/a mismo/a es el peor al que puede enfrentarse una persona. Debemos intentar no buscar culpables, ni responsabilizar al otro/a de lo que sucede. **El momento es ahora.**

“¿Y AHORA QUÉ?
¿POR DÓNDE
EMPEZAMOS?”

Ámbito Social:

- Colectivos y asociaciones LGTBI del territorio donde obtener asesoramiento, información y apoyo (a través de grupos de iguales, de familias, de servicios especializados y profesionalizados, etc.).



Ámbito Sanitario:

- Dirigirse a atención primaria (centro de salud), para solicitar derivación al **Servicio TransCan**, vinculado a las Unidades de Acompañamiento a las personas trans del Servicio Canario de la Salud (UAT), que le corresponda por provincia (Las Palmas o Santa Cruz de Tenerife), bien desde pediatría, bien desde el/la médico de cabecera (si tiene 14 años o más). En dicho Servicio, serán atendidos/cas por la Gestora de Casos, con amplia experiencia en la asistencia positiva trans-sanitaria, que derivará al equipo de profesionales que requiera la persona según su necesidad (apoyo, asesoramiento, tratamiento hormonal y/o quirúrgico, foniatría...etc.) Desde que el actual protocolo de atención sanitaria a las personas trans entrara en vigor en marzo de 2019 se respeta **la libre determinación del género**, no se cuestiona ni se valora o evalúa la identidad, de ahí que ya no se "diagnostique" la identidad (a esto se le llama "despatologización de la transexualidad").

Las personas trans, (menores y adultos), tienen derecho a (recogido en el Protocolo de Atención Sanitaria a las personas Trans, del Servicio Canario de la Salud):

- Recibir tratamiento, prohibiendo la práctica de terapias aversivas o que pretendan anular su identidad;
- A que se frene la aparición de caracteres sexuales secundarios mediante bloqueadores de la GnRH (inhibiendo así la pubertad) durante la etapa prepuberal que deberá ser autorizado por las personas responsables legales. En caso de negativa a dicha autorización será la autoridad judicial quien se pronuncie, previo recurso, teniendo siempre en cuenta el criterio de mayor beneficio del/la menor.
- A solicitar las cirugías necesarias: actualmente están autorizadas a cargo de la sanidad pública las vaginoplastias para mujeres trans (aunque no se realiza actualmente la intervención en Canarias, se cubren los gastos de traslado) y las mastectomías (masculinización del tórax)/ovarictomías/histerectomías para los hombres trans (se realizan en Canarias). Las faloplastias encuentran la dificultad en la falta de profesionales/cirujanos/as que las realicen. Se está debatiendo qué criterios serán los exigidos en cuanto a edad, tiempo de homonación previa, etc.
- A cambiar el nombre en la tarjeta sanitaria, sin necesidad de haber cambiado el DNI, sin tener que aportar ya ningún informe psicológico que verifique la identidad. Desde Gamá tramitamos la documentación necesaria .
- A rectificar el nombre y sexo legal en el DNI si se cumplen los criterios de la Ley estatal de 2007 (haberse hormonado dos años, contar con un informe de disforia de género, ser mayor de edad y tener nacionalidad española, aunque esta Ley se ha quedado obsoleta y ya hay presentada al Congreso una Proposición de Ley de Igualdad LGTBI que derogaría la anterior y que de ser aprobada, autorizará esta rectificación registral por libre autodeterminación de la persona, es decir, por expreso deseo de la persona, sin cumplir esos requisitos). Mientras tanto, se puede cambiar el nombre (no el sexo legal) en el DNI siguiendo la instrucción de 23 de octubre de 2018, de la Dirección General de los Registros y del Notariado,

sobre cambio de nombre en el Registro Civil de personas transexuales, tanto en menores de edad como en adultos, sin necesidad de presentar informes médicos o haber seguido tratamiento hormonal. Desde Gamá tramitamos también estas solicitudes.

Ámbito Educativo:

El Protocolo para el acompañamiento al alumnado trans y atención a la diversidad de género en los centros educativos sostenidos con fondos públicos de Canarias establece que:

- los/as/es menores y jóvenes trans tienen derecho a ver reconocida su identidad de género en los educativos canarios con respeto a su dignidad personal, integridad moral y libre desarrollo de la personalidad conforme a su identidad, todo lo cual implica:
- tratarles con el nombre con el que se identifican, que puedan usar la vestimenta/baños acorde a su identidad sentida, que aparezca su nombre sentido en la documentación del centro sujeta a exhibición pública, y todo ello sin la obligación de someterse a tratamiento médico alguno o de aportar informe de diagnóstico médico o psicológico y sin obligación de haber cambiado el DNI.

Para solicitar al centro educativo que se adopten estas medidas, los-as responsables legales, en caso de que sea menor, se dirigirán al equipo directivo del centro y trasladarán su petición de inclusión del menor atendiendo a su identidad sentida (firmando el Anexo II del Protocolo de acompañamiento al alumnado trans).

En el ámbito universitario, se están trabajando los protocolos, ya se cuenta con el de La Universidad de La Laguna.

“¿Cómo explicárselo al resto de la familia?”

“Sus abuelos/as son mayores, no lo van a entender...”, “¿cómo se lo decimos a su hermana?”, “¿lo debemos hacer nosotros como padres/madres o es preferible que lo haga él/ella/elle?”, estas son preguntas muy habituales. Saber entender las necesidades expresadas por la persona ayuda mucho. Preguntar si quiere decirlo él/ella/elle, si prefiere que le acompañemos en ese momento, porque nuestras expectativas, lo que creemos que es lo más adecuado, no siempre responde a su necesidad.

Generalmente las personas más pequeñas lo integran con más facilidad, si se vive con naturalidad, cuando hay conflicto todo se complica porque se les hace entender que existe un problema. Las personas mayores (abuelos/as...) pueden sorprendernos, mostrando una empatía y comprensión que no siempre muestran los/as progenitores o responsables legales o en las personas más jóvenes a las que se les presupone "mayor apertura mental o una aceptación más rápida".

“¿ESTARÁ IMITANDO A ALCUIEN?”

¿Habrá conocido a alguna persona que le ha confundido?”

Más que a una persona que le confunda, puede haber conocido a una persona con la que identificarse y entender lo que le está ocurriendo. Por eso son tan importantes los referentes, más aún si son positivos, no es extraño que una persona trans comience su transición tras conocer a algún compañero/a de clase que ha abierto camino, o a algún/a "youtuber" o "influencer" a través de sus vídeos, ya que se convierten en "espejos", donde poder mirarse, entenderse e incluso empoderarse para comenzar su proceso.





No son pocas las familias que hablan de lo mucho que les gusta a sus hijos/as/es los cómics, el manga o la cultura Kpop, que parece que se viven como esos personajes y esto les preocupa, por si se debe a inmadurez, a vivir en la fantasía y no en la realidad. Lo que suele ocurrir es que esos personajes reflejan con su expresión de género diversa, a veces ambigua, andrógina (es difícil asignarles un determinado género) lo que están sintiendo, haciendo también de "espejos" de cómo querrían vivirse en un mundo que no siempre le resulta fácil o cómodo, donde es difícil encajar dentro de la norma establecida.

"No quiero que se hormone, se va a dañar su salud"

No todas las personas trans presentan las mismas necesidades. La identidad no está condicionada a una determinada genitalidad, ni a un determinado cambio físico, en ocasiones no se persigue ni

la hormonación ni la cirugía porque al contrario de lo que se piensa, se puede ser feliz y vivir con la identidad sentida sin necesidad de iniciar cambios a este nivel (los cuerpos no están equivocados, es la presión social y la transfobia la que en muchas ocasiones nos hace creer que tenemos que ajustar nuestro cuerpo y expresión del género a la identidad que sentimos). Dicho esto, cuando la persona necesita el tratamiento hormonal y/o quirúrgico hay que contemplarlo como lo que es, una necesidad que requiere respuesta. Debe ser supervisado y controlado por profesionales para minimizar el impacto que pueda tener sobre la salud.

En muchos casos el tratamiento hormonal ayuda a mejorar la salud mental de la persona que ve en los cambios físicos que produce, una mejoría de su autoestima y permite "el passing", o lo que es lo mismo, que el aspecto sea acorde a la identidad ("que no se note que se es trans"). Sin embargo, la situación ideal es aquella que permite que la persona sienta libertad para elegir si necesita tratamientos médicos y/o quirúrgicos y no tener que ajustarnos a ese "modelo social impuesto por una norma determinada". El passing no debería ser el objetivo, pero vivimos en una sociedad donde ser trans conlleva hostilidad y violencia en muchos casos, de ahí que se persiga esa finalidad.

“QUE HAGA LO QUE QUIERA, PERO CUANDO SEA MAYOR DE EDAD.”

“Es demasiado peque para tenerlo claro”

Cuántas veces hemos escuchado estas frases...como si la identidad dependiera de tener cierta edad, tenemos identidad desde que nacemos, la vamos construyendo mientras crecemos y nos socializamos y si ésta no es acorde a la que nos asignaron, hay que poder expresarlo, decirlo en algún momento para desarrollarnos de manera libre acorde a lo que somos. No se es demasiado pequeño/a o demasiado mayor, no podemos ni debemos ponerle “un límite de edad” por encima o por debajo del cual “permitirles ser quienes dicen ser”. El derecho a la libre determinación del género no entiende de fechas, se expresa cuando se puede y hay que acompañarlo desde ese momento, sin condicionarlo.

“No me acostumbro a llamarle como quiere, me sale su nombre de siempre, ¡tiene que entenderlo y no ponerse a la defensiva!”

Cuando ya comenzamos a adaptarnos a la nueva situación, llegan los momentos de confusión o equivocación a la hora de dirigirnos a la persona con su nuevo nombre (hay que evitar recordarle el anterior, el “deadname”, hay quien se resiste conscientemente al nuevo nombre, como queriendo que sea solo una etapa pasajera que finalizará y todo “volverá a ser como antes”, lo que supone un error porque se le está negando a la persona su derecho a ser, o quien simplemente se equivoca por la “costumbre o la inercia” a la hora de dirigirse a la persona. En el primer caso habría que reflexionar qué nos lleva a tener esas resistencias, a negarnos a entender o comprender, y si es necesario, buscar ayuda profesional.

En el segundo caso, el más habitual, es comprensible que nos equivoquemos, más aún si la persona trans es joven o adulta y llevamos muchos años conociéndola de una determinada manera, por lo que mostrarnos respetuosos, corregirnos o ayudarnos mutuamente cuando esto ocurre, permitirá una más rápida y sana adaptación. La persona trans debe entender estas “equivocaciones” cuando no son malintencionadas, deben ser comprendidas y corregidas sin actitudes defensivas u hostiles.

DESEAMOS QUE CON ESTA **GUÍA**
LOS **TRÁNSITOS** EN FAMILIA SEAN
MÁS **SANOS**, MÁS **FÁCILES** Y SE
CONVIERTAN EN UNA OPORTUNIDAD
DE APRENDIZAJE Y **REFUERZO** DEL
VÍNCULO **FAMILIAR**, UNIÉNDOSE
FRENTE A POSIBLES SITUACIONES
DE DISCRIMINACIÓN QUE CON ESTE
APOYO PUEDE ENFRENTARSE DE
MANERA MUCHO MÁS ADECUADA Y
RESILIENTE.



T-ACOMPANAMOS

Subvenciona



Ejecuta

