

---

## Transexualidad o disforia de género

### ¿Qué es?

Las personas transexuales no se identifican con su sexo biológico. Desean vivir y ser aceptadas como miembros del sexo opuesto.

Cuando ello se acompaña de angustia, ansiedad y malestar, se habla de **disforia de género**.

- Mujer transexual: son hombres (sexo morfológico) con identidad femenina, identificándose de forma estable y permanente como mujer.
- Hombre transexual: son mujeres (sexo morfológico) con identidad masculina, identificándose de forma estable y permanente como hombre.

[No es una enfermedad mental.](#)

### ¿Aclaremos algunos conceptos?

- **Sexo biológico:** cada una de las características biológicas, anatómicas que determinan el ser hombre o mujer. Se determina al nacimiento-
- **Identidad sexual:** es la identificación de cada persona con un determinado sexo. Sentirse hombre o mujer.
- **Identidad o rol de género:** conjunto de reglas y normas que la sociedad define como pautas de comportamiento a seguir por hombres y mujeres.
- **Orientación sexual:** es la atracción hacia una persona de distinto sexo (orientación heterosexual), del mismo sexo (orientación homosexual) o hacia ambos (orientación bisexual).
- **Disforia de género:** es la ansiedad que se debe al conflicto entre la identidad sexual que se tiene y el sexo morfológico. No siempre va asociada transexualidad y disforia de género.
- **Travestismo:** vestirse como el sexo opuesto para satisfacer un deseo erótico o fetichismo. No está relacionado con la orientación o identidad sexual.

### Desmontamos algún mito

*¿La transexualidad es una elección?* No se elige la identidad sexual, cada uno es lo que es.

*¿La transexualidad es una enfermedad?* No es una enfermedad y por tanto no se trata. Es una variante más dentro de la diversidad humana.

*¿La transexualidad sólo se da en personas adultas?* Suele aparecer en la infancia y reafirmarse en la preadolescencia y adolescencia.

*¿La transexualidad es producto de conflictos familiares, de algún abuso o hecho traumático?* Nada de esto hace que una persona sea transexual.

### **Creo que puedo ser transexual: ¿qué hago?**

Algunos lo podéis tener claro desde la infancia otros os daréis cuenta en la adolescencia.

Busca ayuda si tienes miedos, angustia y dudas. Compartir tus sentimientos te ayudará. Los demás te entenderán y podrán orientarte. Tener dudas sobre tu identidad sexual no es malo, sí pasarlas en secreto y no buscar ayuda.

Muchas veces puedes tener miedo a contarlo a la familia. ¿Crees que no te van a comprender o se van a enfadar? ¡Inténtalo!

Tal vez su primera reacción no sea la que tú esperabas, ellos también necesitarán su tiempo para asimilar y entender bien tus sentimientos.

Otras veces, la familia y amigos, lo han ido sabiendo mientras tú te hacías mayor y lo verán como un proceso más de tu vida. Te apoyan y conocen tus sentimientos desde siempre.

También puedes acudir a tu médico o a alguna asociación. Ellos te orientarán y guiarán.

### **¿Cómo puedo cambiar hacia mi sexo sentido?**

Se deben seguir unos pasos, un abordaje multidisciplinar. El proceso de cambio o transición de cada persona es diferente. Sería bueno contar con el apoyo de la familia o amigos.

Tu médico te derivará a la *Unidad de Trastornos de Identidad de género*, si la hay en tu Comunidad. Si no a la Unidad de Salud Mental y al Endocrinólogo. Son profesionales que evaluarán tus sentimientos y te guiarán en tu proceso de cambio si así lo deseas.

Para que tu imagen se aproxime a cómo te sientes, si quieres, puedes comenzar a cambiar tu nombre, imagen (ropa, maquillaje, peinado...) para adecuarla al sexo sentido.

En la adolescencia, tu cuerpo se transforma de modo contrario al que tu quieres. Tus hormonas van contrariamente a tus sentimientos. En algunos casos, si lo solicitas y tras un estudio médico, se puede dar hormonas que frenan el desarrollo sexual en el inicio de la pubertad. No son tratamientos irreversibles, sólo paran tus cambios físicos de la adolescencia. No sirven para reasignar el sexo. Este tratamiento necesitará controles para ver que no sufres efectos no deseados.

Tras un seguimiento exhaustivo, podrás optar por la administración de hormonas cruzadas para iniciar el cambio hacia el sexo sentido.

La reasignación quirúrgica se adapta a cada situación particular, no todo proceso termina en cirugía. Si así lo deseas, el equipo médico considerará tu caso y te propondrá las opciones posibles.

Como ves es un proceso largo. Pero siempre contarás con el apoyo de especialistas.

### **Para saber más...**

- [El sexo sentido](#) (vídeo). Documentos TV. RTVE (15 de junio de 2014)
- [Chrysallis](#). Asociación de familias de menores transexuales. (Más información y direcciones de contacto por CCAA en el artículo de *Salud Joven*: [Transexualidad o disforia de género](#))
- Una asociación de apoyo americana: [Trans Youth Family Allies](#). Ofrece información en español: [TYFA. Recursos en español](#)
- [Las 7 señales de un niño transgénero](#). *Univision Salud*
- [Si a usted le preocupan los comportamientos de género de su hijo o hija...](#) Una guía para padres. *Children's National Medical Center*
- [Gender-Diverse & Transgender children](#) (Niños con diversidad de género y transexuales). En [healthychildren.org](#) (página web para familias de la *Academia Americana de Pediatría*), 2018 (en inglés).

### **También en Familia y Salud...**

- [Nuestro hijo tiene comportamientos no propios de su sexo \(1\). Aclarando ideas](#)
- [Nuestro hijo tiene comportamientos no propios de su sexo \(2\). ¿Qué podemos hacer los padres?](#)

### **¿Dónde puedo buscar ayuda?**

- Atención a Homosexuales y Transexuales de la Comunidad de Madrid (PIAHT)

Alcalá, 22. 5º derecha. Madrid

Teléfono: 91 701 07 88

E-mail: [piaht@madrid.org](mailto:piaht@madrid.org)

- AET- transexualia: Asociación Española de Transexuales

C/Barquillo 44, 2º Izquierda. Madrid

Teléfono: 616 601 510

E-mail: [asistencia@transexualia.org](mailto:asistencia@transexualia.org)

Página web: <http://www.transexualia.org/>

- Chrysallis: Asociación de familias de menores transexuales

Teléfono en delegación de Madrid: 660 325 290 (A partir de las 16:00h). Dispone de otros teléfonos de contactos autonómicos en su web.

Página web: <http://chrysallis.org.es/>

- Euforia Familias Trans Aliadas

- Teléfono: 636965222
- <https://euforia.org.es/>
- [info@euforia.org.es](mailto:info@euforia.org.es)

- APERTTURA: Asociación de personas transexuales de Tenerife  
C/ Juan Rumeu García 28. Santa Cruz de Tenerife  
Teléfono: 922661189  
E-mail: [apertura@yahoo.es](mailto:apertura@yahoo.es)

- Asociación de Transexuales de Cataluña.  
Teléfono: 934229845  
E-mail: [atclibertad@yahoo.es](mailto:atclibertad@yahoo.es)  
Página web: <http://atclibertad.wordpress.com/>

- COGAM  
C/ de La Puebla, 9, Madrid  
Teléfono: 911 838 555  
Página web: <http://www.cogam.es/>

- ATA: Asociación de Transexuales de Andalucía  
C/ Imagen, 6.- 4ª Sevilla  
Teléfono: 954228728  
E-mail: [asociacion@atandalucia.org](mailto:asociacion@atandalucia.org)  
Página web: <http://www.atandalucia.org/>

- ASÍ SOMOS: Asociación de transexuales de Valladolid  
E-mail: [asi\\_somos@hotmail.com](mailto:asi_somos@hotmail.com)

- Colectivo Trans-Galiza:  
E-mail: [cigmico@jazzfree.com](mailto:cigmico@jazzfree.com)

- GIGT :Grupo de Identidad de Género y Transexualidad del Colectivo Lambda de Valencia  
c/ Sant Dionís, 8 - 1º, Valencia  
Teléfono: 96.334.21.91  
E-mail: [info@lambdavalencia.org](mailto:info@lambdavalencia.org)  
Página web: <http://www.lambdavalencia.org/es/>

- G.T.A.F. Iloa Ledo: Grupo de Transexuales de Navarra  
C/ Aldapa 3 bajo, Pamplona  
Teléfono. 609.52.74.43

- Transexualidad - Euskadi:  
Teléfonos.: 609.10.68.70 / 686.825.217  
E-mail: [transexualidad-euskadi@telefonica.net](mailto:transexualidad-euskadi@telefonica.net)

- SOY COMO SOY – Asociación de transexuales de Asturias

Avenida Schultz, 102, 3º Izquierda. – Gijón

Teléfonos: 984394026 / 681211123

E-mail: [mjesusmilagrosa@gmail.com](mailto:mjesusmilagrosa@gmail.com)

- TRANSITO. Grupo de transexuales de Las Palmas de Gran Canaria

C/Tomás Morales nº 8 - 1º

Teléfono: 928 43 34 27

E-mail: [transito@colectivogama.com](mailto:transito@colectivogama.com)

- Extremadura entiende

Teléfono: 644 360 073

E-mail: [info@extremaduraentiende.org](mailto:info@extremaduraentiende.org)

---

**Fecha de publicación:** 25-02-2015

*Última fecha de actualización:* 01-09-2020

**Autor/es:**

- [Mª Belén Panizo Santos](#). Pediatra. Consultorios de Cedillo del Condado y Carranque (CS de Illescas). Illescas (Toledo)

