

## **La adolescencia, una etapa difícil.**

La adolescencia es una etapa difícil. No solamente estás cambiando físicamente, sino también están cambiando tu tipo de relaciones. Tus padres te van dando más libertad, tienes que pensar que carrera vas a estudiar, hacer planes para tu futuro. Tu enfoque está cambiando y de repente, empiezas a pensar en algo que no te importaba hacia unos años: el sexo. Es una evolución natural; pero, si eres gay, lesbiana, bisexual o transgénero puede ser sumamente confuso descubrir que te sientes atraído por alguien de tu mismo sexo. Este folleto ha sido diseñado para responder a algunas preguntas acerca de qué significa ser gay, lesbiana o bisexual.

*Nota: De ahora en adelante usaremos la palabra “gay” para referirnos a las personas que no son heterosexuales, tanto hombres como mujeres.*

## **Creo que soy gay, pero no estoy seguro ¿Cómo puedo saberlo?**

Algunos dicen que, de alguna manera, siempre supieron que eran “diferentes”. Cuando finalmente se dieron cuenta que eran gays, se aclararon muchos de los sentimientos confusos que sentían crecer en su interior mientras estaban en la etapa de desarrollo. Otros se dan cuenta de su orientación sexual con los muchos cambios que se realizan durante la adolescencia y muchos se dan cuenta recién cuando son adultos. Es importante recordar que el hecho de haberse sentido atraído, o haber tenido una experiencia sexual con alguien del mismo sexo, no quiere decir automáticamente que el/ella sea gay. Piensa que la sexualidad abarca un espectro muy amplio.

Los heterosexuales— los que se sienten atraídos solamente por el género opuesto— están a un extremo. Los homosexuales—

los que se sienten atraídos solamente por el mismo género— están al otro extremo. Los bisexuales— los que se sienten atraídos por ambos géneros— están en el medio. Todos cabemos en alguna parte de este espectro.

Es importante que te des cuenta que no hay apuro para que definas tu orientación sexual. Tómate el tiempo necesario y no te presiones. Puedes estar tranquilo que lo que descubras que eres está bien.

## **¿Cómo puedo saber que soy gay si no he tenido sexo?**

Es posible saber que eres gay aunque seas virgen o no hayas tenido una relación sexual con una persona de tu mismo sexo. Ser gay no se trata solamente del sexo; se trata de las emociones. Igual que los heterosexuales, los gays se enamoran y tienen relaciones importantes y duraderas. La atracción física es solamente una de las señales en la orientación sexual.

## **¿Es anormal ser gay?**

Ser gay es completamente normal y saludable. Nadie sabe por qué las personas son gays, bisexuales o heteros. La mayoría de los científicos está de acuerdo de que la homosexualidad (así como la heterosexualidad y la bisexualidad) es probablemente el resultado de una compleja interacción de factores biológicos y del medio ambiente. La Asociación Americana de Psicología afirma que “...la homosexualidad no es una enfermedad. No requiere tratamiento y no se puede cambiar.” Según algunos estudios, una de cada diez personas de cualquier sociedad es gay.

## **¿Cómo puedo ser gay, si no me identifico con los estereotipos?**

Es un concepto erróneo muy común creer que todos los hombres gays son afeminados y que todas las mujeres

lesbianas son hombrunas. Si bien hay algunos hombres y mujeres que entran en estos estereotipos, hay muchos otros que no. Lo importante es que seas tú mismo.

## **¿Debería preocuparme por el VIH y el SIDA?**

Todos deberían estar preocupados por el VIH y el SIDA, no solamente los gays. No es tu orientación sexual la que te pone en peligro, sino tu comportamiento. El VIH se transmite de tres maneras importantes: 1. A través del sexo con una persona infectada; 2. Por compartir jeringuillas con una persona infectada. 3. Pueder ser transmitido por una mujer infectada a su hijo durante el embarazo. Asegúrate de informarte, no solamente acerca del VIH/SIDA, sino también de las enfermedades de transmisión sexual (ETS). PFLAG-Westchester te puede brindar información de cómo contactar las organizaciones que educan a la gente acerca de VIH/SIDA y las ETS.

## **¿Debería “salir del closet”?**

Contar a otras personas que eres gay se llama “salir del closet.” Decidir “salir” es una decisión muy personal y no se la debe tomar a la ligera. Sólo debes “salir” si quieres y estás preparado. “Salir” es una gran decisión porque aunque esperes que tus amigos y familiares te apoyen, podría ser que no lo hagan. Hay muchos temas que debes considerar antes de tomar la decisión de “salir”. Jamás debes “salir” por rabia o por frustración, sino más bien porque amas a la persona a la que le estás avisando y quieres tener una relación mas abierta y sincera. Si eres dependiente de tus padres, a lo mejor deberías esperar antes de contárselo. Es posible que

reaccionen mal y traten de echarse de la casa. Tal vez lo mejor es esperar hasta que te independices. Cuando decidas “salir”, lo mejor es decirle a una persona que estés casi seguro que va a reaccionar positivamente. No te olvides tener a mano algunos folletos que te ayuden a contestar las preguntas que probablemente te harán. (PFLAG Westchester te puede brindar información para compartir con tus amigos y familiares.) Cuando decidas salir ante tus padres o ante otros recuerda que PFLAG Westchester está para ayudarte. Mira en este folleto, la información sobre nuestra línea de ayuda y de las reuniones mensuales.

### **¿Cómo será mi futuro? ¿Puedo vivir una vida normal?**

La discriminación contra las personas gays todavía existe, aunque la actitud hacia los homosexuales y bisexuales está empezando a cambiar en la medida en que la sociedad está mejor informada al respecto. Hay muchos lugares donde aceptan a personas gays y ellas pueden vivir con bastante seguridad.

Muchas iglesias han empezado a aceptar a personas gays entre sus feligreses y les brindan todo su apoyo. Algunas iglesias han comenzado a officiar ceremonias para realizar uniones entre parejas gays. Asimismo, cada vez más empleadores ofrecen beneficios a las parejas gays. Hay varios estados que les permiten adoptar niños, a las parejas gays que desean tener hijos.

Pide nuestros folletos especiales para jóvenes – *Be Yourself: Questions and Answers for Gay, Lesbian, and Bisexual Youth* and *Read this Before Coming Out*.

### **Más folletos disponibles en: [www.pflag.org](http://www.pflag.org):**

*Respuestas a sus preguntas acerca de la orientación sexual y la homosexualidad.*

(American Psychological Association)

*Be Yourself! (for gay youth)*

*Faith in Our Families*

*Is Homosexuality a Sin?*

*Nuestras hija y nuestros hijos*

*Nuestros/as hijos/as Trans*

(para padres de hijos/as transgéneros)

*Read This Before Coming Out To Your Parents*

(for parents and children)

*Opening the Straight Spouse's Closet*

### **Reuniones Mensuales**

**PFLAG Westchester se reúne el  
segundo lunes de cada mes  
a las 7:30 p.m.  
en the Loft  
250/252 Bryant Ave.  
White Plains, NY**

**Todos son bienvenidos, incluyendo  
padres, amigos, familiares y  
personas gays, lesbianas,  
bisexuales y transgéneras  
con o sin sus familias.**

**Latino PFLAG Westchester es  
parte de PFLAG Westchester**

**[wilma.pflag@gmail.com](mailto:wilma.pflag@gmail.com)  
(914) 967-9429**

**[www.pflagwestchester.org](http://www.pflagwestchester.org)**



## ***Respuestas a las preguntas más comunes acerca de la juventud gay, lesbiana, bisexual y transgénera\****

**Latino Padres, Madres,  
Familiares y Amigos de  
Lesbianas y Gays  
Westchester es parte de  
PFLAG Westchester**

**[wilma.pflag@gmail.com](mailto:wilma.pflag@gmail.com)  
914-967-9429**

**[www.pflagwestchester.org](http://www.pflagwestchester.org)**

\* Ver folleto “Respuestas a preguntas acerca de personas transgéneras”