# ¿PREGUNTAS SOBRE LA ORIENTACIÓN SEXUAL?

Cover photo for illustrative purposes only

PLANNED PARENTHOOD®
1-800-230-7526 www.ppnyc.org

## ¿Qué es la orientación sexual?

La orientación sexual se refiere al sexo biológico de las personas por las que nos sentimos atraídos románticamente, sexualmente o emocionalmente.

Los hombres que se sienten atraídos por otros hombres se llaman homosexuales o "gay." Las mujeres que se sienten atraídas por otras mujeres se llaman homosexuales o "lesbianas." Las personas que se sienten atraídas por miembros del otro sexo o género – hombres atraídos por mujeres, mujeres atraídas por hombres – se llaman heterosexuales o "straight." Las personas a quienes les atraen personas de ambos sexos se llaman bisexuales.

### ¿PUEDE ELEGIR SU ORIENTACIÓN SEXUAL?

No. No se puede elegir su orientación sexual. Es algo que se descubre a una edad muy temprana. Su orientación sexual no está basada en cómo fue criado(a), qué actividades le interesan, o quiénes son sus amistades o familiares. Tampoco se puede cambiar por medio de terapia, fuerza de voluntad, o teniendo relaciones sexuales con alguien del mismo o del sexo opuesto.

### ¿CÓMO PUEDE SABER SI ALGUIEN ES HOMOSEXUAL O, HETEROSEXUAL?

No se puede identificar la orientación sexual de las personas a menos que se lo pregunte o ellos se lo digan. Las personas homosexuales, heterosexuales, y bisexuales provienen de todo tipo de familias, de todos los grupos étnicos y religiosos, y de toda clase de comunidades y países.

### ¿CUÁNDO SE SABE SI UNO ES HOMOSEXUAL, HETEROSEXUAL, O BISEXUAL?

La gente se da cuenta sobre su orientación sexual a distintas edades. La mayoría de las personas se dan cuenta y reconocen su orientación sexual a una edad muy temprana. Sin embargo, muchas personas no actúan de acuerdo a sus sentimientos de homosexualidad o heterosexualidad hasta la adolescencia. Y muchos no aceptan su orientación sexual hasta que son adultos debido a la discriminación de las otras personas.

## ¿Qué es "salir del clóset?"

"Salir" es un proceso de toda la vida durante el cual personas homosexuales o bisexuales se aceptan ellos mismos y hablan con otros sobre su orientación sexual. Las personas heterosexuales no "salen del clóset" porque nuestra sociedad supone que las personas son heterosexuales a menos que digan que no lo son. Esta suposición se llama heterosexismo. Como el racismo, sexismo, o cualquier otro prejuicio, el heterosexismo es insultante e irrespetuoso.

Muchas personas homosexuales y bisexuales dicen que la experiencia de salir del clóset es una experiencia extremadamente positiva. Muchos dicen que sienten alivio cuando finalmente pueden ser honestos consigo mismos, sus amistades y familiares. Sin embargo, salir del clóset también puede ser una experiencia aterradora, ya que es difícil saber cómo van a reaccionar la familia y las amistades. Afortunadamente, la mayoría de las comunidades tienen organizaciones que apoyan a personas homosexuales y bisexuales de todas edades.

### ¿QUÉ ES LA HOMOFOBIA?

La homofobia es el miedo irracional a personas gay, lesbianas y bisexuales. Como resultado de este temor, las personas homofóbicas frecuentemente ridiculizan, discriminan e incluso odian a las personas gay, lesbianas, y bisexuales. Algunas personas son homofóbicas porque creen los mitos y los estereotipos negativos que existen sobre la homosexualidad. En otras personas la homofobia puede estar basada en sus valores o creencias religiosas y culturales. Las personas homofóbicas pueden comportarse de distintas maneras. Pueden evitar a las personas que son homosexuales o que creen que son homosexuales. Les pueden negar empleo o apartamentos. En algunos casos, incluso pueden atacar verbalmente o físicamente a personas homosexuales y bisexuales. Esto también se conoce como "gay bashing" (violencia verbal o física motivada por la homosexualidad real o supuesta de la víctima).

### ¿QUÉ PUEDO HACER SI YO CREO QUE SOY HOMOSEXUAL?

Su orientación sexual es una parte normal y natural de quién es como persona. Pero comprender su orientación sexual puede ser una experiencia difícil y confusa, ya sea como adulto o adolescente. Es muy común que los adolescentes se pregunten si son gay, lesbianas, bisexuales o heterosexuales. Es importante recordar que el hecho de tener sentimientos confusos es una parte normal del desarrollo.

Y si tiene preguntas o está luchando con problemas de orientación sexual, hay lugares en los cuales puede obtener ayuda. Como con cualquier tema personal, puede ser útil conversar con alguien en quien confíe y que sepa algo sobre estas cosas, tal como una amistad, un familiar, un(a) profesor(a) o un(a) profesional. O se puede poner en contacto con una de las organizaciones que se indican a continuación que trabaje con personas que están luchando con cuestiones de orientación sexual y apoye a personas gay, lesbianas, bisexuales o adolescentes que necesitan ayuda.

## Recursos

**PARENTS AND FRIENDS OF LESBIANS AND GAYS (PFLAG)** **212-463-0629**

**NYC GAY AND LESBIAN ANTI-VIOLENCE PROJECT** **212-714-1141**
Línea telefónica bilingüe en contra de la violencia de personas homosexuales que funciona las 24 horas.

**HETRICK-MARTIN INSTITUTE** **212-674-2400**

**LESBIAN, GAY, BISEXUAL, AND TRANSGENDER COMMUNITY CENTER**
programa Youth Enrichment Services **212-620-7310**

**PLANNED PARENTHOOD OF NEW YORK CITY**
**www.ppnyc.org** (en inglés y español)

## Para más información, contacte a:

**PLANNED PARENTHOOD OF NEW YORK CITY**
Margaret Sanger Square, 26 Bleecker Street, New York, New York 10012-2413
Tel: 212-274-7200 Fax: 212-274-7300
**www.ppnyc.org** (en inglés y español)

**SOBRE PLANNED PARENTHOOD OF NEW YORK CITY:** En Planned Parenthood of New York City, tenemos más de 90 años de experiencia ofreciendo atención de calidad en salud reproductiva en un ambiente seguro y amable. Ofrecemos servicios a mujeres, hombres y adolescentes de toda la Ciudad de Nueva York, sin importar su edad, sus ingresos o su estado de inmigración. Siempre es confidencial cuando habla con nosotros. Para obtener una cita en cualquiera de nuestros tres centros de salud en Manhattan, Brooklyn y el Bronx, llame al 212-965-7000 o al 800-230-7526.