

FUNDACIÓN REFLEJOS DE VENEZUELA  
PRESENTA:

AMO  
RESPECTO A MI HIJO @



GUÍA EDUCATIVA PARA PADRES, MADRES Y FAMILIARES

POR: ELENA HERNÁIZ LANDÁEZ



Presenta:

# AMO RESPECTO A MI HIJ@

Guía Educativa para Padres, Madres y Familiares

Por: Elena Hernáiz Landáez

**Autora:**

Elena P. Hernáiz Landaez

**Actualización:**

Elena P. Hernáiz Landaez  
Maria Laura Barrios Alvarado

**Coordinador:**

Ana Margarita Rojas Martínez

**Derechos Reservados**

Fundación Reflejos de Venezuela  
www.fundacionreflejosdevenezuela.com  
Teléfono: +58 (212) 239.26.20  
Caracas - Venezuela  
RIF J-30094256-4

*Editorial Fundación Reflejos de Venezuela*

Depósito Legal:  
If783201437022811

ISBN: 978-980-6974-10-4



**Edición:**

2015

**Diseño Gráfico y Portada:**

Gerardo Márquez Moreno  
Rafael J. Vanezca Martínez  
www.cetdelosaltos.com  
Teléfono +58 (212) 624.47.1

**Ilustraciones:**

Mirian Prato  
mirianprato@hotmail.com

**Impresión:**

Cooperativa La Quinta 7 Publicidad R.L.  
J-31570998-8  
(0212) 527.5747

Con el apoyo de:



## Contenido

<b>Presentación</b> .....	3
<b>Introducción</b> .....	4
<b>Rechazo, Primer Sentimiento</b> .....	5
Esto no puede estar pasándome... ..	5
Me lo dijo.....	6
<b>Seguimos Con... Negación</b> .....	7
Me lo dijo... lo descubrí!!! .....	7
Hay momentos en los que te sientes culpable o responsable.....	8
<b>Aceptación, Paso Siguiete</b> .....	10
<b>Muchas Dudas</b> .....	11
Duda... ¿Será una enfermedad? .....	11
Duda... ¡Mi hij@ no parece ser homosexual, trans, inter!.....	11
Duda... ¿Será promiscu@, extravagante? ¿ Se expondrá? .....	12
Duda... Cambiaron mis sueños .....	13
<b>OK!</b> .....	14
Ok... Necesito ayuda, conversar con alguien que me entienda.....	14
Ok... Tengo miedo de la discriminación; las agresiones.....	14
Ok... ¿Y el VIH/Sida y otras ITS? .....	15
Ok... ¿Y ahora como se lo digo a la gente?.....	15
<b>Listo... Entiendo</b> .....	16
¿Pero ser homosexual, trans, intersex u otra expresión de género es lo mismo? .....	16
Listo entiendo... pero.....	17
<b>Saldrás adelante!!!</b> .....	17
<b>Hay un claro estigma hacia las personas LGBTI</b> .....	17
No hay duda, pero ¿qué debo hacer? .....	17
<b>Tengo Miedo</b> .....	18
<b>Y...Seguimos Con Lo Que Debo Hacer</b> .....	20
De pequeño l@ protegía... ahora l@ acompaño.....	20
<b>Ahora cabe pensar</b> .....	21
<b>Pasos a seguir para ganar un espacio con mi Hij@</b> .....	22
1.- Aceptar a mi hij@ tal cual es. ¿Cómo lo hago? .....	22
2.- Ayuda emocional y espiritual.....	23
3.- Se siente diferente, no lo trates diferente.....	24
<b>Ahora tú</b> .....	26
La mejor manera de sentirte.....	26
<b>¡Mucho miedo al vih/sida... y otras ITS!</b> .....	28
<b>¿A dónde recurrir?</b> .....	30
<b>Conclusión... Si cabe</b> .....	31

La verdad sea dicha, es real que para gran cantidad de padres, madres y familiares, descubrir que alguno de sus hij@s presenta una orientación o identidad sexual que no es la heterosexualidad, resulta una situación que es desconocida para los mismos y que realmente consideran prácticamente inmanejable. La misma puede llevar a una crisis familiar si no se sabe manejar.

En la mayoría de los casos necesitan respuestas y hasta usan métodos varios para cambiarles la “inclinación” como pretensión por desconocimiento, sin realmente considerar que más que un apoyo es un daño definitivo pues no le permite desarrollarse de manera natural y limita su verdadera felicidad.

Es de reconocer que el hecho de que un hij@ sea realmente honesto al participar un aspecto tan significativo de su vida pasa a ser un signo de su confianza y amor hacia los padres, madres y familiares. Esta acción la efectúa sin pensar en crear un problema dentro de la familia, sino en ser sincero con ella. Se puede vivir mejor si se cuenta con la familia y se sigue formando parte de un hogar.

Ahora es absolutamente entendible que los padres, madres y familiares sientan intranquilidad y temor por lo que está pasando y para lo cual no cuentan con conocimientos claros sobre la situación, que puede ser nueva para ell@s.

Lo que aconsejamos como primer paso es, naturalmente, actuar pero teniendo en cuenta el hecho de aceptar la realidad y así demostrarle que el amor hacia él/ella siempre es y será absolutamente incondicional.

Teniendo presente la necesidad de apoyar a los padres, madres y familiares en cuanto al trato y procesos de no discriminación para con los hijos y familiares de personas LGBTI (Lesbianas, Gays, Bisexuales, Trans e Intersex), se ha efectuado el presente Manual. En el mismo se darán los datos y pasos necesarios desde el punto de vista de orientación psicológica, social y legal.

En caso de necesitar orientación directa podrá siempre contarse con la asesoría inmediata de la Fundación Reflejos de Venezuela a través de sus redes sociales (las cuales se presentan al comienzo de esta Guía).

Para evitar la discriminación, principalmente en la familia, es necesario conocer y tener preparación. Tener un hij@ homosexual o transexual no significa tener un hij@ diferente, sino tener un hij@ que debe ser tratado igual.

“No soy distint@ no me trates distint@” se ha convertido en el lema base de la Fundación Reflejos de Venezuela y para ello el apoyo familiar es la clave.

Esperando sea no solo de su agrado sino de su utilidad.

Elena Hernández Landáez

## Introducción

**S**iempre existen pasos que se deben seguir para que el avance en la vida sea verdaderamente provechoso, alegre, grato y lleno de paz y felicidad. Esto pensando en lo más grande que tiene la vida, que es la libertad.

Se cree que la vida es el principal derecho humano, pero me pregunto de qué nos sirve la vida si no hay libertad, y es que ella implica hacer lo que uno quiera dentro del marco de la ley... y considero que es el más importante pues sin su reconocimiento muchos de los otros derechos no podrían ejercerse.

Según el profesor Christian Cazabonne (2009) "La libertad para muchos puede ser la facultad humana de determinar los propios actos, actuando con facilidad y disposición con el poder de obrar y de no obrar o escoger el derecho que la persona se toma para realizar ciertos actos".

"Libertad es la autonomía, la autodeterminación de los seres racionales". Si no le damos libertad a los seres humanos, dentro de los valores morales, no le daremos autonomía.

Esto nos lleva a recordar que educar es la obligación, pero siempre pendientes de que para educar es necesario educarnos.

Suerte y que el presente Manual permita mejorar la confianza personal ayudándote a alcanzar, entender y acompañar a tu hij@.

## Rechazo, Primer Sentimiento

### ESTO NO PUEDE ESTAR PASÁNDOME...

**E**n primer lugar aparece la negación... eso es natural, eso es lo que en psicología se espera. Sin embargo hay que enfrentar la realidad.

En términos generales la realidad de lo que está pasando es que estás descubriendo una situación significativa de la vida de tu hij@ y que por la confianza que tiene hacia su familia, siente que debe ser conocida; situación que es muy importante sobre quién es internamente.

Ahora bien, el saber esto puede ser, en la familia, una experiencia que se convierta en destructiva o constructiva para un padre, madre o familiares. Se debe tener presente que este resultado y respuesta es un aspecto que dependerá de la forma como sea entendida por **TI**.

Se debe en este punto considerar la necesidad de comenzar a andar el camino de la comprensión. Esto involucra todo el proceso de aprender y crecer junt@s. No cabe la menor duda que puede ser confuso y hasta penoso, pero definitivamente no se

puede dejar fuera que en algunos casos esta acción será agradable. El resultado de las obras en familia va a depender del empeño, comprensión y apoyo, pero por sobre todas las cosas del esfuerzo y la apertura de tu mente y corazón.

Es cierto que algunos los padres, madres y familiares mantienen sus prejuicios sin darse cuenta del cariño que deben sentir y demostrar hacia sus hij@s, y que si no hay entendimiento se estarán irrespetando sus derechos. Hay casos dolorosos en los que los padres le dan del todo la espalda a los hij@s y hasta los exponen lanzándol@s sol@s y sin protección a la calle.

Ahora, es obvio que este no es tu caso, de lo contrario no estarías leyendo el presente Manual para Padres, Madres y Familiares... sin embargo estás clar@s que sigues necesitando orientación.

Ojalá te demos de alguna manera un pequeño punto de apoyo.



## ME LO DIJO...

**C**omienza el dilema, la duda, el miedo... Comienzan la necesidad de apoyo, comprensión y sobre todo educación.

El orgullo de ser madres/padres, familiares, herman@s, no puede ni debe cambiar, pero te has preguntado ¿cómo lo hago si no sé si su orientación e identidad son buenas? ¿tengo la culpa yo o alguien más? ¿será un castigo? ¿es un sinvergüenza, un promiscuo?

Son tantas las dudas que al saber que tu hij@s es homosexual o transexual te hace caer en pánico, la familia y el hogar se ven inundados de situaciones que no había antes y que no son fáciles de trabajar y asumir.

Pero no es lo último, ni lo peor del mundo. Es una forma más de ver la familia.



### ME LO DIJO... LO DESCUBRÍ!!!

**N**o es lo mismo descubrirlo que escucharlo directamente de boca de tu hij@, sin embargo ya lo sabes, por tanto hay que actuar. Si tu hij@ habló directamente contigo, no cabe la menor duda que es por la confianza que te tiene y sobretodo porque quiere ser del todo honesto. Sea que te lo dijo o que lo/la descubriste la idea es no sentirse culpable y avergonzado por su orientación o identidad sexual.

Siempre le has dado valores dentro de su educación. Valores tales como el de ser honesto aun sabiendo que es posible que sea rechazad@. Pero está claro del todo que tu hij@ comparte contigo su verdad para así

erradicar de su mente y corazón la culpa y la vergüenza. Esta "confesión" o "aceptación" le permite sentir alivio ya que nunca más tendrá que decirte una mentira en relación a esa parte de sus sentimientos y verdad.

Tu hij@ espera que valores la honestidad y carácter que ha tenido al hablar.

Por otra parte si el caso es que lo presupones (por tanto se lo preguntas tú) o lo descubres de alguna forma, los datos hasta ahora dados no cambian. Tu hij@ necesita apoyo y que en este caso él/ella sientan que tus valores (esos que le enseñaste) sean realmente ciertos.

Está claro que en cierta forma lo que estás sintiendo pueda ser un gran peso para ti, pero no es menos cierto que se convierte en la gran ocasión de acercarte más a tu hij@. El miedo que sientes en este momento radica en el hecho básico del desconocimiento de su situación, pero no debes dejar de ver que conoces a tu hij@ mucho mejor y esto permitirá que haya más confianza y acercamiento. Si amb@s pueden ser más honestos en la verdad de sus emociones serán definitivamente más felices. Acércate a tu hij@ y pasa a ser la persona que más admira.

**Definitivamente esto es lo que como padre, madre o familiar hace de su hogar la felicidad verdadera.**



## HAY MOMENTOS EN LOS QUE TE SIENTES CULPABLE O RESPONSABLE...

¡No debes sentirte así!

**T**u hij@ LGBTI no es así por algo que tú hayas hecho mal, ni siquiera porque otro le haya hecho algo malo. En la medida que la ciencia va descu-

biendo más y más cosas en cuanto a la orientación o identidad sexual del ser humano, se van aclarando las realidades.

Por otra parte, en el plano psicológico, ya no es válido aquello de que la orientación e identidad sexual se deba a la educación o “mala educación” que se le ha dado al hij@. No cabe la menor duda que los únicos en esta área que continúan asumiendo como cierta ésta posición, son los que se dejan guiar equivocadamente por asuntos religiosos, indudablemente homofóbicos o transfóbicos\*. La ciencia objetiva hace mucho que abandonó la idea de que los estilos de paternidad tengan alguna influencia significativa sobre las orientaciones homosexuales o transexuales.



**\*Persona Homofóbica  
o Transfóbica:**

Es aquella que siente fobia\*\* hacia las personas de orientación homosexual e identidad trans.

**\*\*Fobia:**

Es un trastorno de salud emocional o psicológico que se caracteriza por un rechazo intenso y desproporcionado ante objetos o situaciones concretas.

En 1973 la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) decidió eliminar la homosexualidad del 'Manual de Diagnóstico de los trastornos mentales' (DSM). La acción vino motivada tras una completa revisión científica sobre el tema.

Éste sólo fue el primer paso de un lento proceso de cambio, pues hubo que esperar aún dos décadas, hasta 1990, para que la Organización Mundial de la Salud (OMS), retirara la homosexualidad de su lista de enfermedades mentales.

Como primera conclusión, la verdadera ayuda emocional y psicológica que como padre, madre o familiar puedes prestarle a tu hij@ es brindarle amor y confianza.

## Aceptación, Paso Siguiente

**P**ara decir realmente que acepta la orientación e identidad sexual de mi hij@ deben tenerse presente algunas realidades o sentimientos personales. Superados estos, ya estarás libre de resentimientos.

Siempre que estás con tu hij@, te sientes cómod@ como antes de saber su orientación o identidad sexual.

Este punto es definitivamente la clave para reconocerte libre del rechazo.

Si por el contrario no te sientes cómod@ es hora de buscar dentro de ti la verdadera razón. La ayuda profesional en muchos casos da herramientas.

¿Sientes que no hay necesidad de que tu hij@ digan ser homosexuales o transexuales a las demás personas?

¿El solo hecho de escuchar palabras como “homosexual”, “gay”, “lesbiana”, “transexual” o “intersexual” te desagrada y hasta te molesta?

No cabe la menor duda que es tiempo de autoanalizarte. En ti se percibe que hay prejuicios sociales o religiosos que van en contra de los derechos de tu hij@.

¿Cuándo piensas en situaciones como la vida sexual o el matrimonio entre personas LGBTI, te sientes incómod@?

Hay que considerar que la necesidad de la educación sexual es clave en ti. Debes tener presente que las prácticas sexuales de los LGBTI no son diferentes a las del resto de los individuos o como las que practican los heterosexuales (como tú). Ahora sí, hay que considerarlas “intimidad de la persona”, y por tanto tienen que respetarse (así como exiges respeto hacia ti mism@).

Para lograr la aceptación, debes tener presente lo indicado.

En todo caso amar, comprender, apoyar y sobre todo respetar a tu hij@ involucra el amar@ íntegramente... no desperdicies el tenerl@ cerca.

**DUDA...**

**¿SERÁ UNA ENFERMEDAD?**

**Y**a leíste lo establecido por APA y la OMS, sin embargo son muchos los “especialistas en psicología” y “religiosos” que aseguran que es un problema de conducta o una mala dirección y por tanto prometen terapias y curas milagrosas. Sin embargo, no te engañes ni te dejes engañar... no hay “cura” pues no es una enfermedad ni una conducta errada.

**DUDA...**

**¡MI HIJ@ NO PARECE SER HOMOSEXUAL, TRANS, INTERSEX!**

**C**omo primer punto hay que señalar que te sorprendería la cantidad de homosexuales y trans que te rodean y “no parecen serlo”. Esto es porque no necesariamente hay características que demuestren la orientación o identidad de las personas.

Esperar ver estas supuestas conductas distintivas en las personas LGBTI es ya de por sí discriminación.





### DUDA...

### ¿SERÁ PROMISCU@, EXTRAVAGANTE? ¿ SE EXPONDRÁ?

**E**sta duda se presta a iniciar una serie de observaciones ya que no necesariamente será así o se expondrá a este tipo de conductas. Hay que reconocer que existen heterosexuales promiscuos, extravagantes y que se exponen aún más y sin embargo su sexualidad e identidad no tiene nada que ver en eso.

Por otra parte son un mayor número de personas LGBTI que viven

exactamente igual que cualquier otro, la única diferencia es su preferencia sexual y hay que repetir que: “eso es la intimidad de cada quien”. Dentro de lo que cabe el dicho “Respetar para que te respeten”.

Es importante tener en cuenta que aunque tu hij@ presente una conducta sexual “diferente” no deja de ser tu hij@ y por tanto necesita ser amad@.

Es tu hij@ no lo olvides jamás.



## DUDA... CAMBIARON MIS SUEÑOS

**E**n primer lugar tus sueños no son necesariamente los sueños de tu hij@. La libertad de acción en todos los aspectos es lo que hay que respetar.

Nunca pienses que su orientación o identidad sexual no le permitirán tener éxito en su vida, (tanto pro-

fesional como familiar y amorosa-mente). La única diferencia es con quién, y esto no es distinto en un hij@ heterosexual.

Por otra parte no puedes pensar que tu hij@ homosexual o transexual nunca tendrá familia pues esto es definitivamente una falacia.





OK!

OK...

**NECESITO AYUDA,  
CONVERSAR CON ALGUIEN QUE ME ENTIENDA**

**B**ueno, con orgullo te presentamos la Fundación Reflejos de Venezuela [www.fundacionreflejosdevenezuela.com](http://www.fundacionreflejosdevenezuela.com). Allí no solo damos orientación a padres, madres y familiares sino que hacemos actividades variadas. Grupos y tertulias para compartir, comentar temas previamente escogidos y hacer grupos que permitan desahogarse e intercambiar ideas.

Solo tienes que estar pendiente en la página o a través de las redes sociales de la Fundación, que pueden ser encontradas en el presente Manual.

OK...

**TENGO MIEDO DE LA DISCRIMINACIÓN;  
LAS AGRESIONES.**

**P**ara que se puedan combatir estos aspectos se debe educar y por ello tú debes estar educad@, llenarte de información. Ponle mucha atención a lo escrito en el presente Manual, o busca la ayuda adecuada.

Se ha entendido que la discriminación y por tanto las agresiones parten de una mala educación de la población y de la poca ayuda legal. Estos dos aspectos se han hecho más que evidentes.



<http://www.fundacionreflejosdevenezuela.com>  
+58212-239.26.20

OK...

### ¿Y EL VIH/SIDA Y OTRAS ITS?

No por ser homosexual o transexual necesariamente tendrán VIH/Sida u otras Infecciones de Transmisión Sexual. Hay un alto porcentaje de heterosexuales con la infección.

El *Center for Disease Control* (Centro de Control de Enfermedades) agencia pública principal del gobierno estadounidense que se encarga de luchar contra las epidemias señala que “un tercio de los actuales adolescentes gays serán infectados por el vih para cuando tengan 30 años. La mitad estarán afectados para cuando tengan 50”.

Sin embargo hay que tener presente que tu hij@ no tiene que ser parte de esta estadística. Todo está en la educación (nuevamente) y en la forma de entender la realidad de la infección y su peligro.

Más adelante, en este Manual, encontrarás puntos importantes sobre

la infección

OK...

### ¿Y AHORA COMO SE LO DIGO A LA GENTE?

Pues como ya lo aceptaste, hazlo con naturalidad y así será aceptado por los otros. Defiende a tu hij@ por sobre todo, él/ella te lo agradecerá.



## ¿PERO SER HOMOSEXUAL, TRANS, INTERSEX U OTRA EXPRESIÓN DE GÉNERO ES LO MISMO?

**H**ay que estar muy informado para no caer en errores que no te permitan ayudar a tu hij@.

Ser persona trans o intersex genera una serie de situaciones problemáticas distintivas que requieren de claridad y en las que tu hij@ debe estar también clar@ y segur@. Pue-

de encontrarse respuesta en páginas como la de la Fundación Reflejos de Venezuela. El primer recurso vuelve a ser la educación. Y para ello tener presentes también los puntos antes señalados.

La clave es saber qué significa cada uno de los términos (persona trans o intersex).

### Transexual (Persona Trans)

Es una persona que su identidad sexual está en conflicto con su anatomía sexual. Es decir, se produce una disconformidad entre su sexo biológico, su sexo social y el sexo psicológico.

*Fuente: Hernáiz (2014) Manual Educativo Para la Diversidad.*

### Intersexual (Persona Intersex)

Persona que presenta de forma simultánea características sexuales masculinas y femeninas, en grados variables.

*Fuente: Hernáiz (2014) Manual Educativo Para la Diversidad.*

### Expresión de Género

Es la presentación, comportamientos, intereses y afinidades considerados femeninos, masculinos o algún tipo de combinación de los mismos. La orientación sexual y la expresión de género pueden coincidir o no en la misma persona.

*Fuente: Hernáiz (2014) Manual Educativo Para la Diversidad.*

## LISTO ENTIENDO... PERO...

**E**xisten en este punto tantos “peros” como cuando nacen los hij@s. Siempre se dice “VIENEN SIN INSTRUCCIONES”, seguro tú lo has dicho muchas veces. Pero sin instrucciones y todo, los aceptaste, los quieres y necesitas apoyarlos.

Estás leyendo este Manual. Ahora sabes que no estás sol@. Existe la Fundación Reflejos de Venezuela.

También hay muchas otras organizaciones y profesionales a los que puedes acudir. Seguro que esto te da ya más tranquilidad.

Los miedos, las dudas y demás siempre estarán ahí, pero no porque tu hij@ sea homosexual o transexual, sino porque sientes que es tu responsabilidad y tu obligación es protegerl@.

*Saldrás adelante!!!*

**Un hij@ es lo más grande que nos da la vida!!!**

De esto no cabe la menor duda.

*Hay un claro estigma hacia las personas LGBTI*

## NO HAY DUDA, PERO ¿QUÉ DEBO HACER?

**P**artiendo de la educación, damos una de las definiciones más claras posible. Goffman, sociólogo canadiense en su libro “Estigma. La identidad deteriorada” (1970), distinguía tres tipos de estigma que se basaban en lo que él llamaba “abominaciones del cuerpo, defectos del carácter”, ahí es donde entraría, según él, la homosexualidad, entre otras cuestiones y los derivados de “cuestiones de raza, etnicidad y religión”. (Pichardo, 2012) “El estigma hacia personas lesbianas, gays, bisexuales y transexuales”.

Con esta realidad puede señalarse que cuando se pone la etiqueta, a una o varias características de la persona y coinciden diversos tipos de etiquetas, hay que considerar que pueden hasta borrar o anular el resto de los elementos de su identidad.

Ahora bien, está claro que cualquier persona desacreditada o estigmatizada por tener un rasgo que es visible, y que lo expone y hace vulnerable, siente la necesidad de negar esa realidad, escondiéndose y muchas veces teniendo una terrible “doble vida”. Se debe considerar que

las personas pueden ir de un lado a otro de estas situaciones, pero hay que aclarar que se presenta sin necesariamente ser una persona LGBTI.

Cuando se está en esa situación, que es lo que se conoce como “estar en el armario” o “estar en el closet”, se

genera un estrés y una tensión diferentes a los de la persona desacreditada, pero que también están ahí presentes: un estrés por ocultarte, porque no se te vea, por normalizarte, etc. (Ibidem)

Hay que convencerse que primero va a surgir la estigmatización (de una persona que tiene características, actuaciones o cuerpo distinto o cualquier otro elemento) y después se va a crear una ideología que va a justificar esa estigmatización.

En el caso concreto de las personas LGBTI, este sistema de discriminación o estigmatización se va a basar en una ideología denominada heterosexista y homofóbica

### Tengo Miedo...



La base del miedo es el desconocimiento, así que en la medida que encuentres más información tendrás menos temor.

### ¿Qué es en realidad el miedo?

El miedo puede definirse de diversas maneras.

En el diccionario de la Real Academia Española aparece como la “perturbación angustiosa del ánimo por un riesgo o daño real o imaginario”

Otras fuentes lo describen y analizan más concretamente al tratarlo como una “emoción, es decir un estado afectivo, que experimentamos ante la anticipación de una amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad” (Uke Lemon).

Con esto último también queda determinado el origen del miedo, que no es otro más que la percepción de una sensación de riesgo o peligro.

“Esto hace que la presencia del miedo a la hora de tomar decisiones o escoger entre diversas opciones pueda dar lugar a decisiones precipitadas, o lo que es lo mismo, equivocaciones de consecuencias catastróficas”. (Ibídem)

**C**on estos conceptos notamos que todo se presenta por un problema de ignorancia ante lo que estás sintiendo tú, comparándolo con el miedo que sienten el resto de las personas de la sociedad.

“La ignorancia y el miedo son dos términos entre los cuales puede establecerse una relación. La ignorancia siempre tiende a generarse antes que el miedo.

Ambos en el entorno social deben considerarse negativos. Es cierto que siempre hay que mantener una cierta prudencia pero esta nunca debe llegar al extremo del miedo, al igual que existen determinadas informaciones que no conviene conocer, pero no por eso hemos de estar en la inopia. Debemos ser capaces de escapar a ese pensamiento general, aunque para ello necesitemos enfrentarnos a nuestros miedos más enraizados. Con el único fin de mejorar día a día, de ir eliminando pequeñas taras, de continuar evolucionando en la dirección correcta”. (Ibídem)



## Y... Seguimos Con Lo Que Debo Hacer

### DE PEQUEÑO L@ PROTEGÍA... AHORA L@ ACOMPAÑO

**P**equenito tu hij@ necesitaba comida y corrías a dársela, si lloraba lo consolabas rápidamente, al dormirse lo arropabas para protegerlo del frío.

¿Cuántas veces te encontrabas pensando si realmente podrías protegerlo y hacerlo bien? ¿Cuántas veces te encontrabas pensando? ¿Cuánto lo quiero! ¿Cuántas veces diste gracias a la vida por ese bebé?



### AHORA CABE PENSAR:

**C**uántas veces tu hij@ necesita de tu protección y compañía. Cuántas veces se encontrará pensando “¿me querrá?”. Cuántas veces el/ella le darán gracias a la vida por tenerte de madre/padre.

Fíjate que apenas en el 2011 Jerome Goldstein, director del Centro de Investigación Clínica de San Francisco realizó estudios del cerebro de hombres y mujeres homo y heterosexuales mediante resonancia magnética y esto va sumando y acumulando pruebas de que la homosexualidad es de nacimiento. El testimonio fue presentado en Lisboa.

La orientación sexual no es cuestión de elección, sino un asunto neurológico.

Se ha citado la existencia de la homosexualidad en el reino animal como prueba de que no es un pecado contra natura.

“Contra natura”, pregúntate si querrías menos a tu hij@ si hubiera nacido con el cabello de otro color, por ejemplo.

Ahora, hay que reconocer un aspecto clave que diferencia la homosexualidad y la transexualidad ya que esta última se presenta cuando las personas tienen una diferenciación sexual a nivel anatómico y neurológico, es decir, su identidad de género no coincide con su forma de pensar o de sentir.

En este caso, cuándo era un/una bebé le dabas apoyo, protección y todo lo demás, entonces no debe ser diferente la aceptación del/la mism@.

Miedo, por definición es válido, desconocimiento por falta de información es válido. Entonces si l@ protegiste de pequeñ@ ¿cuándo dejó de ser tu hij@?

## Pasos a seguir para ganar un espacio con mi hij@

### 1.- ACEPTAR A MI HIJ@ TAL CUAL ES. ¿CÓMO LO HAGO?

Antes de considerar cualquier cosa está claro que hay que brindarle amor incondicional

“Sólo esta relación amorosa puede garantizar el crecimiento de sus hijos hasta alcanzar un desarrollo integral pleno. Esto significa querer al niño sin importar su aspecto físico, sus debilidades, sus fortalezas, su manera de ser. Amor incondicional es aceptar a nuestros hijos tal cual son, aunque no encuadren dentro de nuestros estándares de inteligencia, emociones, belleza y fortaleza...”  
(Miguel Benavides. [www.conpoder.com](http://www.conpoder.com))

**P**iensa, cuándo nació tu hij@ te preguntaste ¿le quiero tal cual es?. Es momento de responderte a esa interrogante. Ahora dudas y te preguntas muchas veces ¿Es como quería que fuera? Y caes en lo que hablamos líneas más arriba: Respetar a tu hij@ es justamente lo que ellos/ellas esperan de ti. Entonces debes tener claro que:

Darle los consejos igual que lo hubieras hecho si tu hij@ no hubiera sido LGBTI. Tiene la misma dificultad, pues los hijos son iguales en todo. Su orientación e identidad sexual, es solo de ellos. Te lo anunció porque necesita comprensión de tu parte. Usa tu fortaleza, únala a tu inteligencia y madurez emocional y reacciona con amor.

Cabe resaltar que en la medida que se sienta menos discriminado por tu parte tendrá más fortaleza para resistir la burla, agresiones... de parte de cualquier persona en la calle, en su centro de estudios, en su trabajo...

Pon en práctica el hablar, conversar, discutir y respetar su espacio para que ambos puedan entenderse.



## 2.- AYUDA EMOCIONAL Y ESPIRITUAL

**T**ienes que estar pendiente de que las emociones humanas son complejas y las situaciones difíciles no son, por tanto, fácilmente aclaradas.

Es vital que a tu hij@ le sea aceptado compartir sus sentimientos y emociones, y por tanto pueda cada

vez hacerlo con más seguridad. Ten cuidado de actitudes o acciones que puedan causar el enajenamiento. La franqueza es esencial. Los abrazos amorosos son importantes y no significa que necesariamente hayas aceptado del todo la situación. Repite siempre YO LO AMO.

Debes considerar seriamente sus sentimientos. Aunque la condición no es inalterable, ellos pueden creer o temer que lo es. Ellos han estado atormentados por sentimientos que los han llevado a conclusiones falsas y necesitan simpatía y sabiduría.  
(<http://www.lifeministry.org/>)



**R**ecuerda algo importante, la orientación e identidad sexual de los hij@s se configura en gran medida dentro del espacio íntimo de la familia, ya que es este el primer ambiente educativo y el primer agente de la educación

sexual de ell@s. Por lo tanto si los valores de la familia parten de la educación integral, la emocionalidad y espiritualidad pasan a ser parte de esto.

Desde el aspecto netamente emocional hay que tener presente que:

Es necesario que los padres entiendan claramente que la orientación sexual no es un desorden mental. Recordar que la orientación sexual no es un asunto de decisión propia, o no es el individuo el que escogen ser homosexuales o trans/intersex.

No importa cuál sea su orientación e identidad sexual, todos necesitan orientación espiritual y emocional para llegar incluso a entender su realidad como seres humanos.

### 3.- SE SIENTE DIFERENTE, NO LO TRATES DIFERENTE

**A** pesar de que tu hij@ diga estar “fuera del closet/armario”, o sea que haya aceptado y expresado su orienta-

ción e identidad sexual y de que el conocimiento y la información haya aumentado, tu hij@ tiene muchas preocupaciones. Estas incluyen:

- ♦ Sentirse diferente a sus amigos y compañeros.
- ♦ Sentirse culpable acerca de su orientación e identidad sexual.
- ♦ Sentir preocupación acerca de cómo puedan responder su familia y seres queridos.
- ♦ Sentirse que es sujeto y objeto de burla y de ridiculizaciones por parte de sus pares, padres, hermanos.
- ♦ Sentirse preocupad@ acerca del VIH/Sida y otras infecciones de transmisión sexual.
- ♦ Sentirse con temor a ser discriminad@ si tratan de pertenecer a centros, a organizaciones, a participar en deportes, a ser admitidos en universidades y conseguir empleos.
- ♦ Sentirse rechazad@ y acosad@ por otros/otras personas.

Hay que hacerle ver que aunque cada ser humano es diferente en su físico, emociones, reacciones, personalidad, etc., en cuanto a sus derechos humanos puede repetirse:

*No soy distint@ , no me trates distint@*





Ahora tú...

## LA MEJOR MANERA DE SENTIRTE

**P**rimero debes comenzar a cuidarte y a pensar más en ti. La felicidad la decide uno mismo y si eres feliz, podrás dar felicidad. Es difícil reconocer que la felicidad en gran parte es el resultado de la voluntad propia ¿Por qué no empiezas hoy a tomar las decisiones que te harán sentir mejor? y por lo tanto, hacer sentir mejor a tu familia, pareja, hijos...

Tu hij@ te necesita, tú necesitas a tu hij@... crezcan juntos pero sin

olvidar tus necesidades.

Para amar hay que amarse... sin duda alguna el reto más importante para sentirse feliz es ser capaz de conseguir una mejor autoestima, y tener confianza en uno mismo.

Ahora ¿cómo puedes lograr amarte y valorarte sin temores a pesar de todos los pensamientos negativos que afirman lo contrario?

Es importante que tengas pendiente puntos tales como los siguientes:

### Conocerte mejor

Siempre piensas primero en los demás, en tu hij@ y su situación, y dejas fuera el conocerte a ti mism@.

Aprender a conocerte mejor significa hacer el intento de escapar de la emoción y pensar un momento en lo que realmente te preocupa o te alegra.

Por medio de tu forma de reaccionar desde el punto de vista emocional podrás aprender a conocerte mejor, más allá de lo que creías que sabías sobre ti, desde el punto de vista de tu personalidad, tus defectos, tus gustos...

### Sabes en lo que fallas

Una vez que sientas que te conoces mejor, el siguiente paso debe ser aceptarte (justo para aceptar a los demás)... esto en todos los aspectos de tu vida: emociones, en lo personal, o incluso en el aspecto físico.

Simplemente saber que eres tú y que "Nadie es perfecto", en todo.



### Intenta ser mejor persona

Una de las mejores formas de sentirse bien es mejorando los aspectos que no te gustan y que puedes cambiar.

Esto te dará fuerzas para conocer, aceptar y respetar a las demás personas, especialmente a tu hij@.

No caigas en el auto engaño de la queja (“pobrecit@ yo”). Con esto ni te ayudas ni ayudas a nadie.

### No te importe lo que opinen los demás

Sin darte cuenta le das más importancia a lo que dicen otras personas sobre nosotros, nuestra familia, etc , sin importar si estos son lejanos o cercanos a ti.

Seguimos el juego inconsciente o consciente de imaginarnos lo que pueden estar pensando los demás, incluso anticipamos sus reacciones y acciones.

**C**on todo esto y aprendiendo a hablar con los demás sin juzgar ni convertir las cosas en personales, podrás ayudar no solo a tus interlocutores a que sean más comedidos, sino que

(la parte más positiva) ayudarás a tu hij@ a no ser discriminado.

Esto es muy importante pues tú mism@ guardarás cierta distancia que te protegerá de sus deslices.

**Nunca olvides que tu felicidad depende solo de ti.**

**Ya no más excusas.**

**Tú eres quien tiene el poder de cambiar.**

**Aprende a conocerte mejor, a aceptarte, y a mejorar, ignorando lo que el resto del mundo pueda opinar sobre ti y por supuesto de tu hij@.**

## ¡Mucho miedo al vih/sida... y otras ITS!

**M**e imagino que otras tantas infecciones de transmisión sexual. Hablamos antes de la promiscuidad e hice ver que realmente esto no se presenta solo dentro de la comunidad LGBTI.

### Promiscuidad:

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), la promiscuidad tiene lugar cuando un sujeto tiene más de dos parejas sexuales en menos de seis meses.

Esta significación no es del todo exacta ya que la idea de promiscuidad puede variar con el tiempo y las culturas.

Se debe admitir que las infecciones de transmisión sexual no necesariamente son contagiadas por promiscuidad. Hay personas que por una sola relación sexual ya han sido contagiadas. Esto puede deberse al descuido de la persona.

Por ello vuelve a ser importante que eduques a tu hij@s en el uso de preservativos (condones), de anticonceptivos (por embarazos) y realizarse periódicamente exámenes médicos.



Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que se adquieren por tener relaciones sexuales con alguien que esté infectado. Las causas de las ITS son las bacterias, parásitos y virus. Existen más de 20 tipos de ITS, que incluyen (\*):

- ♦ Clamidia
- ♦ Gonorrea
- ♦ Herpes genital
- ♦ VIH/Sida
- ♦ VPH
- ♦ Sífilis
- ♦ Tricomoniasis

La mayoría de las ITS afectan tanto a hombres como a mujeres, pero en muchos casos los problemas de salud que provocan pueden ser más graves en las mujeres. Si una mujer embarazada padece de ITS, puede causarle graves problemas de salud al bebé.

Si se padece de alguna ITS causada por bacterias o parásitos, el médico puede tratarla con antibióticos u otros medicamentos. Si padece de ITS causada por un virus, no hay curación. Algunas veces los medicamentos pueden mantener la enfermedad bajo control. El uso correcto de preservativos (condones) reduce enormemente, aunque no elimina, el riesgo de adquirir y contagiarse con alguna de estas infecciones.

(\*) Es interesante que revise cada una de ellas para tener claro el punto y concepto antes de conversarlo con tu hij@s.

## ¿A dónde recurrir?

**E**xisten centros en los que no solo puedes informarte mejor, sino que puede tu hij@ ser atendido.

En la página de la Fundación Reflejos de Venezuela encontrarás, no solo datos y textos, sino a qué lugares dirigirte en caso de necesidad. No por esto la Fundación no podrá

atenderte, orientarte y sobretodo apoyarte.

Ahora, la confianza entre tu hij@ sigue siendo la clave. Y por supuesto, la educación que puedas ofrecerle tú, la compañía que le des y por supuesto la orientación que ambos reciban, es clave para que todo sea menos fuerte.

No podemos olvidar que más del 50% de la población mundial no ha sido educado sexualmente, por tanto toma en cuenta que nunca es tarde para comenzar a hacerlo.

En todo caso, nunca debes olvidar que el fin de la educación sexual es ampliar los conocimientos así como brindar otros patrones para reducir

los riesgos, reducir tensiones y promover formas maduras y responsables de actuación. Es importante no fomentar temores.

## Conclusión... Si cabe

**T**al como se ha señalado, el principio fundamental es tener las bases para ayudar a nuestro hij@ y la única forma es educándonos para prepararlos hacia el futuro.

“Educar es, ante todo, construir ciudadanos cada vez más libres, desde el respeto a la diversidad y a los hechos diferenciales”.

*Hernández (2014)*

*“Manual Educativo para la Diversidad”.  
Fundación Reflejos de Venezuela.*

Esto lleva a continuar con lo dicho en el manual antes citado:

“La responsabilidad de educar en el respeto a la diversidad afectivo-sexual no recae exclusivamente sobre los gays, lesbianas, bisexuales y transexuales.” (*Ibidem*)

Tengamos presente que siempre es importante reconocer que hay que actualizarse día a día; leer, inscribirse. Hay más, mucho más que aprender, por tanto te invito a seguir adelante. Crear grupos, asistir

a tertulias, talleres y demás actividades que se publican en las redes sociales. Cada día tenemos la información más cerca, entonces debemos aprovecharla.



Sigamos adelante y nunca olvides que:



*Amo a mi Hij@ Respeto a mi Hij@*



©Editorial Fundación Reflejos de Venezuela  
Caracas, 2015





CON EL APOYO DE:



AUTORA:  
ELENA P. HERNÁIZ LANDÁEZ

ACTUALIZACIÓN:  
ELENA P. HERNÁIZ LANDÁEZ  
MARÍA LAURA BARRIOS ALVARADO

DISEÑO GRÁFICO Y PORTADA:  
GERARDO MÁRQUEZ MORENO  
RAFAEL J. VANEZCA MARTÍNEZ  
[WWW.CETDELOSALTOS.COM](http://WWW.CETDELOSALTOS.COM)  
TELÉFONO +58 (212) 624.471

ILUSTRACIONES:  
MIRIAN PRATO  
[MIRIANPRATO@HOTMAIL.COM](mailto:MIRIANPRATO@HOTMAIL.COM)

EDITORIAL FUNDACIÓN REFLEJOS DE VENEZUELA

DEPÓSITO LEGAL:  
IF783201437022811

ISBN: 978-980-6974-10-4



9 789806 974104