

# **NUESTRAS HIJAS Y NUESTROS HIJOS: PREGUNTAS Y RESPUESTAS PARA PADRES DE GAYS, LESBIANAS Y BISEXUALES**

**TRADUCIDO POR:** *Nila Marrone, PhD*

Los derechos de esta publicación están registrados, pero los lectores pueden copiar parte o todo este folleto, siempre que dejen constancia de que PFLAG es la autora del mismo. Se venden todas las publicaciones a un precio reducido a los miembros y también cuando se trata de pedidos en grandes cantidades.

Para pedir esta publicación, para recibir una lista completa de las publicaciones de PFLAG, una lista de lecturas recomendadas, cintas audio, otros productos, o para mayor información sobre la filial de PFLAG en la zona donde Ud. vive, le rogamos llamar o escribir a:

**Parents, Families and Friends of Lesbians and Gays (PFLAG)**

1726 M Street, NW, Suite 400

Washington, D.C. 20036

**Teléfono:** (202) 467-8180

**Fax:** (202) 467-9194

**Dirección electrónica:** [info@pflag.org](mailto:info@pflag.org)

**Portal:** [www.pflag.org](http://www.pflag.org)

## **Nota:**

En el lenguaje oral y escrito, el término “gay” con frecuencia se utiliza para referirse a hombres gays, pero también a lesbianas y a veces a todas las minorías sexuales. PFLAG no tienen intención de ofender a nadie al usar el término “gay” de todas estas maneras.

## ¿Qué hacer cuando uno se entera de que su hijo es gay, lesbiana o bisexual?

Si Ud. es como muchos padres, su primera reacción es: “¿Cómo podré enfrentarlo?” La mayoría de los padres no está preparada para oír: “Mamá, papá, soy gay”.

PFLAG: Padres, Familiares y Amigos de Lesbianas y Gays está aquí para ayudarle. Esperamos que este folleto le ayude a comprender mejor la sexualidad de su hijo/a y lo que esto significa para Ud. y su relación futura con él/ella.

Somos una organización de familias con miembros gays, lesbianas, bisexuales y transgéneros. Valoramos por igual a todos los miembros de nuestras familias y PFLAG nos da la bienvenida a todos. Es muy probable que nosotros hayamos pasado por lo mismo que pasa Ud. ahora. Lo comprendemos.

Podemos decirle con seguridad que Ud. no está solo. De acuerdo a algunas estadísticas, una de cada diez personas en este país y en todo el mundo, es gay. Por lo tanto, aproximadamente una de cada cuatro familias tiene un miembro que es gay, lesbiana o bisexual y la mayoría de las familias tiene por lo menos una persona gay, lesbiana o bisexual entre el resto de sus parientes.

Eso quiere decir que hay mucha gente con la que Ud. puede hablar. Sabemos por experiencia propia que el hablar del tema realmente sirve de mucho. Hay libros que se puede leer, números de teléfono de ayuda que se puede llamar y gente con quien reunirse que le puede ayudar a seguir adelante compartiendo sus propias experiencias. Y PFLAG le ofrece la información y servicio de apoyo que Ud. necesita.

Además, podemos decirle que, si Ud. lo desea, su relación con su hijo/a puede resultar siendo mucho más fuerte y estrecha de lo que ha sido hasta ahora. Eso es lo que nos ha ocurrido a todos nosotros. Pero el camino para llegar a ese punto no ha sido fácil.

Algunos padres han podido tomar la noticia con calma, pero a muchos de nosotros la noticia nos produjo una sensación de profunda pena, acompañada de sentimientos de choque, negación, rabia, culpabilidad y la sensación de haber perdido algo. Por lo tanto, si esos son los sentimientos que Ud. tiene es comprensible, dada la actitud que la sociedad adopta hacia los gays, lesbianas y bisexuales. No se sienta culpable por esto; pero, como Ud. quiere a su hijo/a, es su deber hacia él o ella y hacia Ud. mismo tomar el camino de la aceptación, la comprensión y el apoyo.

Aunque Ud. sienta que ha perdido a su hijo/a, eso no es cierto. Su hijo/a sigue siendo la misma persona que era antes de que Ud. se enterara de que era gay, lesbiana o bisexual. Lo que Ud. sí ha perdido es la imagen que tenía de su hijo/a y lo que Ud. creía que era. Esa pérdida puede ser difícil, pero felizmente, la imagen puede ser reemplazada por otra nueva y por una mayor comprensión hacia su hijo/a.

Si su hijo es muy joven, el comprenderlo y decírselo puede ser crucial para él. Existe un alto nivel de suicidios, uso de drogas y alcohol entre los jóvenes gays, lesbianas y bisexuales que se sienten aislados de sus padres. Algunos adolescentes se protegen distanciándose de sus padres lo más posible.

Si su hijo/a le reveló su orientación sexual voluntariamente, ya se ha avanzado mucho. La decisión de él/ella de confiarle algo que nuestra sociedad condena, demuestra mucha valentía de su parte. También quiere decir que su hijo/a le tiene muchísimo cariño y confianza, y cuenta con su apoyo. Ahora es el momento de que Ud. demuestre la misma valentía, apoyo, confianza y amor hacia su hijo/a.

## **¿Es su hijo/a diferente ahora?**

Creemos que sabemos y comprendemos a nuestros hijos desde el día en que nacen. Estamos convencidos de que sabemos lo que piensan y sienten. Por eso, cuando un hijo/a nos dice: “Soy gay” y nosotros no teníamos la más mínima idea (o tal vez lo sabíamos pero nos lo negábamos), a menudo la reacción es de choque y desorientación.

Ud. tiene un sueño, una imagen de lo que será su hijo/a, de lo que debería ser, de lo que puede ser. Es un sueño que proviene de su propio pasado, de lo que quería para Ud. mismo/a mientras crecía y que particularmente proviene de la cultura que nos rodea. A pesar de que una buena parte de la población es gay, la sociedad solamente nos prepara para soñar que nuestros hijos son heterosexuales.

El choque y la confusión que Ud. puede sentir, es una parte natural del proceso de enfrentar una pena profunda. Ud. ha perdido algo: el sueño que tenía para su hijo/a, la ilusión de creer que sabía lo que su hijo/a sentía y quería. Claro, si Ud. se detiene a pensarlo, esa desilusión la tendrá con su hijo/a sea gay o hétero. A menudo los hijos nos dan sorpresas desagradables, no se casan con el tipo de persona que nosotros preferiríamos; no eligen el trabajo que nosotros elegiríamos; no viven donde querríamos que vivieran. Sin embargo, en nuestra sociedad estamos mejor preparados para enfrentar este tipo de situaciones, que la orientación sexual “minoritaria” de nuestros hijos.

Recuerde una y otra vez que su hijo/a no ha cambiado, que sigue siendo la misma persona que era antes de que Ud. se enterara de su orientación sexual. Es su sueño, su expectativa, la visión que Ud. tiene lo que tiene que cambiar si realmente desea conocer y comprender al hijo/a gay que Ud. ama.

## **¿Por qué tenía que decírnoslo?**

Muchos padres piensan que serían mucho más felices si no lo supieran. Recuerdan la época en que no lo sabían como un pasado libre de problemas, ignorando la distancia que existía entre ellos y sus hijos durante aquel tiempo.

A veces queremos negar lo que pasa ignorando lo que acabamos de oír: “Estás pasando por una fase transitoria que se te pasará”; o nos cerramos del todo: “Si eliges esa forma de vida, no lo quiero saber”. O pretendemos que lo que acabamos de oír no tiene importancia: “Está bien, hijo, y ¿qué quieres para la cena?”. Estas son reacciones comprensibles. Sin embargo, si Ud. no sabe la verdad sobre la sexualidad de su hijo, realmente Ud. no lo conoce. Una gran parte de su vida será un secreto para Ud. y jamás logrará conocerlo del todo.

Es muy importante aceptar y comprender la sexualidad de su hijo/a, porque ni la homosexualidad ni la heterosexualidad son fases temporales. Aunque hay personas que pasan por un periodo de experimentación para determinar su sexualidad, la persona que ha llegado al punto de decir a sus padres que es gay, generalmente no está pasando por una fase de prueba. En la mayoría de los casos, la persona ha pasado por una larga etapa de meditar, comprender y aceptar su orientación sexual. Por lo tanto, si Ud. duda: “¿Está seguro/a?” La respuesta es casi siempre “sí”. El decir a los padres que uno es gay significa sobreponerse a demasiados estereotipos negativos y tomar demasiados riesgos como para dar ese paso con ligereza o prematuramente.

El hecho que su hijo o hija se lo diga, es una señal de su cariño hacia Ud. y de que necesita su apoyo y comprensión. Es un acto de valentía que muestra un intenso deseo de tener una relación abierta y sincera con Ud., una relación que le permitirá querer a su hijo/a como es, no como Ud. quisiera que fuera.

### **¿Por qué no nos lo dijo antes?**

Algo que es difícil de reconocer es que probablemente su hijo/a ha estado pensando en esto durante meses, tal vez años, y es solamente ahora que se lo dice. Es fácil interpretar ésto como falta de confianza o cariño, o que no dice nada bueno de su labor como padre o madre. Y es doloroso darse cuenta de que no conoce a su hijo/a como creía conocerlo/la y que ha sido excluido/a de una parte de su vida.

En general, esta situación ocurre en toda relación de padres e hijos, sean estos gays o héteros. Existe una separación necesaria entre padres e hijos cuando éstos van camino a hacerse adultos. Su hijo puede llegar a conclusiones a las que Ud. no hubiera llegado y lo hará sin consultarle. Pero en este caso la situación es muy difícil, porque la conclusión a la que su hijo/a habrá llegado es muy importante y, en muchos casos, totalmente inesperada. Es posible que su hijo/a lo haya mantenido al margen de lo que pensaba y sentía durante mucho tiempo. Las personas gays a veces mantienen a sus padres sin informarles de lo que les pasa el mayor tiempo posible, para tratar de comprender ellos mismos lo que sienten. Es decir, los jóvenes gays, lesbianas y bisexuales reconocen con frecuencia a una edad temprana que “se sienten diferentes”, pero les toma muchos años darse cuenta de la causa de sus sentimientos.

Dado que todavía vivimos en una sociedad que no comprende o tiene miedo de la gente gay, les toma bastante tiempo reconocer y aceptar su orientación sexual. A menudo estas personas también han cultivado un odio hacia sí mismas o inseguridad sobre su identidad sexual; les tomará tiempo analizar lo que sienten y hallar la valentía para decírselo a su padre o madre. Aun si Ud. cree que su hijo debería saber que puede decirle cualquier cosa, recuerde que, sobre la homosexualidad, nuestra cultura nos enseña: “no preguntes, no lo digas”.

Por lo tanto, aunque Ud. se lamente por no haber podido ayudar a su hijo durante ese periodo difícil de su vida, o aunque crea que tal vez el resultado hubiera sido diferente si Ud. se enteraba e intervenía antes, comprenda que probablemente su hijo/a no podía habérselo dicho antes. Lo más importante es que al hacerlo ahora, él o ella le invita a que tengan una relación más abierta y sincera.

### **¿Por qué es gay mi hijo?**

Los padres con frecuencia se hacen esta pregunta por muchas razones: porque pasan por la pena de haber perdido la imagen que tenían de su hijo/a; porque creen que hicieron algo malo; porque creen que alguien “lo convirtió” a su hijo en homosexual; o porque ellos desean saber si hay alguna causa biológica para la homosexualidad.

A algunos padres, la noticia de que su hijo es gay les causa choque, negación o rabia. Una reacción es preguntarse: “¿Por qué me hizo esto?” No es una reacción racional, sino una reacción humana al dolor que sienten.

Comparamos esa reacción al proceso de profunda pena o duelo: Ud. está pasando por la pena de la pérdida de la imagen que tenía de su hijo/a. Conforme vaya analizando sus sentimientos, se dará cuenta de que lo único que su hijo/a “le ha hecho” ha sido tener confianza en que la relación que tiene con Ud. pueda crecer cuando Ud. sepa la verdad sobre su hijo/a.

Ud. podría pensar que su hijo/a ha sido inducido por alguien a ser homosexual. Existe la falsa idea de que los homosexuales “reclutan” a otros. La verdad es que nadie hizo gay a su hijo/a. Probablemente su hijo/a sabía que era “diferente” durante mucho tiempo. Nadie (ninguna persona o grupo) ha “convertido” a su hijo/a.

Otros padres creen que la forma en que criaron a su hijo/a es la causa de su identidad sexual. Durante muchos años, tanto la psicología como la psiquiatría propagaron teorías sin fundamento que la homosexualidad era causada por cierto tipo de personalidad en los padres (madre dominante y padre débil o por la ausencia de modelos sociales del mismo sexo). Esas teorías han sido descartadas por la psiquiatría y la psicología. Parte de la labor de PFLAG es eliminar los mitos y conceptos falsos que se han popularizado.

Las personas homosexuales provienen de todo tipo de familias. Algunas tienen madres dominantes, otras tienen padres dominantes. Algunos gays, lesbianas y bisexuales son hijos únicos, o los menores, o los del medio, o los mayores. Algunos tienen otros hermanos gays, otros son los únicos gays en la familia. Muchos tienen lo que la sociedad considera “familias modelo.”

Muchos padres quieren saber si hay un componente genético o biológico en la homosexualidad. Se han hecho estudios sobre la relación entre la homosexualidad y la genética, pero hasta el momento no hay ningún estudio que determine claramente la “causa” de la homosexualidad. Como no existe información al respecto, piense Ud. por qué le parece tan importante saber la causa de la homosexualidad, bisexualidad o la heterosexualidad de su hijo/a.

¿El apoyo o amor que siente Ud. por su hijo depende de saber exactamente la causa de su homosexualidad? ¿Se pide a la gente heterosexual que justifique su orientación sexual de manera alguna? Recuerde que hay gente gay, lesbiana y bisexual en todos los grupos de religión, étnicos y raciales. Por lo tanto, la gente gay, así como la gente hétero, es muy variada y se entera de su orientación sexual en muchas formas. Aunque tengamos curiosidad, en realidad no es tan importante saber por qué su hijo es gay para darle todo el apoyo y amor que se merece.

### **¿Por qué me siento tan incómodo/a con la orientación sexual de mi hijo/a?**

El miedo o recelo que Ud. siente es producto de nuestra cultura. La homofobia es demasiado fuerte en nuestra sociedad como para que Ud. pueda eliminarla de su mente con facilidad. Mientras exista la homofobia, las personas gays, lesbianas y bisexuales y los padres de jóvenes gays, lesbianas y bisexuales tienen justificada razón de preocuparse y sentir miedo.

Muchos padres enfrentan otra razón para sentirse culpables: Aquellos padres que se consideran “liberales” y creen que no tienen prejuicios sexuales (aún aquellos que tienen amigos gays) a veces se sienten anonadados al darse cuenta de lo mucho que les fastidia que su hijo/a sea gay. Estos padres no solamente tienen que enfrentar su miedo profundo a la homosexualidad, sino que además tienen el problema de pensar que no deberían sentir lo que sienten.

Vale la pena concentrarse en lo más importante, en lo que más necesita su hijo ahora. Trate de no pensar en su sentimiento de culpa; no hay razón para tenerlo y no se gana nada pensando en eso.

### **¿Deberíamos llevarlo/a a un siquiatra o sicólogo?**

Llevar a su hijo/a a un siquiatra con el propósito de cambiarle su orientación sexual es inútil. La homosexualidad no es una enfermedad que pueda ser “curada”. La homosexualidad es una forma de ser natural.

Como no se “elige” la homosexualidad, Ud. no puede “cambiar a su hijo”.

Tanto la Asociación Americana de Psicología como las demás asociaciones médicas nacionales y la Organización Mundial de la Salud tienen la posición oficial de que el tratar de cambiar la orientación sexual de una persona gay carece de ética. En 1997 la Asociación Americana de Psicología nuevamente advirtió públicamente sobre los peligros de la llamada “terapia reparadora”, también conocida como “terapia de conversión” (ver más en páginas 7 y 8).

Sin embargo, hay casos para los cuales es beneficioso consultar con expertos en temas familiares y orientación sexual. Tal vez le convenga hablar con alguien sobre sus sentimientos y resolver sus conflictos internos. Puede que Ud. sienta que necesita ayuda para poder comunicarse mejor con su hijo/a durante este periodo. Es posible que Ud. se dé cuenta de que su hijo/a se siente infeliz y necesita ayuda para aceptarse a sí mismo/a.

Le repetimos que a menudo la gente gay tiene dificultad en aceptar su identidad sexual. En estos casos, el autorechazo podría causar un estado emocional peligroso.

En todos estos casos, Ud. tiene muchas opciones y recursos. Los miembros de PFLAG, en forma individual o por medio de grupos de apoyo, le pueden proporcionar la información, el lugar y los recursos para que Ud. pueda formar una relación más sólida con su hijo/a gay.

Un terapeuta también le ofrecería la confidencialidad y la anonimidad que tal vez Ud. prefiera al principio. Los miembros de PFLAG le sugerirán nombres de terapeutas que ya han tratado a otras familias en casos similares.

Hay muchos recursos para obtener ayuda, información y consejo. Le recomendamos que vea las opciones disponibles y use aquellas que mejor se adapten a sus necesidades y las de su familia. Le rogamos ver la sección de recursos al final de este folleto.

## **¿Qué se sabe acerca de “los programas religiosos exgays” y “la terapia reparativa” para personas homosexuales?**

Como la homosexualidad no se “escoge,” no es posible cambiarle “la mente” a su hijo o hija si el/ella es gay, lesbiana o bisexual, aunque así lo proclamen los programas religiosos exgays o terapeutas reparadores. En efecto, estas medidas han sido rechazadas por todas las asociaciones médicas y profesionales más importantes. Se ha probado que las terapias reparativas causan un profundo daño e inclusive pueden inducir al suicidio.

A continuación ennumeramos algunos puntos importantes que usted debe saber:

- En 1990, la Asociación Americana de Psicología establece que hay evidencia científica que muestra que la terapia reparativa no es efectiva y puede ocasionar más daño que beneficio.

- En 1997, la Asociación Americana de Psicología nuevamente recomienda tener cautela en relación a la llamada “terapia reparativa” también llamada “terapia de conversión.”
- En 1998, la Asociación Americana de Psicología confirma su oposición a la terapia reparativa, “respaldando dicha oposición con documentación de estudios psicológicos que demuestran claramente que el tratamiento para intentar cambiar la orientación sexual de las personas es ineficaz. Recalcan además que los posibles riesgos son muy grandes porque pueden causar depresión, ansiedad y autodestrucción (comportamiento suicida).”
- La Asociación Médica Americana, en su reglamento número H-160.991 establece, que se “opone al uso de la terapia ‘reparativa’ o de ‘conversión’ porque está basada en la suposición que la homosexualidad es un desorden mental o basada en una suposición a priori que el/la paciente debería cambiar su orientación sexual”.
- En el 2001, el Cirujano General de Estados Unidos, hace un llamado para Promover la Salud Sexual y el comportamiento Sexual Responsable afirmando que la homosexualidad “no es un estilo de vida reversible que se puede escoger”.

Muchos padres, miembros de PFLAG, tienen experiencia propia de cuán dañinas han sido las “terapias reparativas” para sus hijos. Los miembros de PFLAG creemos que es mucho más importante educar a la sociedad en base a estudios científicos y opiniones de profesionales confiables, y no en base a ideologías y creencias seudocientíficas expresadas por aquellos que defienden y promueven los programas religiosos exgays y las terapias reparativas.

Es sumamente importante saber quiénes forman estos grupos y los diferentes nombres bajo los que trabajan. Vea la página 17 y allí encontrará la lista de los grupos que debe evitar.

### **¿Aislarán a mi hijo/a? ¿Tendrá problemas en conseguir o mantener un empleo? ¿Está en peligro de ser agredido/a físicamente?**

Es posible que todo esto ocurra . Dependerá del lugar dónde Ud. y su hijo/a viven, del tipo de trabajo que encuentre, pero las actitudes hacia la homosexualidad van cambiando ahora con relativa rapidez. Hay muchos lugares donde su hijo/a puede vivir y trabajar y donde se encontrará relativamente libre de discriminación.

Lamentablemente, a menudo el cambio social es lento. Por ejemplo, fíjese el tiempo que tomó para que las mujeres obtuvieran el derecho al voto en este país. Con frecuencia el progreso viene acompañado de un retroceso. Su hijo/a sí enfrentará situaciones difíciles hasta que haya más gente y organizaciones que luchen por los derechos de los homosexuales y hasta que se elimine la homofobia de la sociedad.

## **¿Cómo acepto la homosexualidad de mi hijo/a y también las enseñanzas de mi religión?**

Para algunos padres, éste puede ser el problema más difícil. Para otros, no hay tal problema.

Es verdad que muchas religiones siguen condenando la homosexualidad, pero aún en esas religiones hay líderes muy respetables que creen que esa actitud de la iglesia es desmesurada e inaceptable.

En 1997 los obispos católicos de los Estados Unidos publicaron una directiva pastoral exhortando a los padres a amar y apoyar a sus hijos gays. En 1994 los obispos episcopales de los Estados Unidos escribieron una carta pastoral que decía: "Así como lo es para las personas heterosexuales, la experiencia de un amor duradero, entre los homosexuales puede ser una manera de unirse a Dios".

Muchas de las religiones más importantes en los Estados Unidos ahora apoyan oficialmente los derechos de las personas gays. Algunos van todavía más allá. Por ejemplo, la Iglesia Metodista ha formado una red de congregaciones que acoge a los gays, lesbianas y bisexuales. Desde 1991 la Iglesia de Cristo Unido tiene la política de que la orientación sexual no es un obstáculo para la ordenación de un pastor. La legislatura de la Iglesia Episcopal ha declarado que la gente gay tiene todos los derechos y beneficios de la iglesia, al igual que el resto de los feligreses.

Habrà gente que cite la Biblia para justificar sus prejuicios contra los homosexuales, pero muchos eruditos de la Biblia rechazan las interpretaciones antigays de su contenido. Recuerde que en el pasado la Biblia se usó también para justificar la esclavitud y a opresión de las mujeres.

La lista de recursos al final de este folleto cita referencias que le pueden ayudar a informarse más sobre cómo van cambiando las actitudes hacia la homosexualidad. PFLAG le puede ayudar a conseguir información con respecto a su propia religión.

## **¿Y qué ocurre con el SIDA?**

Aunque al principio el SIDA se extendió muy rápidamente entre los hombres gays y bisexuales y los drogadictos que compartían jeringuillas, la amenaza del SIDA es ahora igual para toda la gente y todas las comunidades. Por lo tanto, todo padre y madre debe preocuparse por el contagio del VIH y del SIDA, sea su hijo/a gay o hétero. Debería Ud. asegurarse de que su hijo entienda bien cómo se transmite el SIDA y cómo debe protegerse.

Dado que los jóvenes empiezan una vida sexual activa cada vez más temprano, y a sabiendas de que el SIDA continúa siendo una amenaza, ningún padre puede darse el lujo de ignorar el peligro y suponer que su hijo/a está libre de ese riesgo.

Si su hijo/a ha sido contagiado de VIH o tiene SIDA, él o ella necesita de su apoyo más que nunca. Queremos que Ud. sepa que no está solo. Existen numerosas organizaciones locales y nacionales que lo pueden ayudar a obtener cuidado médico y psicológico. PFLAG lo puede poner en contacto con padres y familias que están en las mismas circunstancias e informarle sobre los recursos específicos que existen para satisfacer sus necesidades. Llame a la oficina nacional de PFLAG para que le informen sobre contactos cerca de donde vive Ud. Es ahora que su relación con su hijo puede volverse más estrecha, pero su familia tendrá que adaptarse a las circunstancias físicas y emocionales que produzcan los cambios de salud de su hijo/a.

### **¿Mi hijo/a tendrá problemas con la ley?**

En junio del 2003, la Corte Suprema de los Estados Unidos declaró que la ley de Texas que reglamentaba el comportamiento sexual de personas de mismo sexo es anticonstitucional, abrogando así todas leyes similares en estados que todavía las conservaban.

### **Ya hemos aceptado la situación, pero ¿para qué hacer alarde de ello?**

A los gays, lesbianas y a los bisexualesa menudo se les acusa de hacer alarde de su sexualidad cuando “salen” y declaran su orientación sexual; o cuando hacen demostraciones de afecto hacia su pareja en público, o llevan símbolos y camisetas gays o participan en marchas de orgullo gay. En un mundo en el que todavía se supone que todas las personas son heterosexuales, “la salida” es la única forma en que los gays, lesbianas y bisexuales pueden hacer que se reconozca su orientación sexual. Y con frecuencia el “salir” se considera una forma positiva de evitar la falta de visibilidad social que puede ocasionar el odio internalizado hacia uno mismo o falta de autoestima.

Tal vez a Ud. le moleste que su hijo demuestre afecto a su pareja. Recuerde que todas las parejas, gays o héteros, a menudo dan señales de afecto en público porque sienten cariño y aprecio hacia su pareja.

Deténgase a pensar, ¿también se siente molesto cuando las parejas heterosexuales dan señales de afecto?

En algunos casos, el “hacer alarde” puede ser simplemente un comportamiento relajado y natural en público. En otros casos, puede tratarse de una decisión política deliberada de afirmar su orientación sexual al usar camisetas con símbolos o al participar en actos públicos. En aquellas culturas donde se ignora la homosexualidad o se hace mofa de ella, el demostrar abiertamente la orientación sexual puede ser un acto de autoafirmación.

Si le preocupan las posibles reacciones adversas ante cualquier actitud que

identifique a su hijo/a como homosexual, tome en cuenta que algunos gays, lesbianas y bisexuales también restringen su propio comportamiento porque comparten el miedo que Ud. siente. Pero es su hijo/a quien debe decidir sobre su propio comportamiento.

## **¿Mi hijo/a tendrá su propia familia?**

En todo el mundo, parejas del mismo sexo forman familias duraderas. Muchas de ellas celebran esa relación mediante ceremonias de compromiso, similares a bodas, con la presencia de sus amigos y familiares. A la fecha (2006), el derecho al matrimonio para parejas de mismo sexo ha sido reconocido en el estado de Massachussets, mientras que los estados de Vermont and Connecticut tienen la legislación llamada “unión civil” que ofrece los mismos beneficios y obligaciones estatales que se aplican a las parejas del sexo opuesto. El matrimonio para parejas del mismo sexo es ahora legal en Holanda, España, Canadá, Bélgica, Noruega y Sud Africa. Cada vez más compañías que, como IBM y American Express, también ofrecen servicio médico y otros beneficios a parejas del mismo sexo.

Asímismo, creciente número de parejas de gays y lesbianas buscan la paternidad/ma-ternidad. Hay lesbianas que han usado la inseminación artificial para concebir un bebé y criarlo junto con su pareja. Algunos gays y lesbianas, que tenían hijos con una pareja heterosexual, ahora crían a sus hijos con sus parejas del mismo sexo. Con el cambio de actitudes sociales, se hace más común que parejas del mismo sexo adopten niños.

## **¿Cómo se lo decimos a nuestros familiares y amigos?**

Es difícil “salir” para la gente gay y el proceso “de salida” es igualmente difícil para los padres. Después de enterarse de que su hijo/a es gay, muchos padres se “meten al closet”. Mientras tratan de aceptar la orientación de su hijo/a, con frecuencia les preocupa que otra gente se entere; temen preguntas como: “¿Tu hijo tiene novia?” y “¿Cuándo se casa tu hija?”

Muchos de nosotros descubrimos que nuestro miedo es peor que la realidad. Algunos no dijimos nada a nuestros propios padres (los abuelos de nuestros hijos) durante muchos años, para luego descubrir que ellos ya lo sabían desde hace tiempo.

Nuestro consejo es el mismo que damos a gays, lesbianas y bisexuales: Entérese sobre cómo van cambiando las actitudes dentro de los círculos médicos, siquiátricos, religiosos, profesionales y políticos. Hay muchos “expertos” a quienes puede citar como aliados. Ellos luchan en defensa de los derechos de la gente gay. Proporcionamos una lista parcial de éstos al final de este folleto.

Vuelva a leer la lista de personas famosas gays, lesbianas y bisexuales que han hecho contribuciones duraderas a la humanidad. Dado que mucha gente gay

mantenía y mantiene oculta su orientación sexual, la lista contiene solamente una fracción de los nombres que se podría citar. Eso también significa que Ud. posiblemente ya conoce mucha gente gay, pero no sabe que lo son.

Practique lo que va a decir, como si practicara para dar un discurso, para una entrevista de trabajo, para afirmarse o para cualquier tarea nueva que teme y lo pone nervioso/a.

Un padre dijo: “Solía ir al baño, cerrar la puerta y practicar frente al espejo a decir con orgullo: ‘Tengo una hija lesbiana’ y eso me ayudó, pero hay que practicar”.

Hable con personas que comprendan lo que le preocupa. Los miembros de PFLAG le pueden ayudar hablándole de sus propias experiencias. Póngase en contacto con la oficina nacional de PFLAG o con un líder local de PFLAG para averiguar más sobre la extensa red de apoyo con muchos cientos de filiales en los Estados Unidos y en el extranjero.

Puede que reciba comentarios adversos, o por lo menos insensibles, de familiares, amigos o compañeros de trabajo, pero seguramente descubrirá que tales comentarios son mucho menos de los que Ud. temía.

Recuerde que su hijo/a ya ha pasado por todo esto. Él/ella tal vez pueda ayudarle.

## **¿Qué dirán los vecinos?**

Esto puede ser una preocupación grande, especialmente para familias que se consideran parte de una comunidad pequeña, o en áreas donde mucha gente practica las religiones fundamentalistas. Pero tome en cuenta que la gente gay, lesbiana y bisexual proviene de todo tipo de familias y de todos los rincones del mundo, de todas las culturas, religiones, grupos étnicos y ocupaciones.

Una madre dijo: “Creía que yo era la única madre en Tulsa, Oklahoma que tenía una hija lesbiana. Luego, cuando empecé a hablar en público sobre el tema, otros padres se me unieron. Y ahora, cuando alguien me dice: ‘Necesito hablar contigo’, sé exactamente lo que me dirán”. Repetimos, podría encontrar reacciones duras, pero a menudo los miembros de PFLAG descubren reacciones como: “Creía que yo era la única”.

## **¿Cómo puedo apoyar a mi hijo/a?**

Como padre/madre, Ud. tiene que cuidarse y cuidar a su hijo. PFLAG está dispuesta a ayudarle en lo que Ud. necesite para ser todavía mejor padre/madre.

El leer este folleto es el primer paso para apoyar a su hijo/a. Ud. ha demostrado que está dispuesto a recibir información nueva y esperamos que ahora esté mejor informado.

El ayudar a su hijo/a debería ser ahora una extensión normal del apoyo que como padre/madre le brinda a su hijo/a. Ud. y su hijo/a necesitan hablar, escuchar y aprender juntos.

Todo hijo/a necesita diversas cosas de sus padres. Depende de Ud. aprender a comunicarse con su hijo/a respecto a sus necesidades y los temas relacionados a su sexualidad.

Para algunos padres es más fácil comprender y apoyar a su hijo/a descubriendo las similitudes y diferencias con la experiencia de su propia vida. En algunos casos, puede ser útil hablar de cómo enfrentó Ud. situaciones dolorosas; pero en otros, Ud. debe reconocer que la discriminación basada en la orientación sexual es particularmente dolorosa.

Lo que Ud. puede hacer es informarse lo más que pueda sobre la homosexualidad y ayudar a que el tema deje de ser el secreto en que nuestra sociedad lo mantiene. Mantener el tema en secreto sólo contribuye a perpetuar el prejuicio y la discriminación.

### **¿Lograré sobreponerme a la homosexualidad de mi hijo/a?**

Un siquiatra contestó esa pregunta así: “Una vez que la mayoría de la gente se adapta a la realidad de la orientación sexual de su hijo/a, descubre que se le abre un nuevo mundo. Primero, descubre un aspecto de su hijo/a que no conocía; ahora forma parte de la vida de su hijo/a. Generalmente hay un acercamiento, y los padres empiezan a conocer a la comunidad gay y comprender que sus miembros son gente como la de cualquier otra comunidad”.

Otra forma de contestar la pregunta es escuchar lo que dicen otros padres:

“Llegué al punto en que me encontraba muy triste y pensaba qué diría cuando la gente me preguntara: ‘¿Cómo está Gary?’ Y luego me di cuenta que Gary estaba bien. El que no estaba bien era yo. Y cuando llegué a esa conclusión, se me hizo más fácil. Conforme íbamos conociendo a los amigos de Gary, descubrimos que era gente estupenda y nos dimos cuenta que él pertenecía a una comunidad admirable. Entonces, ¿dónde está el problema? Es un problema de la sociedad. Fue entonces que nos dimos cuenta que habíamos vencido la batalla.”

— *La madre de un hijo gay*

“Yo diría que leer y aprender más sobre la orientación sexual es lo que más me ayudó ... abandonar algunos de los mitos que había oído. ... Por eso, cuanto más me informaba, más furiosa me ponía y más quería cambiar a la sociedad, no a mi hijo”.

— *La madre de un hijo gay*

“Creo que el momento clave para mí fue cuando leí más sobre el tema y descubrí que la mayoría de los niños que aceptan su orientación sexual dicen que se sienten más tranquilos, más felices y tienen más confianza en sí mismos. Y claro que eso es lo que yo quería para mi hijo y de seguro no ser un obstáculo para él”.

— *El padre de un hijo gay*

“Estaba con lágrimas en los ojos durante tres meses, pero siempre tuvimos una buena relación y esto no ha cambiado. Jamás tuvimos un instante de duda sobre el cariño que le teníamos y de inmediato ambos le aseguramos que lo queríamos. Desde entonces, la relación con nuestro hijo es más estrecha y firme, porque ahora nos une otro lazo, la comprensión de lo que él tiene que enfrentarse en nuestra sociedad”.

— *La madre de un hijo gay*

“Es muy importante hablar del tema, saber que no estás sola, que hay otra gente que pasa por la misma experiencia y lo hace en forma positiva. Y lo bueno de esto es que Ud. acaba formando una relación mejor con su hijo/a. Los padres quieren ser padres. En general, no quieren mantenerse aislados de sus hijos”.

— *La madre de una hija lesbiana*

“En mi caso, era mi hijo que me decía: ‘Papá, sigo siendo la misma persona que antes’. Ahora han pasado seis meses y me doy cuenta aún más de que, en realidad, nada ha cambiado en su vida. Supongo que lo que cambió fue nuestra percepción acerca de él”.

— *El padre de un hijo gay*

“Tengo que decirlo, ahora hay tantas cosas positivas. Empiezo a reconocer lo increíble que es mi hija por haber tenido la entereza de decírmelo y quiero ser parte de su vida... Imagínense la confianza que nos ha tenido y tanta valentía para dar ese paso”.

— *El padre de una hija lesbiana*

## En muy buena compañía...

Si su hijo o hija es gay, lesbiana o bisexual, está en muy buena compañía:

Vicente Aleixandre, España (poeta que ganó el premio Nobel) • Pedro Almodóvar, España (director de cine, ganador del Oscar) • Reinaldo Arenas, Cuba (escritor) • Manuel Azaña, España (presidente de la II república española, entre 1936-1940) • Jaime Bayly, Perú (novelista) • Lohana Berkins, Argentina (activista) • Mildred Braulio Martínez, Puerto Rico (abogada y activista) • Luis Caballero, Colombia (pintor) • Juaquin Antonio Cáceres Hernández, El Salvador (activista) • Sara Calderón Levi, México (escritora) • Rafael Campo, cubanoamericano (escritora, médico y profesor) • Nancy Cárdenas, México (escritora y directora de teatro) • Marcelo Castro, Costa Rica (presentador de televisión) • Luis Cernuda, España (poeta) • Sor Juana Ines de la Cruz, México, (escritora, poeta) • Salvador Dalí, España (pintor) • Roberto Echavarren, Uruguay, (ensayista) • Fernando Frontán, Uruguay (poeta, escritor, activista) • Federico García Lorca, España, (poeta y dramaturgo) • Luis Gauthier, Chile, (activista) • Boris Isaguirre, Venezuela. (escritor) • Patria Jiménez, México(política) • Frida Kahlo, México (pintora) • Evelyn Mantilla, Puerto Rico (política) • Rubén Mayorga, Guatemala, (activista) • Gabriela Mistral, Chile, Chile, (poeta que ganó el premio Nobel) • Norma Mogrovejo, México, (lesbianóloga, socióloga y abogada) • Roberto Montenegro, México (pintor) • César Moro, Perú, (poeta) • Archy Obejas, Cuba (escritora) • Ana Olivera, Brazil (activista) • Jordi Petit, España (activista) • Manuel Puig, Argentina (novelista y escritor de obras teatrales) • José Quintero, Panamá (director teatral) • Bessye Reyna, panameñoamericana (poeta y periodista) • Fernando Rodríguez Casas, bolivianoamericano (pintor y filósofo) • Edgar Rodríguez, Puerto Rico (policía y activista) • Jacobo Schifter, Costa Rica (historiador, escritor y activista) • Juan José Sebreli, Argentina (sociólogo e historiador) • Luz María Umpierre, Puerto Rico (poeta) • José Vasconcelos, México (ensayista) • Pedro Zamora, cubanoamericano (participante en “Real World” y activista)

## **Filiales de PFLAG que Ofrecen Servicios en Español:**

PFLAG les ofrece apoyo, educación y posibilidades de activismo a todas las familias y amigos, y les da la bien venida a ellos y a sus familiares gays, lesbianas o bisexuales para que se unan a nuestro grupo. Les sugerimos ponerse en contacto con la filial que le convenga de la lista que aparece en [www.pflag.org](http://www.pflag.org). Las filiales de PFLAG o los centros de gays, lesbianas y bisexuales en su comunidad les pueden ayudar a ponerse en contacto con otros padres, a los jóvenes gays y lesbianas a conocer a otros jóvenes como ellos, o a Uds. y a sus hijos a encontrarse con otras familias y gente que les pueden colaborar compartiendo sus experiencias.

## **Recursos y Grupos Latinos/Hispanos de Apoyo, Educación y Activismo:**

En el portal de PFLAG, [www.pflag.org/focn.html](http://www.pflag.org/focn.html), FOCN, Ud. encontrará una rica fuente de recursos y enlaces actualizados sobre:

Filiales de PFLAG que ofrecen servicios en español

- Enlaces a grupos Latinos/Hispanos de apoyo, educación y activismo
- Folletos, libros, videos y DVDes en español.
- Enlaces a servicios para jóvenes LGBT
- Enlaces a otras organizaciones LGBT que ofrecen recursos en español
- Amplia información en INGLÉS sobre recursos y groups LGBT

## **Publicaciones, Periódicos y Películas:**

Hay literalmente cientos de libros, revistas, periódicos, boletines informativos y películas disponibles que ofrecen apoyo adicional e información a los padres y familiares de personas gays, lesbianas, bisexuales y transgéneras así como a individuos. La red de internet es una excelente fuente donde conseguir información, como lo son las librerías y bibliotecas. Para obtener una lista de algunos libros recomendados por PFLAG, visite el portal: [www.pflag.org/focn.html](http://www.pflag.org/focn.html).

## Organizaciones Antigays:

Hay muchos grupos que se han formado con el fin de oponerse a los derechos civiles básicos y a la igualdad de personas gays, lesbianas, bisexuales y transgéneras. Es difícil la identificación rápida de varios de estos grupos porque frecuentemente sostienen que se dedican a defender los “valores tradicionales”, cuando en realidad ellos abogan por la dañina “terapia reparativa” y por la legislación antigay. Estos son algunos de los grupos:

- American Center for Law and Justice (*Centro Americano de Leyes y Justicia*)
- American College of Pediatricians (*Colegio Americano de Pediatras*)
- American Family Association (*Asociación Americana de la Familia*)
- Christian Communication Network (*Red Cristiana de Comunicación*)
- Christian Families with Faith for Lesbians and Gays (CFLAG) (*Familias Cristianas de Fe para Lesbianas y Gays [CFLAG]*)
- Concerned Women for America (*Mujeres Preocupadas por América*)
- Courage/Encourage (*Valor/Incentivar*)
- Eagle Forum (*Foro Aguila*)
- Family Research Institute (*Instituto de Investigación sobre la Familia*)
- Focus on the Family (*Enfoque en la Familia*)
- Jews Offering New Alternatives to Homosexuality (JONAH) (*Judíos que Ofrecen Nuevas Alternativas a la Homosexualidad [JONAH]*)
- Liberty Counsel (*Asesoramiento Libertad*)
- National Association for Research and Therapy for Homosexuality (NARTH) (*Asociación Nacional de Investigación y Terapia para la Homosexualidad [NARTH]*)
- Parents & Friends of Ex-Gays and Gays, (PFOX) (*Padres y amigos de Exgays y Gays, [PFOX]*)
- Positive Alternatives to Homosexuality (PATH) (*Alternativas Positivas a la Homosexualidad [PATH]*)
- Traditional Values Coalition (*Coalición de Valores Tradicionales*)

# Para hacerse miembro de PFLAG

## Los beneficios de la membresía de PFLAG:

- Suscripción a nuestro boletín informativo, the PFLAGpole
- El envío semanal de PFLAG Alert and Action Alerts via e-mail
- Descuentos en las publicaciones de PFLAG
- Invitaciones a eventos y conferencias locales, regionales y nacionales
- Privilegio de votar para elegir a los Miembros del Consejo Nacional y de los Directores Regionales
- La satisfacción de pertenecer a la red nacional de PFLAG, familiares y amigos que defienden y luchan por la igualdad de derechos de las personas GLBT

Para ser miembro de PFLAG, visite el portal: [www.pflag.org](http://www.pflag.org) o llene la solicitud adjunta y envíela a:

### **PFLAG**

1726 M Street, NW, Suite 400  
Washington, DC 20036

## Información:

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección postal: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_ Estado: \_\_\_\_\_ Zona postal: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_ Dirección electrónica: \_\_\_\_\_

## Pago:

Cheque

Visa    Mastercard    Discover    American Express

Cargue mi tarjeta de crédito:

\$50    \$75    \$100    \$250    \$500    \$1,000

Número de la tarjeta crédito: \_\_\_\_\_

Fecha de expiración: \_\_\_\_\_

*Importante:*

*El nombre del miembro y la dirección deben ser las mismas que aparecen en la cuenta de su tarjeta de crédito.*

### NUESTROS/AS HIJOS/AS TRANS

El portal de PFLAG para personas transgéneras (TNET) publica este boletín como una introducción a temas sobre la transgeneridad (TG), especialmente para padres con hijos de todas las edades. El folleto abarca temas relacionados con personas transgéneras, adolescentes TG, procesos de transición, vivencias familiares, preguntas más frecuentes, situaciones comunes, diferencias entre orientación sexual e identidad de género, aspectos legales, una pequeña bibliografía, una lista de investigaciones y sitios en el internet de familias trans. Este es un excelente folleto para educar a las familias, amigos, empleadores y a la comunidad en general.

Todas las publicaciones están disponibles en forma gratuita para bajar de [www.pflag.org](http://www.pflag.org) y también se pueden comprar. Para mayor información visite nuestro portal o llame al teléfono (202) 467-8180.

