

**¿SER O
NO SER
(trans)?**

¿Ser o no ser (trans)?

Cómo enfrentarse a las dudas

Iris Dominguez

Octubre 2023

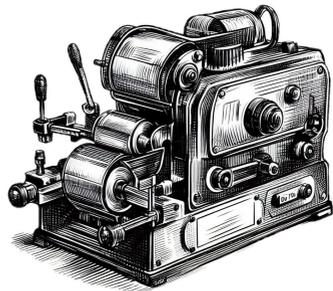
Antes de nada, me presento. Soy una mujer trans, binaria, heterosexual, con tratamiento hormonal y vaginoplastia hecha, y un passing perfecto. Salí del armario con 13 años, aunque sabía que era trans desde que tengo memoria.

También tengo un Ferrari rojo y soy astronauta.

Ojalá la verdad fuese tan fácil y simple. En realidad **jamás he tenido las cosas claras**. Y tampoco conozco a mucha gente que las haya tenido. Salí del armario como trans en torno a 2016, con 23 años, pero he ido y venido desde entonces varias veces sobre mi identidad trans, si soy binaria o no, por ejemplo. Sobre mi orientación, quién me gusta, he ido y he venido muchas veces más, pasando por bisexual, gay, lesbiana, asexual... En 2017 empecé con un tratamiento hormonal, y ese por suerte lo he tenido más o menos claro, pero el tema de las cirugías nunca he sabido bien como plantearlo. De pronombres he cambiado más de una vez, y de estilo

de ropa ni te cuento. En todo este camino, si algo he aprendido, es que las cosas rara vez son blancas o negras, y que casi nunca hay una respuesta fácil o correcta para las preguntas importantes.

Este pequeño zine va para cualquiera a quien le pueda servir. Para quien es trans o quien no sabe si lo es. Para el familiar que apoya o le amigue que se interesa. Para quien está lejos del tema pero quiere entender, o para quien lleva ya toda una vida pero tiene curiosidad. Para todes vosotres, ojalá alguna de mis palabras os sirva de algo.



1. Para que nos entendamos

Lo primero son las definiciones, para que podamos entendernos y saber de qué hablamos. Al menos, para que entiendas a qué me refiero en estas líneas. Luego iremos viendo que estas definiciones no están nada claras, y en realidad cambian de persona a persona y según el contexto:

Orientación es con quién quiero estar, romántica o sexualmente. Algunas orientaciones habituales son heterosexual, gay, lesbiana, bisexual, asexual...

Identidad: Es quién soy. En cuanto a género, que es lo que nos toca hoy, tiene que ver con si me considero hombre, mujer, o algo diferente. Esas palabras tampoco son fáciles de definir, pero de una forma u otra todas nos acabamos haciendo una idea de lo que significan...



Otras diversidades: Cosas como el poliamor y otras estructu-

ras relacionales, los fétiches... Muchas veces no son una cuestión clara de orientación o identidad, pero pueden tener mucho que ver en nuestra forma de identificarnos o relacionarnos.

Persona trans: Persona cuya *identidad de género* no concuerda con la que le asignaron al nacer. Por ejemplo, si según tus genitales se dio por hecho que ibas a ser un hombre, pero luego resulta que tu te consideras mujer, o no binarie.

Identidad no binaria: Identidad que no encaja totalmente en una de las dos categorías de género binario (hombre y mujer). Es un término paraguas, y engloba muchísimas *microetiquetas* que sirven para definir como nuestra identidad se relaciona con las identidades “clásicas”.

Travesti: Persona que se viste con ropa y complementos socialmente asociados al género “opuesto”. En principio, esto sería solo expresión, no tiene por qué tener que ver con una identidad de género concreta.

Disforia: un fuerte sentimiento de repulsión ante aquello que no encaja con nuestra identidad. Es lo contrario de euforia. Cuando se refiere a género, a veces se habla de “disforia de género”. En el ámbito médico se usa el mismo término para un diagnóstico concreto, pero en el ambiente trans suele usarse de forma menos precisa.

En la práctica, ninguna de estas definiciones está clara. Si buscas, encontrarás definiciones más precisas y académicas, pero aún así la gente las usa de forma mucho más ambigua. No te agarres demasiado a estas definiciones, son solo un apañón para que nos entendamos aquí.

2. Dudas

Aunque a la gente le da miedo, por muy cerradas que sean nuestras definiciones, la realidad es mucho más complicada. Las cosas pocas veces están claras, y hay mil y un dudas que pueden surgir y a las que tendremos que enfrentarnos.



2.1. Dudas sobre la identidad

Esta es la duda básica: *¿Soy trans?* Si haces activismo en círculos trans, la habrás visto surgir un millón de veces. Nos da pánico no saber, y acabamos buscando validación en el resto, lanzando una duda tan per-

sonal al aire, como esperando una señal divina...

Y no es la única. En el presente nos planteamos si somos o no trans, pero eso nos lleva muchas veces a cuestionarnos nuestro pasado. *¿Cómo me siento con mi “yo pasado”?* *¿Era mi vida un teatro?* Nos aterroriza pensar que estábamos “equivocades”, que hemos vivido una mentira. A veces nos duele tanto que acabamos culpándonos a nosotres mismos, o a veces incluso a otros, como si nuestra vida hubiese estado “rota” por no habernos reconocido como trans antes.

Y por no hablar del *síndrome de le impostore*. Muchas personas trans nos autocuestionamos, nos vemos como “menos trans” por no haber tomado ciertos pasos, como hormonarnos, operarnos o salir del armario... Revisa las definiciones de arriba, y verás que para ser trans ninguna de esas cosas son necesarias ni obligatorias.

2.2. Dudas al tomar decisiones

Como hemos visto, dudar del presente y del pasado es bastante normal. Obviamente, del futuro, que está lleno de incertidumbres y misterios, pues dudamos aún más. *¿Quiero hormonarme?* *¿Quiero operarme?* *¿Cómo quiero vestirme?* Todas estas dudas nos hablan del miedo a tomar decisiones y a equivo-

carños, de cómo creemos que tiene que haber una decisión correcta y una incorrecta, de que podemos hacer las cosas bien o mal. Y otras dudas, además, nos hacen cuestionarnos nuestras motivaciones, nos hacen sentirnos “falsos”. *¿Es por los demás que quiero tener cierto aspecto? ¿Estoy haciendo esto solo por llamar la atención?* Especialmente cuando tenemos al resto del mundo subido a un pedestal y nuestra autoestima flojea, nos resulta más fácil quitarle valor a todo lo que hemos logrado.



2.3. Dudas sobre nuestro lugar en la comunidad

Aunque nos gustaría que estas dudas solo fuesen sobre nosotros, y estuviesen bajo nuestro control, la realidad es que muchas afectan

a nuestro entorno, o a como nos relacionamos con el resto. *¿Cuál es ahora mi orientación? ¿Dejo de ser gay/lesbiana al transitar? ¿Cómo cambiará mi relación con mi pareja? ¿Cambia su orientación al seguir conmigo?* En general, la identidad de género y la orientación se construyen juntas, la una sobre la otra, y cuando una se tambalea la otra también lo hace. Además, si nuestra identidad ha sido fuertemente política, si hemos luchado por “amar libremente” como gays o lesbianas, muchas veces salir del armario trans nos puede devolver a una heterosexualidad bastante incómoda. De repente, nos cuestionamos el trabajo que hemos hecho y nuestro lugar en la comunidad. Por el contrario, si hemos construido una vida heterosexual (¡a veces incluso una familia!), dudar sobre nuestra identidad puede suponer salir de dos armarios al mismo tiempo, y ver nuestras relaciones en una nueva luz. Y todo esto, sin abrir el melón de cómo lo que nos atrae puede (y suele) cambiar al transitar... Las etiquetas nos sirven para identificarnos y encontrarnos, pero cuando cambian, también pueden ser un auténtico dolor de cabeza.

3. Mitos

Muchas de estas dudas se apoyan en *mitos*, en cosas que nos han enseñado a creer sin cuestionarnos. Y, a veces, simplemente reconocer el mito detrás de la duda sirve para resolverla y aclararla.



Todo el mundo lo tiene todo claro, siempre. La sociedad suele premiar la constancia, el trabajo duro, la ambición y los grandes sueños. Las historias de las grandes películas, de los libros importantes, son las de gente con un sueño claro y una gran **determinación**. Las historias de gente trans que siempre nos llegan son las de quien lo tiene claro desde pequeño, de quienes tenían una resolución clara y una identidad simple y marcada. Son las historias fáciles de contar, pero... ¿son realmente las más comunes? ¿Las únicas válidas?

Salir del armario es descubrir una verdad. El mito de **La Verdad**, con mayúsculas: única, esta-

ble y escondida bien adentro. Eras trans desde siempre, y lo que viste era una mentira. O nunca lo fuiste, y la mentira fue creer serlo, esa “etapa” trans. Siempre que haya habido un cambio, una decisión, es porque a un lado había una **Verdad** y, al otro, una **Mentira**. Pero, quizás... ¿es posible que exista la fluidez? ¿Que las cosas cambien? ¿Que, a veces, varias verdades nos puedan encajar a la vez?

La disforia. Parece que toda persona trans tiene que sufrir disforia, y nadie que no sea trans puede sufrirla. Que todo lo que nos define es un sufrimiento, un dolor, una agonía. ¿Es que no somos nada más que el sufrimiento? ¿Y si nos sentimos mal con nuestro cuerpo, solo se puede explicar a través de ser trans? ¿Y si sencillamente no sabemos ni distinguir **qué** es disforia y qué no?

El camino único. Y al dolor de ser trans (disforia), le sigue la solución. Primero la gran salida del armario, luego la hormonación, las cirugías... Entre *binders*, *gaffs* y *tucking*, entre cartas de recomendación y pastillas, de alguna manera, se encuentra la solución a ese terrible dolor. A veces tomamos este camino como si estuviésemos piloto automático, sin pensar del todo... Pero, ¿queremos de verdad tomar todos esos pasos? ¿O solo queremos la felicidad que parecen tener quienes los han tomado antes?

Naturaleza o crianza. Alguna gente dice que el género es algo que se lleva dentro, en el alma o en los genes, que está marcado desde antes de nacer. Como si fuese una verdad absoluta que llevamos escrita en todo nuestro ser. Para otros, en cambio, es solo un constructo social que hay que destruir, o quizás una tradición que conservar. Pero sea como sea, siempre parece ser o una cosa o la otra. Somos bastante complejos, ¿no puede ser una mezcla de las dos? ¿No pueden influenciarnos tanto nuestro cuerpo como nuestra experiencia vivida? ¿Es menos válida nuestra verdad, si nuestros traumas, miedos o recuerdos forman parte de ella?

4. Herramientas

Supongo que a estas alturas, te habrás arrepentido un poco de coger una copia de este fanzine. Si eres una persona un poco sensible, igual te he desatado todas las incertidumbres. Perdona, no era la intención. O igual te has reafirmado al enfrentarte a ellas, y te has construido un castillo desde el que defenderte. En cualquier caso, aquí viene la nueva perspectiva que te había prometido: algunas herramientas para enfrentarte a todas esas dudas.

4.1. Divide y vencerás

¿Realmente solo hay dos opciones? ¿Ser trans o no ser trans? Y encima parece que nos tenemos que dejar llevar, y en función de si lo somos acabamos decidiendo un millón de cosas como hormonarnos o no, cambios de nombre, de ropa...

Olvídate. En cada momento decide solo aquello que necesites decidir, ni más ni menos. ¿Qué pronombres te hacen sentirte más cómodo en cada momento, sin pensar en el género? ¿Con qué nombre te sientes más cómodo, fuera de como te consideres? ¿Quieres llevar, **hoy, aquí, ahora**, la ropa que llevas? A veces sentimos que ser trans tiene un camino predeterminado, pero ni ser trans determina estas decisiones, ni tienes que considerarte trans por haberlas tomado. Tómate la vida más como un buffet libre, que eso del menú del día ya está desfasado.

4.2. Experimentación

Hoy en día tenemos herramientas increíbles para cambiar nuestro aspecto y nuestro cuerpo, y, por tanto, cómo nos ve el mundo. Ser trans no debería ser la carta de acceso a estas herramientas, ni es obligatorio usarlas por serlo. Pero además, la decisión que tomas hoy... **¡puede cambiar mañana!** De la misma manera en que tomamos una decisión, tenemos derecho a volver atrás (al

menos hasta donde nos dejan las leyes de la física). Eso sí, es importante tomar las decisiones con cuidado, y siendo conscientes de sus **consecuencias**: todos los pasos y la experimentación dejan huellas, y solo debemos tomarlos si estamos dispuestos a aceptarlas. Para algunas cosas, como el nombre o los pronombres, probar y reprobarnos es fácil. Otras, como las cirugías, no tienen mucha vuelta atrás, y hay que pensárselas con calma. Para todas estas decisiones, mucho cuidado con el orgullo, que a veces nos quiere dejar dar un paso atrás si hemos tomado el camino equivocado.

En general, intenta apreciar como de estable o turbulenta ha sido tu vida en los últimos años o meses, y enamórate del momento vital en el que estás. Pero también sé consciente de ello, y si estás en una etapa de mucho cambio, igual hay experimentos que pueden esperar.



4.3. Disfruta los grises

No todo es blanco o negro, a veces las decisiones a medias son las mejores. Si te da miedo cortarte la melena, primero trastea con pelucas o cortes de pelo intermedios. Si te da miedo cambiar tu nombre, empieza por un apodo. Si quieres cambiar de armario, no tienes por qué tirar toda tu ropa antigua. Y recuerda ser honeste: si no te convence el cambio, volver atrás **no es una derrota**, es solo reajustar el tono de gris. Recuerda que en algunas cosas (cambios médicos) los grises son difíciles o imposibles: en estos casos, toma la decisión con cuidado, y intenta no obsesionarte con “cómo habrían sido las cosas si...”. En cada momento decidirás lo que puedas, y no existen **ni decisiones perfectas ni errores absolutos**.

4.4. ¡Estudia, estudia, estudia!

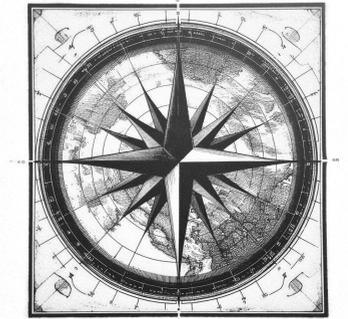
Vivimos en la era de la información, y a través de Internet y otros medios puedes aprender sobre cualquier tema. Eso sí, también vivimos en la era de la **desinformación**: ten cuidado con las cámaras de eco, con los bulos, con el contenido “diseñado” para quedar bonito en redes sociales... Intenta ser crítico con de dónde viene la información, y cuáles son los

sesgos e intereses de quien te la da. Da igual si hablamos de médicos, activistas, familiares o *celebrities*, todo el mundo puede fallar y equivocarse. Consulta siempre múltiples fuentes de información, combínalas según tu instinto para la verdad, y intenta formarte una opinión completa. Y recuerda que todes somos humanas: quizás tu terapeuta es una auténtique cretine en cuanto a algunos temas, pero puede que te ayude en otros. Nadie te debería llevar de la mano, si no que tendrás que coger lo que te sea útil de cada una.

4.5. Busca tus referentes

Hoy en día puedes encontrar gente que haya vivido experiencias parecidas, que se haya enfrentado a encrucijadas similares, y sus historias pueden iluminar tu camino. Aprovechate de todo lo que te cuenten si te resuena y sientes que te aporta. Pero eso sí, ten mucho cuidado con el **sesgo del superviviente**: ¿eres capaz de encontrar también las voces de esa gente trans que no se hormonó, que no se operó, que decidió conservar su nombre...? Incluso la de gente que se cuestionó y resultó no ser trans, o resultó que tenía otros problemas que gestionar antes, tienen historias que pueden enriquecerte mucho. Aunque hoy en día parece que nos dan miedo esas historias,

lo que tienes delante son **decisiones**. Si hubiese una respuesta clara y universal para todes, ya la sabríamos. Eres tú quien debes buscar las tuyas.



4.6. Escucha a tus tripas

A veces este mar de información solo sirve para ahogarnos. Intenta respetarte y escucharte también. Solo tú vives tu vida, y todas tus grandes decisiones y tus grandes errores son, al final, solo tuyos. Les primeros que abrieron camino se arriesgaron sin referentes ni información: tú también tienes derecho a hacerlo. Y recuerda que, al final, **tú eres le mayor experte en tu propia vida**.

4.7. Escribe tu diccionario

Las etiquetas pueden ser empoderantes... siempre que encuentres unas que te encajen perfectamente. Mi consejo siempre es dejarlas para

el final, y que solo describan lo que has vivido, sin marcar lo que aún tengas que decidir. Pero dentro de eso, también hay margen para buscar tu propio vocabulario, tu forma única de describir tu experiencia. Usa el lenguaje para tu propio interés, y no tengas miedo de explorar allá donde aún nadie ha puesto un nombre, de inventar metáforas y términos. **“Ni idea” es un género válido.**

4.8. Haz las paces con tus dudas

Tener dudas no es algo malo. Significa, primero, que te preocupas al enfrentarte a todas estas cuestiones. Que te estás dando importancia, que estás intentando escuchar a tu corazón, que estás intentando ser honeste y ser tu mejor versión. **Que te estás cuidando.** Y significa también que todas las posibilidades que consideras son reales, que hay vida detrás de esas decisiones, decidas lo que decidas. Incluso tras tus “errores”, habrá una experiencia desde la que crecer.

5. Conclusiones

No sé si te habré resuelto dudas, o si acabarás estas páginas con aún más. Pero sea como sea, espero que al menos le tengas menos miedo a esas dudas, menos miedo a tomar tus decisiones, y que seas capaz de

tener un poco más de cariño por tu yo del pasado, que tomó las decisiones que tomó lo mejor que podía.

Seas o no seas trans, tomes los pasos que tomes, te llames como te llames... Eres una persona válida, un absoluto milagro, y estás haciendo las cosas lo mejor que puedes. Espero que puedas disfrutar tu vida, y ser también un pequeño faro para quienes vengan detrás.

*Con mucho cariño,
Iris*



6. Algunos recursos

Esta lista es breve porque, de todas formas, se quedará desactualizada enseguida. Recuerda buscar en todas las direcciones que puedas: hay mucho que encontrar, y muchas personas que te pueden ayudar.

Recursos en Navarra:

- Kattalingorri (kattalingorri.org), asociación LGTBI+.

- Naizen (naizen.eus), asociación de familias de menores trans.
- Kattalingune (www.igualdadnavarra.es/es/kattalingune), servicio navarro LGTBI+, incluyendo asesoría sexológica y legal.
- Harrotu (www.pamplona.es/temas/igualdad-y-lgtbi/harrotu), centro de atención LGTBI+ en Pamplona/Iruña.
- Biblioteca Fragmentada (www.bibliotecafragmentada.org), biblioteca online de recursos feministas, queer y disidentes en general.
- LGBTQIA+ Wiki (www.lgbtqia.wiki), en inglés, página tipo Wikipedia.

7. Contacto y créditos

Texto y maquetación: Iris Domínguez. Tengo una pequeña web donde escribo de vez en cuando (iris.eus), y también me puedes contactar por correo electrónico en irisdominguez@posteo.net. No tengo redes sociales :)

Recursos nacionales / online:

- No Binaries España (nobinaries.es), asociación de personas no binarias.
- Kaleidos (kaleidosintersex.com), asociación de personas intersex.

Ilustraciones: DALL·E 3 (openai.com/dall-e-3).

