

## Las cuatro dimensiones de la identidad sexual

Si no sabemos quiénes somos es posible que no nos reconozcamos, aceptemos y actuemos acorde a eso que somos y sentimos como seres sexuales y personas. La identidad sexual está compuesta por los siguientes aspectos:

**Sexo biológico.** Es el conjunto de características biológicas que definen a los seres humanos como “machos”, “hembras” e “intersexuales”.

**Identidades de género.** Es cómo nos vemos a nosotras y nosotros mismos: niño/varón o niña/mujer; también puede ser que no nos sintamos “totalmente” de uno u otro sexo por cualquier motivo o rechazemos cualquier etiqueta o que alguien nos “clasifique”. Aunque hay diferencias físicas en nuestros cuerpos y genitales esto no determina nuestra identidad, que es la forma en que cada persona se ve a sí misma.

**Expresiones de género.** Son las formas de expresar “masculinidad” o “feminidad” de acuerdo a las normas culturalmente establecidas en un tiempo y sociedad determinada. Esto es visible a través de nuestra forma de hablar, caminar, movernos, vestirnos, actuar... pero la sociedad valora esas expresiones cuando coinciden en el patrón hombre-masculino y mujer-femenina, y las rechaza cuando no coinciden. Otras características como el comportamiento, las actividades u oficios que se consideran para varones y mujeres los llamamos **roles de género**.

**Orientación sexual.** Es hacia donde se dirige tu atracción emocional, afectiva y sexual. Puede ser hacia personas del mismo género (orientación homosexual), del género contrario (orientación heterosexual) o de ambos (orientación bisexual).

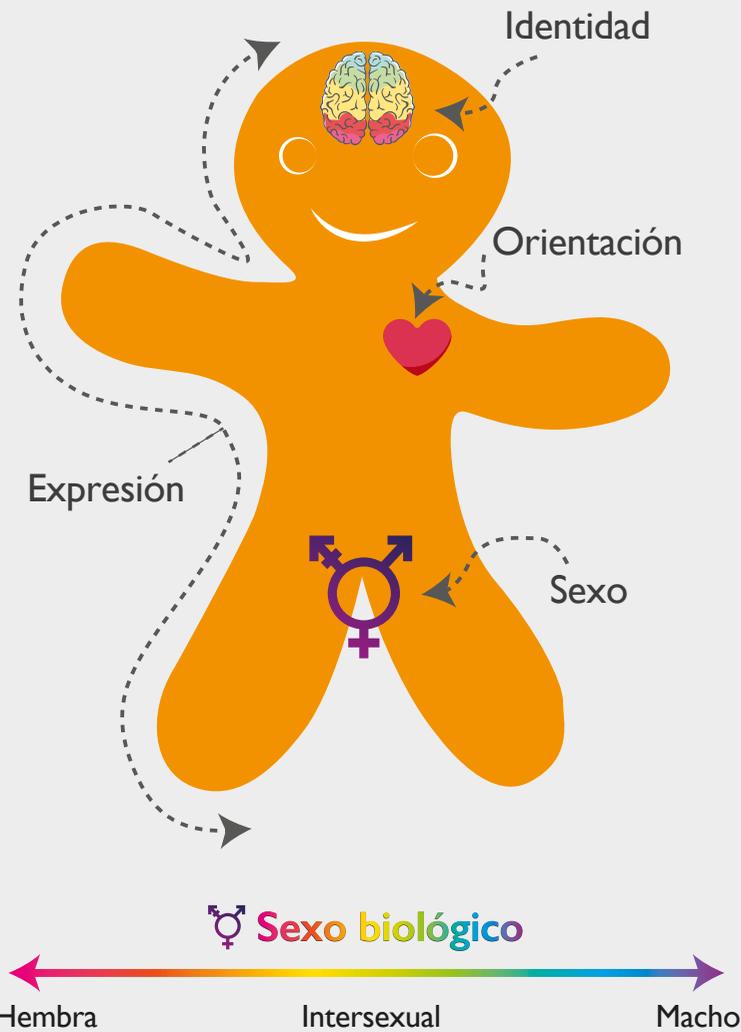
## En conclusión...

A partir de estas cuatro dimensiones las personas nos relacionamos con nosotras mismas y con el entorno que nos rodea. Es en el medio familiar, social y cultural donde aprendemos a aceptar y manifestar nuestra identidad, o en caso contrario, a reprimirla, ocultarla o negarla, por miedo a ser víctimas de discriminación.

Lo que debemos saber es que, independientemente de que nuestra identidad no encaje en eso que la sociedad asume “como normal” o “natural”, no significa que somos “raras” o “raros”, o que venimos “fallados”. Somos personas y solo por serlo tenemos derechos humanos que nadie puede pisotear o ignorar. Las personas y la sexualidad somos diversas y eso no debe ser motivo de discriminación.

A continuación te presentamos un gráfico que resume esta explicación:

## Aprendamos sobre sexualidad



Corresponde a las características físicas-biológicas que diferencian a las personas a nivel sexual. Incluye aspectos físicos visibles como pene y testículos en los varones o vagina en las mujeres, y otras que no son visibles como ovarios y útero (mujeres) o próstata (varones), además de hormonas y cromosomas, entre otros aspectos.



La identidad de género es cómo nos sentimos, percibimos e identificamos frente a nuestra propia mirada. Es la forma en que nuestro cerebro interpreta quiénes somos y no está ligada al sexo biológico. El género no-binario es el que se sale del sistema hombre-mujer y prefiere nombrarse de otra manera, en inglés se usa el término *queer* (que se pronuncia *kuir*).



Es cómo expresamos nuestro género y está ligada a la idea tradicional de los roles de género. Incluye cómo nos vestimos y actuamos frente al mundo. Así elegimos ropas o comportamientos considerados “femeninos”, “masculinos” o andróginos, que es mostrar en nuestra apariencia características que se consideran del género contrario o de ambos géneros.



Se refiere al tipo de persona que nos atrae física, emocional, espiritual o románticamente. Puede ser de nuestro mismo sexo, del sexo contrario, de ambos sexos, no sentir atracción sexual por otra persona (aunque sí afecto) o sentir atracción por cualquier persona sin importar su identidad de género.

### Fuentes consultadas:

Folleto *Decisiones íntimas*, Grupo Venancia, 2013 • *Guía didáctica educación y diversidad sexual*, Instituto Nacional de las Mujeres, Uruguay 2014 • *Guía para jóvenes, Somos iguales, Somos diferentes*, Instituto Nacional contra la Discriminación, la Xenofobia y el Racismo, Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, Argentina, 2016 • *Diversidad a todo color*, Puntos de Encuentro, 2011 • *Glosario de términos LGBT* de la organización Rainbow Project EU • *Cuaderno de la campaña Muévete por la igualdad, es de justicia*, capítulo III, Ayuda en Acción, Entreculturas e InteRed, España • *Qué es la sexualidad* (blog educacionafectivosexual.wordpress.com)



Buscanos en 

[www.grupovenancia.org](http://www.grupovenancia.org)

Matagalpa, Nicaragua



*Quiénes somos  
por dentro y por fuera*

Hablemos de las dimensiones  
de la sexualidad

## Los caminos de la sexualidad

Desde que nacemos la sociedad nos clasifica con solo mirar nuestros órganos sexuales. Luego nos empuja a actuar dentro de rígidos modelos masculinos y femeninos que nos hacen asumir como “natural” algunas características y conductas, que en realidad son aprendidas.

El sexo se refiere a aspectos biológicos y el género a la forma en que aprendemos a ser mujeres u hombres a partir de esa diferencia sexual. Pero esa forma de ser mujer u hombre es diferente de acuerdo al país y a la cultura en que nacemos, por eso no es natural ni universal a como nos han dicho.

Esta idea de que nacer con vagina o pene nos convierte en mujer u hombre ya no aplica hoy en día, porque no existen características ni rasgos que estén universalmente asociados a la feminidad o masculinidad. Además, se ha invisibilizado a las personas intersexuales, que son quienes nacen con características físicas de ambos sexos, llamadas en el pasado “hermafroditas” de forma despectiva.

Estas diferencias también han influido de forma equivocada en cómo asumimos algunos comportamientos sexuales: por eso escuchamos que los varones no se pueden aguantar “las ganas” y que las mujeres son pasivas y no tienen deseos. ¡Qué grandes mentiras!

## ¿Qué es la sexualidad?

El sexo es un término que nos sirve para distinguir las características biológicas de los seres vivos. La sexualidad puede entenderse como una forma de comunicación humana y como una fuente de salud, placer y afectividad que puede cambiar a lo largo de la vida. Tiene componentes físicos, psicológicos y sociales.

La sexualidad es un aspecto natural de la vida relacionada con la capacidad de sentir placer y de expresarse de diferentes maneras. Se trata de sensaciones físicas, así como de la forma de ser, pensar, sentir, relacionarte con otras personas o actuar frente a vos misma/o. Puede expresarse en el deseo de dar y recibir palabras, miradas, risas, caricias, atención, comprensión y está presente desde el nacimiento hasta el fin de la vida.

En la adolescencia se dan muchos cambios físicos y emocionales y para muchas chavalas y chavalos es el momento de explorar, descubrir y conocerse más, tanto a nivel personal como al relacionarse con otras personas a través de la sexualidad. Podemos sentir atracción por personas del sexo contrario, del mismo sexo, o de ambos; es una cuestión de gustos y puede haber cambios en este sentido a lo largo de la vida.

Pero cuando nuestra experiencia no encaja en esos modelos que se consideran “normales” entramos en conflicto: cuando asumiendo que somos “mujeres” no nos atraen los hombres, o cuando identificándonos como “hombres” no nos gustan las mujeres, o cuando nos gustan ambos... ¿Y qué onda cuando nuestra identidad no se corresponde con el cuerpo que tenemos? Para aclararnos en todo este enredo hay algunos conceptos que queremos compartir a continuación.