

Sexualidad y diversidad de género en los adultos

Lo que debe saber



La sexualidad incluye el sexo, el género, la orientación sexual, la intimidad, el deseo, el placer y la reproducción. La sexualidad puede conllevar pensamientos, fantasías, conductas, roles y relaciones.

Sexualidad y diversidad de género en los adultos

La sexualidad en las personas adultas de género diverso y cisgénero (cis) puede ser muy rica y compleja. La identidad y la expresión de género de una persona cis pueden coincidir con las expectativas sociales basadas en su sexo. La identidad y la expresión de género de una persona de género diverso pueden diferir de lo que cabe esperar según las expectativas sociales basadas en su sexo.

¿Qué es la orientación sexual?

Muchos adultos, tanto cis como de género diverso, desarrollan una orientación sexual, entablan vínculos íntimos con parejas y persiguen una vida sexual feliz y saludable. La orientación sexual puede expresarse con palabras que ayuden a describir las atracciones, las conductas y las relaciones. Las personas de género diverso pueden tener cualquier orientación sexual. Las personas de género diverso pueden reconocerse como heterosexuales, homosexuales, lesbianas, bisexuales, pansexuales, *queer*, asexuales, entre otros. Las personas pueden tener palabras de preferencia para aludir a sus partes íntimas, y usar estos términos puede ayudarlas a sentirse en mayor contacto con su cuerpo y a disfrutar más sus actos sexuales.

¿Qué es la disforia de género?

La disforia de género puede repercutir en la sexualidad adulta con sensaciones negativas respecto del propio cuerpo cuando este no se condice con la identidad de género. Si una persona presenta disforia de género, puede sufrir depresión, ansiedad o tendencias suicidas. Estas sensaciones pueden agravarse cuando esas personas sienten la presión

de actuar como lo hace determinado género, o cuando las tocan o se refieren a ellas de maneras que discrepan de la manera como perciben su cuerpo. Para disminuir la disforia, algunas personas de género diverso les piden a sus parejas que no les toquen determinadas partes del cuerpo o les dicen que no les gustan algunos actos sexuales. Respetar estos límites puede ayudar a las personas de género diverso a sentir más seguridad en el sexo y facilitarles su disfrute. Algunas personas con disforia de género pueden buscar la reafirmación de género. La reafirmación de género son los pasos sociales, legales y médicos que implica apoyar la expresión de la identidad de género de una persona. Se puede optar por reafirmar el género de muchas maneras.

¿Existen opciones médicas para los adultos de género diverso?

Algunos adultos tienen en cuenta las opciones para reafirmar el género que ayudan a reflejar su identidad de género. Algunas opciones son las siguientes:

- **Hormonas de reafirmación de género**, que pueden usarse para modificar algunas características corporales a fin de reflejar más estrechamente la identidad de género.
- **Hormonas masculinizantes**, que pueden usarse para detener la menstruación y hacer que el cuerpo parezca más masculino.
- **Hormonas feminizantes**, que pueden ayudar a que el cuerpo parezca más femenino.
- **La cirugía de reafirmación de género** puede ser una opción para quienes buscan que su cuerpo sea más acorde a su identidad de género. Por ejemplo, una mujer trans puede optar por realizarse cirugías que le aporten un aspecto femenino a su cuerpo. Un hombre trans puede optar por realizarse cirugías que le aporten un aspecto masculino a su cuerpo. Existen muchas opciones al tener en cuenta las cirugías de reafirmación de género.

Sexualidad y diversidad de género en los adultos

Lo que debe saber

Las personas son únicas; por lo tanto, se recomienda conversar con un médico para saber qué le conviene a cada una. Asimismo, las personas de género diverso, sus parejas y sus seres queridos pueden beneficiarse al recibir apoyo en cuanto a dudas acerca de la sexualidad. Los centros locales, los grupos, las listas de correo y los contactos personales dentro de la comunidad de género diverso pueden ser un punto de partida útil.

Acerca de Urology Care Foundation

Urology Care Foundation es la principal fundación de salud urológica del mundo y la fundación oficial de la Asociación Estadounidense de Urología. Ofrecemos información a las personas que tratan activamente su salud urológica y a quienes están preparados para adoptar cambios saludables. Nuestra información se basa en los recursos de la Asociación Estadounidense de Urología y la revisan médicos especialistas. Para obtener más información, visite el sitio web de Urology Care Foundation, **UrologyHealth.org/UrologicConditions**, o ingrese en **UrologyHealth.org/FindAUrologist** para buscar un médico cerca de usted.

Descargo de responsabilidad

Esta información no es una herramienta de autodiagnóstico ni constituye un sustituto para el asesoramiento médico profesional. No debe utilizarla ni depender de esta para dicho propósito. Hable con su urólogo o prestador de atención médica respecto de las dudas que tenga sobre su salud. Hable siempre con un prestador de atención médica antes de comenzar o dejar los tratamientos, incluidos los medicamentos. Para obtener más información, visite **UrologyHealth.org/Download** o llame al +1-800-828-7866.