



Cinco consejos para apoyar a los jóvenes de la comunidad LGBTQ+

1. Aprenda la terminología.

- **Sexo asignado al nacer:** el sexo que se le asigna a un bebé al nacer en función de sus cromosomas o anatomía genital. Podría ser masculino, femenino o intersexual.
- **Orientación sexual:** la atracción física o emocional de una persona a otra en función de su(s) género(s). Incluye heterosexual, homosexual, bisexual y pansexual.
- **Identidad de género:** sentido interno del género de una persona que puede o no ser el mismo que el sexo que se le asigna al nacer. Algunos ejemplos de diferentes identidades de género son:
 - Cisgénero:** persona cuya identidad y género corresponde con su sexo asignado al nacer.
 - Transgénero:** persona cuyo sentido interno de identidad personal no corresponde con el sexo asignado al nacer.
 - No binario:** persona que no se identifica con ningún género o se identifica con la combinación de elementos masculinos y femeninos.
- **Disforia de género:** sentimientos de incomodidad o angustia que se experimentan cuando el sexo asignado al nacer y la identidad de género no son cónsonos.

2. Use nombre y pronombres

Puede apoyar a los niños de su vida utilizando su nombre y pronombres preferidos. Aprender un nombre y pronombres nuevos puede tomar tiempo, así que si se equivoca, corríjase rápidamente y siga adelante. Anime a otros a aceptarlos y validarlos mediante el uso del nombre y pro nombre de su hijo también y corríjalos amablemente si lo olvidan.

3. Evite la terminología binaria

Use una terminología neutral de género como:

- Pareja o cónyuge (en lugar de novio/novia/esposo/esposa).
- Estudiantes, personas, gente (en lugar de damas y caballeros o niños y niñas).

Cinco consejos para apoyar a los jóvenes de la comunidad LGBTQ+ (continuación)

4. Aprenda la terminología.

- **Sexo asignado al nacer:** el sexo que se le asigna a un bebé al nacer en función de sus cromosomas o anatomía genital. Podría ser masculino, femenino o intersexual.
- **Orientación sexual:** la atracción física o emocional de una persona a otra en función de su(s) género(s). Incluye heterosexual, homosexual, bisexual y pansexual.
- **Identidad de género:** sentido interno del género de una persona que puede o no ser el mismo que el sexo que se le asigna al nacer. Algunos ejemplos de diferentes identidades de género son:
 - Cisgénero:** persona cuya identidad y género corresponde con su sexo asignado al nacer.
 - Transgénero:** persona cuyo sentido interno de identidad personal no corresponde con el sexo asignado al nacer.
 - No binario:** persona que no se identifica con ningún género o se identifica con la combinación de elementos masculinos y femeninos.
- **Disforia de género:** sentimientos de incomodidad o angustia que se experimentan cuando el sexo asignado al nacer y la identidad de género no son cónsonos.

5. Use nombre y pronombres

Puede apoyar a los niños de su vida utilizando su nombre y pronombres preferidos. Aprender un nombre y pronombres nuevos puede tomar tiempo, así que si se equivoca, corríjase rápidamente y

