

Creo que... soy lesbiana, y ahora que hago?

¿Que significa ser lesbiana?

Las lesbianas son mujeres que aman a otras mujeres. Somos mujeres que se sienten atraídas sexualmente por otras mujeres. Somos mujeres que podemos sentirnos vinculadas más estrechamente a las mujeres emocional y espiritualmente. Somos mujeres que preferimos a otras mujeres como pareja. Como lesbianas, no estamos solas. Uno de cada diez adolescentes es lesbiana o gay. Muchas mujeres famosas de la historia eran lesbianas. Las lesbianas son docentes, médicas, abogadas, obreras de fábrica, agentes de policía, políticas, pastoras, estrellas de cine, artistas, madres, monjas, camioneras, modelos, novelistas. Hacen de todo lo habido y por haber.

Las lesbianas son blancas, negras, asiáticas, hispanas, indias americanas, judías, católicas, protestantes, budistas. Las lesbianas son ricas, pobres, de clase trabajadora y de clase media. Algunas lesbianas forman parte de matrimonios heterosexuales. Algunas lesbianas son discapacitadas. Las lesbianas son mujeres jóvenes y de edad avanzada. Las lesbianas viven en las ciudades y en el campo.

¿Como se si soy lesbiana?

"Siempre me había sentido atraída por las chicas. Recuerdo haberme enamorado desde el tercer grado. Si bien no me consideraba lesbiana, en tercer grado ni sabía lo que era una lesbiana. No me di cuenta hasta el séptimo grado que, pues bien, yo era lesbiana".

-Kristine, Livonia, 16 años de edad

"Bien, el saber que era lesbiana nunca fue la cuestión. Aceptarlo lo fue. Comencé a sentirme atraída por las chicas a los siete años, por lo que sabía que no era heterosexual. Tardé un tiempo en decirme a mí misma, 'Soy lesbiana y no hay nada malo en ello'".

-Lenore, Pontiac, 16 años de edad

Durante la adolescencia, la mayoría de las jóvenes comienzan a percatarse de sus sentimientos sexuales y se interesan por salir con su pareja. Muchas jóvenes se sienten atraídas físicamente por los hombres. Pero muchas otras jóvenes se sienten atraídas físicamente por otras mujeres. Tú tal vez observes que te atraen otras mujeres. Tal vez sientas distinto que tus amigas, como que no encajas a veces. Cuando tus amigas se fijan en los muchachos, tú tal vez te fijas en las chicas. Salir con muchachos tal vez no te interese. Tal vez te preguntes, "¿Por qué no hay hombres como estas mujeres estupendas que se me presentan constantemente?" Es probable que también te sientas confundida o insegura sobre si eres o no lesbiana. Los adultos tal vez te digan que eres demasiado joven para que te llares a ti misma gay, o que estás pasado por una etapa, o que no sabes de lo que hablas. Esa es su forma de evitar el hecho de que algunas de nosotras somos jóvenes lesbianas. Tal vez te sientas confundida porque te atraen tanto los hombres como las mujeres. No hay nada malo en ello. Algunas mujeres tienen relaciones con hombres y mujeres durante toda la vida. Algunas tal vez decidan ser exclusivamente lesbianas o heterosexuales. Nuestra sexualidad se desarrolla con el tiempo. No te preocupes si no estás segura.

¿Soy normal?

"La gente tiende a concentrarse en el aspecto sexual de la homosexualidad... eso es lo que se imaginan. No entienden que también entra en juego el amor. La sexualidad normal es quienquiera del que uno se enamora. Lo que es normal para uno puede no serlo para otro".

-Kristine, Livonia, 16 años de edad

"Normal' es diferente para cada persona. No puedo dictar la vida, el cuerpo ni ninguna otra cosa de otra persona según mis parámetros. Tiendo a reírme de la gente de mentalidad estrecha. Además, digo lo que pienso en la escuela cuando alguien hace el más mínimo comentario homofóbico".

-Rachel, Silver Springs, 17 años de edad

Sí, tú eres normal. Es perfectamente natural que las personas se sientan atraídas por miembros de su propio sexo. Pero no es algo que se fomente en nuestra sociedad. Muchas personas ignoran estos sentimientos debido a los prejuicios que existen contra los gays y las lesbianas. La mayoría de los expertos científicos están de acuerdo en que la orientación sexual de una persona se determina a una edad muy temprana, tal vez incluso en el nacimiento. Es normal y sano ser uno mismo, sea uno gay o heterosexual. Lo realmente importante es que aprendamos a gustar de nosotros mismos.

¿Cómo es ser joven y lesbiana?

"Difícil - algunos días no quiero ser gay - pero amo a las mujeres demasiado como para siquiera soñar en ocultarlo otra vez."

-Red, Canberra Australia, 20 años de edad

"Solía estar confundida por esa parte de mi personalidad, pero con el tiempo se convirtió en una parte muy importante y querida. Es difícil tratar con otras personas, pero por lo menos no me miento a mí misma ni a nadie más, y eso me hace sentir bien. Tengo derecho a ser quien soy y estoy dispuesta a pelear por ello. Esto no quiere decir que haya sido fácil, porque a veces es insoportable, pero si pudiera cambiar mi orientación sexual, NO lo haría".

-Jessie, New York, 16 años de edad

No hay una forma "correcta" o "incorrecta" de ser lesbiana. Debido a los estereotipos de la sociedad sobre las lesbianas con los que todos hemos crecido, podrías pensar que tienes que ser de una cierta manera si eres lesbiana. Pero hay lesbianas de todas formas y tamaños, con todo tipo de ocupaciones y niveles de educación. Tu orientación sexual forma sólo una parte de quién eres. Probablemente tengas pasatiempos e intereses que sean los mismos que los de tus amigos heterosexuales. Debido a la homofobia y los prejuicios, algunas personas no aceptan a las lesbianas y los gays. Las lesbianas y los gays sufren discriminación y violencia, por lo que hay muchas organizaciones gays y lesbianas que luchan por los derechos civiles de los gays y las lesbianas.

¿A quien debo contárselo?

"Cuando te sientas segura de ti misma, la mejor persona a la que se lo puedes decir es la persona que creas que te aceptará y amará por quien eres".

-Lenore, Columbia, 16 años de edad

"Nunca hay un 'buen momento' definitivo para contárselo a una persona ya que al hacerlo se modifica la visión que esa persona, liberal o no, tenía de ti. Por eso, para la persona a la que se lo digas no deja de ser un poco un shock. Pero, una vez superada esa barrera, si reaccionan en forma favorable, ya no tienes más dificultades. Si comienzan a tratarte con frialdad y no te hablan, sabrás que en realidad nunca fueron tus amigos. Por habérselo contado a un número considerable de personas de mi edad, sé que las personas más jóvenes parecen ser más abiertas a esto, pero hay algunos adultos que no tienen absolutamente ningún problema con esto, lo que me emociona hasta las lágrimas".

-Rayne, Pittsburgh, 17 años de edad

"El mejor momento de decírselo a una persona es cuando estés lista para contárselo a esa persona. El resultado más positivo es decididamente poder tener una relación totalmente honesta y un sólido sentido de confianza".

-Elizabeth, Hillsdale, 17 años de edad

"Salir del closet" es el proceso de aceptarse a una misma como lesbiana y figurarse lo abierta que una quiere ser sobre su orientación sexual. Desdichadamente, no todas las personas que conozcas pensarán que ser lesbiana es lo mejor del mundo. Es difícil saber quién puede aceptar la información y darte su apoyo. Algunos amigos tal vez te acepten. Algunos tal vez se alejen o le cuenten a otras personas sin tu permiso. Decírselo a la familia puede ser muy difícil. Algunas familias brindan su apoyo generosamente. Pero algunos jóvenes gays y lesbianas fueron echados de sus hogares cuando sus padres se enteraron. Tal vez haya un consejero de orientación o asistente social en tu escuela o en un organismo local de la juventud o de asesoramiento, en quien puedas confiar. Es importante tener alguien con quien hablar ya que no es normal ni sano que los jóvenes tengan que guardar en secreto una parte tan importante de su vida.

¿Y qué hay del sexo?

"La amaba. Ese es el mejor momento de iniciar una relación sexual. Con las relaciones sexuales promiscuas, a menudo no hay lugar para el amor, pero en el amor hay lugar para todo. Debe ser una decisión mutua entre dos personas que se aman y desean compartir parte de sí con la otra. Habiendo participado en relaciones sexuales promiscuas, puedo decir que emocionalmente son agotadoras y físicamente peligrosas".

-Rayne, Pittsburgh, 17 años de edad

"Decidí ser sexualmente activa cuando supe que amaba a esa persona. Tomamos la decisión juntas después de largas conversaciones sobre los riesgos físicos y emocionales".

-Rachel, Silver Springs, 17 años de edad

Decidir si tener relaciones sexuales o no con alguien es una gran decisión. Tal vez te asuste mucho la idea de tener relaciones sexuales con otras mujeres, lo cual es normal. A muchas de nosotras nos pasa, especialmente si es nuestra primera vez. En nuestra sociedad no se alienta a las mujeres a hablar abiertamente sobre el sexo, pero es importante que expresemos lo que nos gusta y no nos gusta hacer sexualmente, ya sea que nos sintamos listas para tener relaciones sexuales o no, y las distintas expectativas que podamos tener sobre la relación. Y es importante hablar sobre si corremos el riesgo de contraer el VIH, el virus que se cree es la causa del SIDA, u otras enfermedades venéreas, como el herpes. Las lesbianas

pueden manifestar su sexualidad entre sí de muchas maneras. Podemos darnos placer abrazándonos, besándonos, estrechándonos, acariciándonos, estimulando los genitales de cada una con la lengua y las manos, e insertando los dedos en la vagina de nuestra pareja, frotando los cuerpos uno a otro para estimularse mutuamente, y cualquier otra cosa que queramos hacer. ¡Podemos usar nuestra imaginación!

¿Debo preocuparme por el SIDA?

"Bueno, creo que si vas a tener relaciones sexuales, tenlas en forma segura aun cuando seas lesbiana. Yo, en mi caso, soy virgen. Pero, si estuviera con alguien y tuviéramos relaciones sexuales, sería sexo con protección. Sin embargo, antes de hacerlo, ambas nos haríamos la prueba del VIH (y si ella se negara, entonces tal vez no debería estar con ella). Usar un dique dental es una buena forma de practicar el sexo seguro. La abstinencia también es una opción. No hay motivo para apurarse a tener relaciones sexuales".
-April, Pontiac, 16 años de edad

"Insisto en tener relaciones sexuales seguras. A pesar de ese rumor que circula de que las lesbianas son indestructibles, no corrí ningún riesgo. Le dije de frente a todas las mujeres con las que me acosté que exijo el sexo seguro".
-Rayne, Pittsburgh, 17 años de edad

"Mi principio es que, si no estás lista para hablar sobre el sexo más seguro con tu pareja, entonces probablemente no estás lista para tener relaciones sexuales. Es imprescindible conocer los riesgos que podrías estar corriendo".
-Annie, Minneapolis, 17 años de edad

Todos nosotros debemos interiorizarnos sobre el VIH, el virus que se cree es la causa del SIDA: cómo se transmite y cómo podemos evitar infectarnos. Tú y tu pareja deben hablar sobre los factores de riesgo de infección con el VIH y decidir qué métodos de sexo más seguro deben emplear, si es que deciden utilizar alguno. Las lesbianas que corren riesgo son aquellas que:

- Comparten agujas si consumen drogas intravenosas.
- Tienen coito vaginal con hombres sin usar condones. (Es bastante común que jóvenes lesbianas tengan ocasionalmente relaciones sexuales con hombres.)
- Tienen sexo oral con mujeres infectadas sin el uso de una barrera de protección contra las secreciones vaginales o la sangre menstrual infectadas.

El sexo más seguro para las lesbianas incluye lo siguiente:

- Uso de un dique dental para la estimulación oral-vaginal y oral-anal. Un dique dental es un pedazo de látex de unas 5 pulgadas de forma cuadrada que se utiliza en la cirugía dental. Pueden conseguirse en las tiendas de provisiones dentales o médicas.
- Uso de guantes quirúrgicos al introducir los dedos en la vagina o ano de tu pareja, especialmente si tienes cortes o urticaria en las manos.

¿Cómo aprendemos a gustar de nosotros mismos?

"Hablar con alguien es la mejor ayuda que encontré. Te hace sentir menos sola. Las películas, los libros y los websites son útiles cuando no tienes a quien preguntarle sobre estos temas. También pueden ayudar cuando te sientes deprimida o te resulta embarazoso hablar sobre algo. Uso un chat room para gays y lesbianas que me ayuda a hallar una diversidad de personas".

-Red, Canberra Australia, 20 años de edad

"Es importante darse cuenta de eso para aprender a mirar en el interior de una y ver que la "parte gay" de tu personalidad existe conjuntamente con todas las otras partes de ti misma, no separadamente ni a pesar de ellas. Esto me ayuda para ver cómo todo lo que hago o soy está en cierta medida afectado por mi orientación sexual. A menudo me remonto al pasado y veo todo lo que pasó y no puedo imaginarme no ser gay".

-Jessie, New York, 16 años de edad

Todas las personas tienen derecho a sentirse bien sobre sí mismas. Todos somos seres humanos valiosos. Desarrollar la autoestima es muy importante para los jóvenes. Es difícil que los gays y lesbianas adolescentes se sientan bien sobre sí mismos porque estamos rodeados de personas que creen que estamos enfermos o somos pervertidos o estamos destinados a vivir vidas muy desdichadas. Cuando sentimos que tenemos que ocultar quienes somos realmente, esto puede hacernos sentir ganas de lastimarnos por medios tales como el alcohol, las drogas o el suicidio. Podemos sentirnos muy aislados, temerosos y deprimidos, especialmente si no hemos tenido a nadie con quien hablar sobre el hecho de que somos lesbianas. Cada vez más, nosotras, como jóvenes lesbianas, aprendemos a gustar de quienes somos. Nos ayuda leer buenos libros sobre lesbianas -libros con información precisa y escritos sobre lesbianas que tienen vidas muy plenas. Nos ayuda también reunirnos con otras lesbianas porque entonces descubrimos que las lesbianas son tan diversas como cualquier otro grupo de personas y que nuestra sociedad nos ha dicho muchas mentiras. Puede ayudar que te digas todos los días, "Soy lesbiana y no hay nada malo en ello". Además, trata de encontrar a alguien con quien hablar que crea también que no hay nada malo en ser lesbiana. Recuerda, es normal y natural ser lesbiana, del mismo modo que para algunas personas es normal y natural ser heterosexual.

¿Cómo puedo conocer a otras lesbianas?

"Finalmente me animé a ir a un grupo juvenil de GLBT. Creo que no dije ni diez palabras durante un mes aproximadamente. Sencillamente estaba asombrada de que hubiera personas que sintieran lo mismo que yo. Fue algo maravilloso".

-Kristine, Livonia, 16 años de edad

Ponte en contacto con organizaciones feministas locales tales como la National Organization for Women (NOW). Muchos "colleges" y universidades tienen organizaciones gay, lesbianas y feministas en sus campus. Busca en la guía telefónica una línea directa local y pide que te comuniquen con las organizaciones gay y lesbianas de tu localidad. Hasta podría existir un grupo de jóvenes gay/lesbianas en tu localidad. Busca un periódico gay/lesbiano o feminista en tu localidad. Busca copias en las librerías, tiendas naturalistas y bares gay locales.