




Guía de Supervivencia para la Comunidad Trans

**Cómo navegar el sistema de salud y
los servicios sociales de Québec**



Coordinador del Proyecto: Jackson Ezra
Traducción al francés: Mirha-Soleil Ross et Julie Paquin
Traducción al español: Ari Belathar
Editores: Oliver Fugler (inglés) and Sylvie Perrin (francés)
Comité de Revisión: Liberia Aceves, Gabrielle Bouchard, David
Rodriguez, Danielle Chenier, Vicky Sawyer, Fabien Rose, Nora Butler Burke

Partes de este documento fueron tomadas de “Project Max Guide”.

El contenido de este documento está disponible para ser reimpresso y distribuido de forma gratuita y no debe, bajo ninguna circunstancia, ser puesto a la venta.

Este documento es el resultado de un esfuerzo comunitario, y fue creado en base a las múltiples experiencias de la comunidad trans. No contiene información médica ni legal, ni consejos directos de doctores o abogados.

La producción de este documento ha sido posible gracias al financiamiento de
Public Health Agency of Canada.

Los puntos de vista y opiniones expresadas en este documento
no representan la postura oficial de Public Health Agency of Canada.

Marzo del 2012

www.santetranshealth.org



Índice

INDEXE

Introducción . . . 5

La Vida Diaria . . . 9


Terapia de Reemplazo Hormonal . . . 23

- El Acceso a las Hormonas en Québec
- Régimen Hormonal
- Cambios Permanentes y Reversibles

La Odisea Quirúrgica . . . 43

- Acceso a Cirugías de Reasignación de Sexo en Québec
- Tipos de Cirugías de Reasignación de Sexo
- Cuidado Post-Operatorio

Cambio Legal de Nombre y Sexo . . . 61

- Métodos para Cambio de Nombre y Sexo en Québec
 - La Salocitud de Cambio de Nombre y Sexo en Québec
- 



La Transición y VIH . . . 69

- Discriminación por VIH
- Factores de Trasmisión del VIH
- El VIH y la Revelación
- La Terapia Hormonal y el VIH
- La Cirugía y el VIH

Espacios Públicos Segregados por Sexo . . . 79

- Baños y Vestidores
- Albergues
- Cárceles y Centros de Detención
- Centros de Detención para Inmigrantes

Conoce tus Derechos . . . 93

- Derecho de Familia
- Sistema de salud
- Policía
- Asistencia social
- Vivienda
- Empleo

Conclusión . . . 121

Recursos . . . 123





Introducción

El porqué de esta guía

La comunidad trans a menudo enfrenta mayores dificultades para navegar los servicios sociales y de salud. En Canadá, como en el resto del mundo, todas las personas merece ser tratadas con respeto por su médico de cabecera, enfermeros, trabajadores sociales, etc., y esto debe incluir a las personas trans. Al igual que todo el mundo la comunidad trans necesita empleo y vivienda estable, y apoyo cuando sus derechos son violentados. Las personas trans también necesitan servicios especializados que sean pertinentes a su realidad y respetuosos de sus experiencias.

A muchos de nosotros nos parece que si contásemos con servicios sociales y de salud mejor preparados para trabajar con nuestra comunidad, entonces nuestros amigos y nuestras familias podrían apoyarnos mejor, trabajando en conjunto con los prestadores de servicios.

Independientemente de la fase de transición en la que te encuentres, o a la que planees llegar, encontrar profesionales de la salud y prestadores de servicios sociales que te traten con dignidad puede ser un verdadero reto. Desafortunadamente existen muy pocos servicios especializados en trabajar con

las distintas realidades de la comunidad trans. Gran parte de la sabiduría y el conocimiento de nuestra comunidad se transmiten de manera informal entre nosotros mismos.

Lo qué puedes encontrar en esta guía

Esta guía tiene como objetivo centralizar algunos de los conocimientos y la sabiduría de nuestra comunidad y dotarte con la información y recursos necesarios para que puedas navegar el sistema de salud y los servicios sociales de Québec. El conocimiento es poder; cuanta más información tengas mejor podrás representarte y defenderte a ti mismo o misma, ya sea ante doctores o trabajadores sociales irrespetuosos, el personal mal informado de algún albergue, caseros y jefes abusivos, o policías violentos. El tener acceso a conocimiento y recursos específicos de la comunidad trans también puede ayudarte a lidiar con el rechazo de tu familia o de tu comunidad.

La *Guía de Supervivencia para la Comunidad Trans* ha sido concebida por personas trans de diversos sectores de nuestra comunidad y contiene información referente a las necesidades específicas de las personas trans que viven en Québec. Dado que ha sido creada dentro de un contexto urbano, por personas que viven en Montreal, su alcance es limitado. Muchos de los recursos comunitarios y servicios sociales que encontrarás en esta guía tienen sede en Montreal, sin embargo ciertas cuestiones pertinentes a comunidades rurales y otras ciudades de Québec también han sido integradas.

Algunos de los temas que encontrarás son: un vistazo a la lucha cotidiana de las personas trans, la terapia hormonal, la cirugía, el cambio legal de nombre y sexo, VIH-SIDA, espacios públicos segregados por sexo, y derechos legales.

En esta guía el término “trans”, es utilizado como abreviación de transexual y/o travesti. En inglés el prefijo “trans” significa “cruzar al otro lado”, así que, para los propósitos de esta guía, alguien que se presenta, vive o identifica como miembro del sexo y género opuesto a su sexo anatómico es considerado y considerada trans. Al mismo tiempo reconocemos que las comunidades trans tienen diversas necesidades, prioridades, identidades y formas de referirse a sí mismas, por lo tanto defendemos el derecho cada uno y cada una a la libre determinación y a identificarse bajo los términos que mejor les acomoden.

Quiénes somos

La *Guía de Supervivencia para la Comunidad Trans* es una iniciativa de *Action Santé Travesti(e)s et Transexual(le)s de Québec* (ASTT(e)Q), y tiene como objetivo responder a algunas de las necesidades de nuestra comunidad. ASTT(e)Q es un proyecto de la organización CACTUS de Montreal, fundado en 1998 como respuesta a la falta de servicios sociales y de salud preparados para atender las necesidades de las personas trans, surgió de un grupo de apoyo para mujeres trans viviendo con VIH, y fue informado en base a una consulta comunitaria que ayudó a determinar las necesidades de nuestra comunidad y sirvió para dar forma y dirección al proyecto. Asimismo ASTT(e)Q es el resultado de una rica historia de lucha y organización comunitaria para mejorar el acceso a la atención médica, los servicios sociales, vivienda, condiciones dignas de trabajo (en particular para los sexo-servidores), promover la prevención del VIH y garantizar una mejor calidad de vida para la comunidad trans de Québec.

En ASTT(e)Q buscamos promover la salud y el bienestar de las personas trans mediante el apoyo comunitario, el activismo, la educación y el fortalecimiento de nuestras comunidades. Somos conscientes de que la salud de las personas trans está

directamente relacionada con las desigualdades económicas y sociales que han dado lugar a que gran parte de nuestra comunidad sufra niveles desproporcionados de pobreza, desempleo, vivienda precaria, criminalización y violencia. Creemos en el derecho de toda persona para decidir su identidad de género, y expresar su identidad libre de coerción, violencia y discriminación. Luchamos para garantizar el acceso a un servicio de salud que satisfaga las necesidades y respete la diversidad de nuestra comunidad, mientras que trabajamos juntos para crear comunidades saludables, fuertes y solidarias.

Antes de entregarte *la Guía de Supervivencia para la Comunidad Trans*, nos gustaría agradecer y honrar el trabajo y la vida de aquellos que vinieron antes que nosotros; las personas trans que han luchado por su derecho a vivir en paz y con dignidad, y que han defendido su derecho a decidir libremente sobre sus propios cuerpos. Esta guía esta dedicada a las personas trans de la tercera edad cuyo trabajo y perseverancia han hecho posible que proyectos como este puedan existir. También dedicamos esta guía a la rebeldía y la fuerza de la juventud trans que crea y fomenta comunidades solidarias, incluso durante tiempos difíciles.

La comunidad trans a lo largo de la historia ha venido luchando por un mayor y mejor acceso a servicios sociales y de salud. Esta es una lucha constante y el estado del acceso a dichos servicios está en constante movimiento. Por favor dale un vistazo a www.santetranshealth.org para obtener la información más actualizada.



La Vida Diaria

¿Alguna vez has deseado tener a alguien con quien hablar, a quien pedir consejo, alguien más experimentado que tú, quien ya pasó por todo? ¿Alguna vez te has preguntado cómo es posible que no exista una guía que explique paso a paso como maquillarte o rasurarte por primera vez? ¿Alguna vez te has encontrado batallando para llenar todos los formularios de tu cambio legal de nombre, o tratando de encontrar algún psicólogo dispuesto a escribirte la carta para la cirugía y que además no te cobre un ojo de la cara y sea respetuoso de tu experiencia, pensando que todo esto sería más fácil si no tuvieras que hacerlo solo?

Esta guía se enfoca en el hecho de que la salud física está directamente relacionada con el bienestar mental y emocional, y que existen varias circunstancias sociales, institucionales y económicas que dificultan el acceso de las personas trans a los servicios básicos (salud, vivienda, empleo, etc.). También reitera que más allá de la transfobia existen desigualdades sociales tales como racismo, pobreza, discriminación en contra de personas discapacitadas, aislamiento social, trauma y otras formas de marginalización que también afectan la habilidad de las personas trans para acceder a los servicios sociales y de salud.

Sin embargo sabemos que existen tantas historias como personas trans, y ninguna guía de supervivencia podrá jamás reemplazar el invaluable intercambio de conocimiento que se da frente a frente dentro de las comunidades marginadas. Cada persona trans tiene su propia historia y sus propios modos de lidiar con su cuerpo, el amor, el sexo, resolver situaciones sociales, hacer dinero, divertirse y sobrevivir. Muchas personas trans han experimentado dificultades, violencia y aislamiento sin embargo también hay muchos motivos de celebración empezando por la sabiduría y el conocimiento que existen dentro de la comunidad trans.

Salir del Clóset

Salir del clóset significa reconocer ante ti mismo o misma y/o ante los demás que eres trans. Muchas de las veces salir del clóset es el primer paso ante la transición, algunas personas deciden salir del clóset escribiendo cartas a sus seres queridos, otras lo hacen frente a frente y algunas otras nunca revelan su identidad a sus seres queridos. Para algunos mudarse a otro sitio y empezar de nuevo es la mejor opción. La verdad es que no existen maneras correctas o incorrectas para salir del clóset y nadie tiene derecho a juzgar tus decisiones.

Salir del clóset puede ser difícil, especialmente para los menores de edad pues enfrentan el riesgo de ser rechazados por su familia y perder el apoyo económico, lo cual sin duda juega un papel importante en la decisión. Para quienes viven en comunidades rurales o poblados pequeños mantener la privacidad y el anonimato puede ser un verdadero reto. Algunos hombres trans que han formado parte de comunidades lesbianas antes de su transición temen el rechazo y aislamiento de su comunidad cuando deciden salir del clóset. Algunas personas trans experimentan rechazo de parte de sus grupos religiosos y/o culturales debido a las creencias y tradiciones de estos grupos. Para las personas trans que tienen hijos, salir del clóset significa complicar y/o

arriesgar la relación con sus hijos. Hay un sinfín de historias y razones que nos muestran cómo y por qué salir del clóset puede ser difícil.

Cualquiera que sea tu historia, la forma en que elijas salir del clóset, o no, es decisión tuya y de nadie más. A pesar de las dificultades, salir del clóset puede ser gratificante y reivindicativo. Muchas personas trans cuando deciden salir del clóset descubren el amor y el apoyo de su familia y seres queridos, otras muchas se las arreglan para encontrar su propia comunidad y construir familias, al igual que redes de apoyo.

Aunque no sean suficientes, existen algunas organizaciones para la comunidad trans en las que puedes encontrar personal y voluntarios preparados para apoyarte en lo referente a tu proceso de transición y a tu identidad de género. Muchas de estas organizaciones llevan a cabo reuniones y/o eventos regulares a los que la comunidad trans y sus aliados pueden asistir para conectarse con otras personas trans, establecer lazos de amistad, intercambiar historias e información, y sobre todo para apoyarse los unos a los otros. Si te sientes aislado o si deseas hablar con alguien sobre el proceso de salir del clóset Échale un vistazo al listado de organizaciones trans en la sección de “Recursos”, al final de esta guía.

(Testimonio) Nunca es demasiado tarde para aceptar tu realidad, para amarte a ti mismo, para vivir feliz y liberar a esa persona que escondes dentro de ti.

(Testimonio) Pasé mis treinta y mis cuarentas tratando de mantener en todo en su sitio...nadie sabía ni siquiera mi esposa, mucho menos mis hijos. Pero un día ya no pude más...me derrumbé y le confesé a mi mejor amigo, que en realidad soy una mujer. Tomó mucho tiempo llegar hasta donde he llegado. perdí mi trabajo, mi esposa y yo nos separamos, pero todavía somos buenos amigos, y mis hijos han sido increíblemente comprensivos. Encontré nuevos amigos, principalmente otras mujeres trans, y ellas me han ayudado a salir avante.

Aislamiento Social

Muchas personas trans tienen dificultades para encontrar personas de ideas afines, hacer amigos y hallar comunidades abiertas que los acepten sin problema, esto es sin duda más difícil para aquellos que viven en áreas donde hay muy pocas organizaciones y recursos comunitarios preparados para trabajar con la comunidad trans. Las personas trans que viven en zonas rurales frecuentemente emigran a ciudades y centros urbanos donde la mayoría de los recursos se encuentran centralizados. Por ejemplo, la mayoría de los recursos trans-específicos de Québec se encuentran en Montreal.

Uno de los resultados más tangibles de la exclusión social es la falta de comunidad. Muchas personas trans pierden a sus familias y comunidades cuando deciden empezar su transición y/o salir del clóset, y lamentablemente muchas organizaciones comunitarias no están preparadas para apoyar a las personas trans, lo cual refuerza el aislamiento social.

Si te sientes asilado o aislada el Internet puede ser un buen sitio para conectarte con otras personas trans. Los blogs y foros de discusión son herramientas para compartir historias y difundir información, y para conectarse con personas en circunstancias similares. El Internet puede ayudarte a encontrar cuáles son los sitios donde las personas trans de tu ciudad se reúnen y si existen grupos de apoyos cerca de tu localidad. Por ejemplo, “Yahoo! Groups” y “Live Journal” tienen foros de discusión específicos para la comunidad trans donde puedes conocer nuevos amigos e intercambiar información. *Action Santé Travesties et Transsexuel(le)s du Québec* (ASTT(e)Q) y *Aide aux transsexuels et transsexuelles du Québec* (ATQ) tienen páginas en Facebook donde puedes conocer a diferentes miembros de la comunidad trans y discutir temas pertinentes a nuestra comunidad.

Al final de esta guía no olvides darle un vistazo a la lista de organizaciones trans de Québec, muchas tienen grupos de apoyo y reuniones regulares en dónde puedes conocer otras a personas trans y sus aliados.

(Testimonio) Crecí en Rimouski. Nunca le conté a nadie sobre mí...todo el mundo es prácticamente tu vecino, siempre metiendo la nariz donde no deben y chismorreando. Solía ir a la biblioteca para usar el Internet y buscar información sobre tratamientos hormonales y para entrar en foros de discusión en los cuales podía hablar con otras personas como yo, pero la verdad me moría de los nervios porque la bibliotecaria es amiga de mi mamá. Mis amistades virtuales funcionaron por un tiempo, pero siempre supe que no era suficiente así que me mudé a Montreal pero no tenía ni idea de cómo encontrar vivienda. Era mi primera vez en la ciudad, y aunque sabía que debía haber muchos transexuales como yo en una ciudad tan grande, no sabía dónde encontrarlos.

Discriminación y Violencia

En Québec la comunidad trans sufre altos índices de violencia y discriminación, incidentes que con mucha frecuencia pasan inadvertidos por los medios de comunicación y no son denunciados ante las autoridades pertinentes. Las personas trans experimenta violencia en todos los aspectos de su vida, desde violencia institucional, falta de servicios sociales y de salud adecuados; brutalidad policiaca y acoso a sexo servidores trans; violencia domestica y de pareja; hasta crímenes de odio. La violencia en contra de la comunidad trans es sistémica y generalizada.

El Día de los Caídos Trans se celebra el 20 de Noviembre para conmemorar y rendir tributo a las personas trans que han sido asesinadas. La celebración también sirve para hacer consciencia y educar al público en contra de la transfobia. Al honrar a nuestros muertos es importante recordar que aquellos miembros de nuestra comunidad que enfrentan otras formas de discriminación, aparte de la transfobia, son quienes mayor violencia y discriminación padecen. La discriminación racial, la indigencia, el uso de drogas, el ser discapacitado, el padecer problemas mentales así como

el dedicarse al trabajo sexual, son todas experiencias que aumentan el riesgo de sufrir violencia.

Gran parte de la violencia que la comunidad trans experimenta en la vida diaria es por parte de instituciones que se supone deberían protegerla. La brutalidad policiaca es un problema bastante común dentro de nuestras comunidades. No dejes de leer el capítulo “Conoce Tus Derechos” para saber qué hacer cuando tengas que lidiar con la policía y cómo reportar incidentes de violencia y brutalidad policiaca.

Del mismo modo, muchas de las organizaciones y servicios diseñados para apoyar a los sobrevivientes de violencia son en muchas ocasiones insensibles ante las necesidades y realidades de la comunidad trans. A menudo las mujeres trans, especialmente aquellas que no se han sometido a la Cirugía de Reasignación de Sexo (SRS, por sus siglas en inglés), son expulsadas de espacios específicos para mujeres, tales como albergues. Las necesidades de salud y de servicios sociales de los hombres trans son frecuentemente invisibles ya que muchas personas ni siquiera han oído hablar de, o trabajado con, hombres trans.

Encima de todo las personas trans también tienen que lidiar con discriminación dentro de sus propias comunidades, condenadas a la exclusión o juzgadas por las decisiones que han tomado con respecto al uso de hormonas ya la cirugía. La discriminación basada en orientación sexual, condición de VIH, raza, religión, clase y discapacidad es un problema que también existe dentro de la comunidad trans.

(Testimonio) Sufrí mucha discriminación en mis años escolares pero decidí concentrarme en mis estudios para no pensar en todo lo malo que me estaba pasando, y eso me ayudó.

(Testimonio) Cuando tenía cuatro años fui violado por un pariente. Mis padres no me creyeron. me cuesta confiar en las personas. ¿qué puedo esperar de la sociedad cuando mi propia familia me da la espalda?

(Testimonio) He sufrido discriminación constante desde mi adolescencia. La intimidación típica en la escuela, el trabajo y en todos los aspectos de mi vida. Nunca pude encontrar el apoyo que necesitaba. En mi adolescencia pensé mucho en el suicidio. Pero me alegra no haberlo hecho, porque la vida es hermosa a pesar de las penas y las dificultades.

Autoestima y depresión

Las dificultades relacionadas con salir del clóset y declararte pública y abiertamente como trans, así como encontrar trabajo y vivienda estable, el no tener acceso a servicios sociales y de salud, el experimentar discriminación, violencia y exclusión social son solo algunos de los factores que contribuyen a la baja autoestima y la depresión en la comunidad trans. El proceso de transición puede ser sumamente estresante lo cual aunado a los factores anteriormente mencionados puede resultar en graves dificultades mentales y emocionales.

Si te sientes deprimido o deprimida hay lugares a los que puedes ir para encontrar ayuda. Llama a ASTT(e)Q si necesitas hablar con alguien o si deseas encontrar profesionales de la salud mental y/o servicios de apoyo preparados para trabajar con la comunidad trans.

(Testimonio) Desde que llegué a Canadá me ha costado mucho trabajo mantener la cabeza en alto. Encontrar un lugar para vivir fue sumamente difícil, y cuando por fin lo encontré tenía tanto miedo de que mis compañeras de piso descubriesen que soy trans que me la pasaba encerrada en mi habitación. Traté de asistir a un curso de francés pero el profesor no tenía ningún respeto por mi persona y se negaba a llamarme por nombre de elección. Intenté encontrar trabajo pero nadie me contrataba sin ver mi carnet de identidad. Ahora recibo Asistencia Social, así que al menos tengo un poco de dinero, aunque la verdad no es suficiente. Ha sido un proceso arduo y solitario, recién he empezado a hacer nuevos amigos. Cuesta sentirse bien y mantener la autoestima alta cuando todo parece imposible. La verdad es que me he sentido muy deprimida, especialmente durante los inviernos, pero mantengo la esperanza de que todo mejorará.

Empleo

Debido a los prejuicios y a la transfobia encontrar y mantener un trabajo estable y con un salario decente, puede ser un verdadero desafío. Con frecuencia puedes experimentar discriminación si le pides a tu jefe y colegas que te llamen por un nombre distinto al que aparece en tu documentación oficial, o porque no siempre serás percibida o percibido de acuerdo con tu identidad de género. Mostrar tu identificación y proporcionar tus certificados de estudio y/o referencias puede ser verdaderamente desalentador si el nombre y el género que aparecen en los documentos no corresponde con tu presentación personal. Esto puede ponerte nervioso o nerviosa y vuelve la búsqueda de trabajo más difícil de lo que debería ser, y desafortunadamente puede ser un obstáculo para que te contraten en los trabajos a los que postulas.

Encontrar y mantener un trabajo puede ser aun más duro si además de la transfobia experimentas otras formas de discriminación. Por ejemplo, si eres un inmigrante sin estatus y no tienes ningún tipo de identificación legal, encontrar un empleo estable y con buen salario donde puedas recibir tu salario por debajo de la mesa es prácticamente imposible. Si te dedicas al trabajo sexual mantener a los clientes agresivos bajo control puede ser una tarea bastante difícil. Si tienes algún tipo de discapacidad puede ser difícil encontrar un empleo en el que tus necesidades de accesibilidad sean respetadas.

Muchos de los servicios sociales y agencias de empleo, así como organizaciones que combaten la pobreza destinadas a apoyar a las personas que buscan empleo o experimentan discriminación en el trabajo, son relativamente inaccesibles para las personas trans porque el personal y/o las políticas ignoran a, o son insensibles ante, la realidad de la comunidad trans.

Si tienes amigos o conocidos que son trans pregúntales si saben del algún trabajo que sea abierto a, y respetuoso de, nuestra comunidad. Algunas personas trans trabajan por cuenta propia y empezaron sus negocios y carreras identificando sus habilidades y comercializándolas. Tus amigos y miembros de tu comunidad muy probablemente sabrán a dónde dirigirte si necesitas ayuda para encontrar empleo o si estás experimentando discriminación en tu lugar de trabajo.

No dejes de echarle un vistazo al capítulo “Conoce Tus Derechos”, donde podrás encontrar información respecto a cómo encontrar y mantener un trabajo, así como lidiar con el servicio de Asistencia Social. Igualmente encontrarás más información al respecto en la sección de “Recursos”.

(Testimonio) Cuando traté de conseguir mi primer trabajo, mi C.V. era una maravilla, pero mi aspecto era el problema. Tuve muchas entrevistas pero ningún resultado. Más tardé un amigo me dio una recomendación y solo así pude conseguir mi primer trabajo. En ese momento ya estaba muy deprimido y me sentía como si hubiese nacido con un problema.

Vivienda

Encontrar vivienda también puede resultar difícil para las personas trans. A pesar de que en Québec existe un fuerte movimiento que lucha por los derechos de los arrendatarios, los caseros todavía tienen mucho poder y pueden crear barreras discriminatorias. En algunas ocasiones tendrás que salir del clóset, por ejemplo, si tienes que firmar un contrato de arrendamiento y aun no has cambiado legalmente tu nombre o si no siempre eres percibida o percibido de acuerdo con tu identidad de género. Algunos caseros llevan acabo controles de crédito u otras verificaciones lo cual puede sin duda sacarte del clóset ante el casero, lo quieras o no. Encontrar compañeros de piso con los que te sientas cómodo o cómoda puede ser otro factor estresante en la búsqueda de vivienda, y si estás recibiendo asistencia social puede constarte mucho

trabajo encontrar un vivienda a un precio razonable. Las personas trans sin estatus migratorio enfrentaran barreras extras en la búsqueda de vivienda.

Es en parte por estas razones que muchas personas trans se encuentran en situaciones de vivienda precaria e inestable, y lamentablemente existen caseros sin escrúpulos que abusan de su poder y toman ventaja de tu vulnerabilidad. No dejes de revisar el capítulo “Conoce Tus Derechos”, donde podrás encontrar más información sobre cómo lidiar con caseros abusivos y aprender sobre tus derechos como inquilino.

Las personas trans experimentan, como comunidad, un marcado riesgo de indigencia debido a la discriminación que enfrentan al buscar vivienda, trabajo y acceso a los servicios sociales y de salud. Si te encuentras sin vivienda y estás en busca de albergue revisa el capítulo “Espacios Públicos Segregados por Sexo”, además en la sección de “Recursos” encontrarás una lista de organizaciones de arrendatarios.

(Testimonio) Soy una mujer trans de 22 años y me dedico al trabajo sexual. Aunque quisiera encontrar otro trabajo o volver a la escuela, no puedo cambiar legalmente mi carnet de identidad así que estaría forzada a salir del clóset ante extraños...y todos conocemos el final de esa historia. Hace dos semanas me mudé a un nuevo apartamento, y el otro día el portero me preguntó a qué me dedico y empezó a gritarme que no quiere “prostitutas” en su edificio. Yo traté de defenderme y le dije, “tienes que respetarme, soy sexo servidora pero no trabajo en mi apartamento, pago la renta y soy una buena inquilina”. Pero le importó poco lo que yo tuviera que decir así que me dio dos semanas para mudarme. ¿Qué puedo hacer ahora? No tengo adonde ir. Muchos de los albergues para mujeres no me aceptan porque legalmente soy un hombre...así que si no se me ocurre algo estaré de vuelta en la calle para Navidad.

Migración

Las personas trans emigran por muchas razones incluyendo para huir de la violencia o la discriminación, para acceder al anonimato de las grandes urbes, y/o en busca de mayor aceptación y servicios sociales y de salud.

Los emigrantes trans enfrentan distintos retos. Para los emigrantes internos (gente migrando dentro de Canadá y Québec) mudarse a un nuevo lugar sin contactos logísticos y sociales puede ser bastante difícil. Las personas trans que inmigran desde otros países tienen que lidiar con otra serie de problemas. El racismo sistémico y la xenofobia pueden agravar las experiencias de aislamiento, exclusión y violencia individual e institucional de muchos migrantes trans. Los solicitantes de refugio, por ejemplo, tienen acceso limitado a la salud debido al Programa Federal de Salud Interino (IFHP, por sus siglas en inglés). Si tu solicitud de refugio es negada, y no te presentas a tu cita de deportación la Agencia de Servicios Fronterizos de Canadá (CBSA, por sus siglas en inglés) emitirá una orden de búsqueda en tu contra. Vivir sin estatus migratorio te fuerza a la clandestinidad, lo cual aunado al constante miedo de deportación puede ser extremadamente estresante y excluyente. Acceder a los servicios de salud, encontrar grupos y redes de apoyo, acceder a la educación, encontrar trabajo y vivienda es todo mucho más difícil si vives sin estatus migratorio.

(Testimonio) Cuando dejas tu familia, tu casa, tus amigos, tu ciudad, tu país, porque tu vida está en riesgo y vives en constante miedo de ser asesinado simplemente por querer ser quien realmente eres, por querer disfrutar lo que te gusta, por querer vivir tu vida bajo tus propios términos...entonces no te queda más que negar tu identidad y correr. VALIENTE, se convierte en tu segundo nombre.

Sexualidad y Salud Sexual

Aunque mucha gente confunde la identidad de género y la orientación sexual, al igual que todo el mundo las personas trans son parte de toda la gama sexual. Las personas trans pueden ser lesbianas, gay, heterosexuales, bisexuales, etc. Al igual que le resto de la gente, algunas personas trans mantienen la misma orientación sexual durante toda su vida y otras no.

No existen formas correctas o incorrectas para experimentar placer o deseo. Cada persona trans tiene una relación distinta con su cuerpo, y por lo tanto sus niveles de confort y sus límites con respecto al sexo son distintos y dependen de cada cual. Algunas personas trans no se sienten cómodas con los genitales con que nacieron, no experimentan placer sexual con ellos y desean hacerse la Cirugía de Reasignación de Sexo lo antes posible. Algunas otras personas trans se sienten cómodas con su cuerpo, otras experimentan cierta incomodidad pero no les representa un problema. El deseo y la sexualidad se manifiesta de muchas maneras en la comunidad trans, de la misma forma que en las comunidades que son trans.

Debido a que por mucho tiempo la comunidad trans ha sido medicada y examinada por doctores, los medios de comunicación, y la sociedad en general, como personas trans a veces nos resulta difícil sentirnos dueños o dueñas de nuestra propia sexualidad. Si bien es posible que llegues a enfrentar objetivación no deseada, desexualización y fetichismo es importante recordar que tienes derecho a sentirte sexy, deseado o deseada y respetada.

Más allá de tu identidad trans, ciertos exámenes de salud sexual se recomiendan. Por ejemplo, si eres una mujer trans mayor de 50 años (o 40 si existe historial médico en tu familia) es importante que regularmente te hagas exámenes de cáncer de próstata, independientemente de si has tenido Cirugía de Reasignación de sexo o no. Si eres un hombre trans que no ha tenido Cirugía de Reasignación de Sexo se recomienda que te hagas la prueba del Papanicolaou regularmente, porque el riesgo de contraer cáncer cérvico uterino es persistente. Si has tenido una histerectomía y una ooforectomía (extirpación de los ovarios), y el cuello del útero te ha sido retirado, los riesgos disminuyen. Sin embargo, los exámenes ginecológicos se recomiendan a menos que las pruebas de Papanicolaou sean imposibles de realizar debido al cambio anatómico.

Hacerse la prueba del Papanicolaou, el examen de próstata o cualquier otro examen de infecciones de transmisión sexual (ITS) puede ser una experiencia traumática y puede revivir memorias dolorosas. Pero al final de cuentas es tu decisión, y tú mejor que nadie sabes lo que tu cuerpo necesita. Si tienes la información necesaria para tomar una decisión informada depende de ti determinar qué riesgos son aceptables y cuales no, en todo caso nadie debe ser obligado a hacerse la prueba del Papanicolaou o el examen de próstata. Tú eres el único experto y experta de tus propias necesidades y tienes el derecho de tomar decisiones sobre tu cuerpo y tu vida sin tener que lidiar con el juicio o el escrutinio moral de tu médico, tu trabajador social y tus compañeros.

(Testimonio) Fui a ver a un ginecólogo, a uno que no había visto antes, y no tenía idea como reaccionaría ante mí, siendo trans. Lo había estado postergando, no quería ir así que aplazaba las citas. Cuando finalmente llegó la fecha, estaba tan ansioso, ¡que me tomé un trago de whiskey antes de ir! Cada uno hace lo que necesita para darse valor...y decidí pedirle a un amigo que me acompañara. Mi amigo y yo urdimos algunas palabras claves por si necesitaba que él interviniese, o si necesitaba salir de ahí, o si todo estaba bien y yo prefería que mi amigo saliese de la habitación. No fue la mejor experiencia de mi vida pero me sentí reconfortado al saber que mi amigo estaba ahí conmigo, que no estaba solo.

Hijos y Familia

¡Las personas trans también tienen familias! Tal vez tenías hijos antes de decir salir del clóset o talvez has estado pensando en formar tu propia familia. Salir del clóset y explicarle tu identidad a tu pareja o hijos, lidiar con custodia y cortes de familia (que en muchos de los casos no son muy sensibles ante la realidad de la comunidad trans), o tratar de acceder a los servicios de bancos de esperma o agencias de adopción son realidades que muchas personas trans que son padres de familia, o que planean serlo, tienen que afrontar.

Aun con hijos y familias comprensivas los padres de familia trans encuentran muchas barreras. Las personas trans con frecuencia enfrentan obstáculos para establecer relaciones

jurídicas con sus hijos y agregar sus nuevos nombres a las actas de nacimiento de los hijos puede ser un verdadero reto. Algunos maestros pueden ser prejuiciosos y los niños pueden encontrar bastante difícil tratar de explicar el cambio de sexo de sus padres a sus amigos o compañeros de clases.

Dale un vistazo al capítulo “Conoce Tus Derechos”, donde podrás encontrar más información sobre tus derechos respecto a clínicas de fertilización, agencias de adopción y custodia de menores.

(Testimonio) Soy una mujer trans y tengo una hija de 11 años. Salir del clóset no fue fácil, pero me he tomado el tiempo de explicarle quién soy en realidad, y con frecuencia le pregunto cómo se siente con todo esto, y le permito decidir sus propios límites. Hoy en día, después de 9 meses desde mi transición, mi hija está finalmente comprendiendo todo. Incluso piensa que ahora soy mejor de lo que era antes, más radiante, más calmada y en paz conmigo misma. Mi transición ha ejercido una buena influencia sobre ella. Por supuesto cada historia es diferente, pero por el momento las cosas marchan bien para nosotras.

--

Tener un entendimiento holístico de la salud, que incluye todos los aspectos de la vida cotidiana, es el principio clave de esta guía, después de todo la realidad de las personas trans va mucho más allá de tratamientos hormonales y cirugías. Todos los factores mencionados anteriormente determinarán la facilidad con que podrás enfrentar el costo económico y emocional de la transición. Mantén esto en mente mientras lees el resto de esta guía.



Terapia de Reemplazo Hormonal

Si estás leyendo esta sección de la guía es porque estás pensando en empezar la Terapia de Reemplazo Hormonal (HRT, por sus siglas en inglés) o porque ya has empezado con el proceso. Las hormonas sexuales (estrógeno, progesterona y testosterona) son responsables de las características sexuales secundarias y regulan cosas como el vello facial y corporal, el tono de voz, la distribución de la grasa y los músculos, es decir, la apariencia de tu cuerpo.

Algunas personas inician la Terapia de Reemplazo Hormonal tan pronto como inician su proceso de transición, otras esperan años, y otras muchas deciden nunca tomar hormonas ya sea porque así lo quieren, o porque están impedidas por motivos económicos o de salud. Algunas personas trans usan la vía legal para acceder a la Terapia de Reemplazo Hormonal, es decir, realizan la terapia bajo la guía y observación de un profesional de la salud. Sin embargo un incalculable número de personas trans deciden no seguir este camino, o simplemente no pueden conseguir una prescripción hormonal por la vía legal y se deciden por el mercado negro.

Este capítulo te proporcionará información que va desde cómo conseguir receta médica para la terapia hormonal en

Québec, los cambios que experimentarás al iniciar el HRT, hasta cómo inyectarte de forma segura.

Aunque este capítulo contiene una gran cantidad de información sobre HRT, no está de más hablar con otras personas trans sobre el asunto y obtener información directa sobre su experiencia, los foros de discusión en línea, así como los blogs, son una buena herramienta para acceder a más información, también te sugerimos que participes en grupos de apoyo comunitario.

El Acceso a las Hormonas en Québec

En teoría cualquier doctor, autorizado para practicar medicina en Québec puede prescribirte hormonas. Pero en la realidad un gran número de doctores alberga miedos y reservas con respecto a la Terapia de Reemplazo Hormonal para personas trans, así que sólo unos pocos están dispuestos a hacerlo. Tu doctor puede saber muy poco sobre personas trans y es posible que tú seas su primer paciente trans, y por tanto, puede preocuparles el hecho de no ser “expertos” en el campo de la salud trans. En realidad la gran mayoría de doctores son expertos a través de la experiencia y muchos de los que deciden recetar hormonas a las personas trans aprenden de sus pacientes, al igual que a través de la creación de redes de trabajo con otros doctores que realizan un trabajo similar.

A algunos médicos también les preocupa la responsabilidad legal que esto puede implicar, es decir, les preocupa que se les declare legalmente responsables si en algún momento tu cambias de parecer y decides que no deseas continuar con el tratamiento o si a medio camino te arrepientes de haberlo empezado. Sin embargo, tal cambio de actitud es poco frecuente y existen medidas legales que los médicos pueden poner en práctica con el fin de protegerse si decides cambiar de opinión.

Las Hormonas con Prescripción Médica

Un selecto grupo de médicos y clínicas utilizan un modelo de consentimiento basado en el entendido de que nadie está mejor preparado que tú para tomar decisiones sobre tu propio cuerpo en lo que refiere a la Terapia de Reemplazo Hormonal, su responsabilidad se basa en otorgarte las herramientas y la información necesarias para asegurarte de que cuentes con todo lo necesario para tomar las decisiones más adecuadas. Generalmente dentro de este modelo no necesitas una carta de referencia de un profesional de la salud mental (psicólogo, psiquiatra o sexólogo) para poder acceder al HRT. Algunas de las clínicas más avanzadas en el asunto han diseñado e implementado sus propios protocolos de consentimiento para facilitar el acceso de las personas trans a la terapia hormonal. Para averiguar si hay doctores o clínicas cerca de ti que trabajan con este modelo comunícate con tu grupo trans comunitario más cercano o llama ATT(e)Q al 514.847.0067 extensión 207.

Generalmente la gran mayoría de doctores requieren que sigas ciertos pasos antes de empezar con la Terapia de Reemplazo Hormonal.


1) Cómo obtener una carta de evaluación de algún profesional de la salud mental

Mientras que algunos doctores y clínicas siguen sus propios estándares para prescribir hormonas, la gran mayoría sigue las indicaciones de la *World Professional Association for Transgender Health* (WPATH: Asociación Profesional Mundial para la Salud Trans). Los estándares de esta asociación estipulan que cualquier persona que desee iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal debe ser diagnosticada con Disforia de Género. Para obtener este diagnóstico debes acudir a un profesional de la salud mental, si el especialista decide que cumples con los requisitos entonces escribirá una carta de recomendando tratamiento hormonal.


Si desea más información sobre profesionales de la salud que están bien informados en lo que se refiere la salud trans en ASTT(e)Q tenemos una lista con todos los datos de profesionales de la salud y servidores sociales que trabajan con la comunidad trans, así que no dejes de llamarnos al 514.847.0067 extensión 207.

Mientras que el costo de contratar a un profesional de la salud mental puede dificultar el proceso de conseguir una carta de recomendación para iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal y dado que muy pocos profesionales en que trabajan en el sistema de salud público las escriben, ¡no te rindas! Si no puedes darte el lujo de ver a un profesional de la salud mental trata de encontrar otras opciones preguntando a los miembros de tu comunidad que han pasado por el proceso, visitando tus centros comunitarios y grupos de apoyo para las personas trans, el personal y los voluntarios pueden ayudarte a elaborar estrategias y/o encontrar otras opciones.

Consejos de Supervivencia



1- ¡Infórmate! Averigua qué protocolos o normas tu profesional de salud mental está utilizando para determinar si eres o no elegible para HRT. Cuanto más conocimiento tengas sobre el tema, mejor entenderás lo que tu profesional de salud mental espera de ti. Recuerda que tienes el derecho de estar tan informado o informada como te sea posible. Si quieres entender mejor cuáles son los requisitos de elegibilidad del WPATH, visita www.wpath.org/publications_standards.cfm



2- Si ya estás viendo a un profesional de salud mental que está dispuesto a escribirte una carta de recomendación para HRT, pero que no sabe cuáles son los componentes de dicha carta, entonces te recomendamos que le proporciones ejemplos de la carta o que lo dirijas a sitios web u otros sitios de referencia donde podrá encontrar la información necesaria. Para ejemplos de cartas de recomendación para HRT visita: www.santetranshealth.org

2) *Cómo encontrar un doctor que te prescriba el Tratamiento de Reemplazo Hormonal*

Una vez que obtengas tu carta de recomendación, debes encontrar un médico dispuesto a prescribirte el Tratamiento de Reemplazo Hormonal. Comúnmente las personas trans

buscan los servicios de un médico de cabecera o de un endocrinólogo.

Un médico de cabecera, es aquel que trabaja con pacientes con una amplia variedad necesidades y problemas de salud. Pueden trabajar en una clínica privada o a través de un CLSC (Centro Local de Servicios Comunitarios, por sus siglas en francés), en todo caso su trabajo consiste en cuidar la salud general de sus pacientes. Muchos médicos de cabecera ofrecen Terapia de Reemplazo Hormonal como parte de la atención básica. Que un médico de cabecera decida o no prescribir hormonas a una persona trans por lo general depende de su nivel conocimiento respecto a las necesidades de salud de la comunidad trans. Si un médico de cabecera no tiene ningún problema en prescribir HRT a sus pacientes trans pero no se siente seguro de su nivel de conocimiento sobre el tema, tal vez esté abierto a aprender más sobre el tema y prescribir la terapia una vez que se sienta lo suficientemente informado.

Desafortunadamente algunos doctores se niegan a prescribir terapia hormonal a pacientes trans, así que con frecuencia muchas personas trans que desean acceder a servicios de salud específicos para la comunidad trans se ven obligadas a buscar un nuevo médico de cabecera. Varias organizaciones que prestan servicios a la comunidad trans conocen, y pueden recomendarte, médicos de cabecera que tienen experiencia trabajando con personas trans y prescribiendo Terapia de Reemplazo Hormonal. Así que si estás buscando un médico de cabecera puedes empezar por contactar a algunas de organizaciones locales que trabajan con la comunidad trans. Para conocer qué doctores en Québec prescriben, y tienen experiencia con, Terapia de Reemplazo Hormonal comunícate con Trans Health Network (Red de Salud Trans) a través de su correo electrónico: santetranshealth@gmail.com

Aparte de un médico de cabecera el tipo de médico que más probablemente pueda prescribir hormonas es un

endocrinólogo. Un endocrinólogo es un especialista en medicina interna. Tienen conocimiento especializado en funcionamiento hormonal y otros mediadores bioquímicos, que regulan las funciones corporales, y están capacitados para tratar desbalances hormonales.

En su mayor parte, los especialistas requieren que sus pacientes sean referidos por su médico de cabecera antes de hacer una cita, pero técnicamente nada te impide hacer la cita por tu propia cuenta. Québec Medicare (Seguro Médico de Québec) cubre algunos servicios de especialistas, pero comúnmente el período de espera para ver a un especialista es de por lo menos dos meses.



Consejos de Supervivencia

Si tienes un médico de cabecera que desconoce el tema de la salud trans y que se niega a prescribirte hormonas te recomendamos que lo pongas en contacto con algún grupo comunitario dedicado a trabajar con personas trans para que lo orienten y le provean información con respecto al tema. También te sugerimos que consigas una copia de “Taking Charge: A Handbook for Health Care and Social Service Providers Working with Trans People” (Tomando Cargo: Guía para Proveedores de Servicios Sociales y de Salud que trabajan con Personas Trans). Editada por ASTT(e)Q, ponte en contacto con nosotros para recoger u ordenar tu copia.

Una nota de clarificación sobre las Clínicas de Género

Una Clínica de Género es una clínica interdisciplinaria y especializada en asuntos de género, por lo general se encuentran dentro de un hospital. En Montreal la Clínica de Género del Hospital General de Montreal es conocida como la Unidad de Sexualidad Humana. Aunque las Clínicas de Género no ofrecen acceso a terapias hormonales y cirugías in situ su misión es ofrecer tratamiento y asesoramiento relacionadas a la identidad de género, lo cuál incluye, psicoterapia, evaluación y monitoreo hormonal y asesoría para la aprobación de cirugías. Las Clínicas de Género refieren aquellos y aquellas que son aceptados en el programa a un médico de cabecera quien se encargará de la prescripción hormonal una vez que todos los requisitos se hayan cumplido. El costo estimado de realizar el tratamiento

a través de la Clínica de Género de Montreal es de \$3375 al año, este cálculo no incluye el costo de la terapia hormonal, la cirugía o la electrólisis, tan solo incluye el costo de la psicoterapia. En la Clínica de Género toma entre uno y tres años el cumplir con todos los requisitos para iniciar la terapia hormonal.

Algunas personas trans optan por acudir a una Clínica de Género para iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal o para acceder a cirugías de reasignación sexual. Muchas personas trans y algunos profesionales de la salud comparten la opinión de que las Clínicas de Género prestan servicios obsoletos que no cumplen con las necesidades de la mayor parte de la comunidad trans. Por desgracia la Clínicas de Género suelen ser el servicio más ampliamente difundido por servidores sociales y de salud con poco conocimiento de la comunidad trans, muchas personas trans que tienen poco acceso a la comunidad o a información pertinente terminan en Clínicas de Género por ser el primer servicio que encuentran disponible. La mayoría de las organizaciones y grupos comunitarios que trabajan a favor de las personas trans no ven a la Clínica de Género de Montreal como un lugar respetuoso y accesible para la mayoría de las personas trans que buscan la transición física. Si bien durante muchos años la Unidad de Sexualidad Humana fue la única opción disponible en Montreal para quienes buscaban acceder a terapia hormonal o cirugías de reasignación de sexo, hoy en día existen muchas otras opciones con una visión más progresistas y respetuosa de nuestra comunidad.

Cobertura Para Terapia Hormonal

El Seguro Médico de Québec cubre algunas marcas específicas de estrógeno, anti-andrógenos (bloqueadores de testosterona) y andrógenos (testosterona). Las personas trans que no son residentes de Québec tiene que cubrir el costo completo del tratamiento a menos que tengan seguro particular. La legislación de Québec estipula que si no tienes cobertura particular de medicamentos entonces debes registrarte al plan de medicamentos de Québec

(Cobertura Básica de Medicamentos). Para acceder a la Cobertura Básica de Medicamentos debes pagar una prima anual que varía dependiendo en tu edad e ingresos, y puede ser pagada cuando presentes tú declaración de impuestos. Además de la prima anual deberás pagar una pequeña cuota cada vez que llenes una receta médica.

Estás exento de pagar por tus medicamentos si:

- a) estás recibiendo Asistencia Social y se considera que tienes serias limitaciones para conseguir empleo, según lo estipulado por el Gobierno de Québec (en este caso tú cónyuge tampoco está obligado a pagar por tus medicamentos).
- b) Si tienes entre 0 y 17 años de edad, o estás soltero y eres estudiante de tiempo completo entre los 18 y 25 años de edad, y todavía te encuentras bajo patria potestad, según lo definido por el Gobierno de Québec (en este caso, tus padres también deben estar bajo el plan público de Cobertura Básica de Medicamentos).
- c) Eres mayor de 65 años.

Puedes inscribirte al plan de Cobertura Básica de Medicamentos vía telefónica o en persona. Para ello necesitas una tarjeta de Medicare de Quebec. Aquí te dejamos los números telefónicos y la información de los sitios a los que debes acudir para obtener Pharmacare:

- Québec: 418.646.4636 - TTY 418.682.3939
1125 chemin Saint-Louis, Sillery
- Montreal: 514.864.3411
425 de Maisonneuve Ouest, 3rd floor
- El resto de Québec: 1.800.561.9749 - TTY 1.800.361.3939

Hormonas Sin Prescripción Médica

Algunas personas trans deciden tomar hormonas sin prescripción médica por muchas razones, por ejemplo: no ser capaz de encontrar un médico de cabecera dispuesto a prescribir terapia hormonal, o haber tenido experiencias negativas con el sistema de salud y haber perdido la confianza

de que ninguno sea capaz de ofrecer servicios respetuosos y relevantes. Algunas personas trans encuentran dignificante no tener que depender del sistema de salud y el poder conseguir hormonas por su propia cuenta representa para ellos y ellas cierta autonomía e independencia. Todas las razones son validas.

Si estás tomando hormonas sin prescripción o estás pensando hacerlo es importante que te informes bien sobre el tema. Existen varios materiales informativos respecto a tomar hormonas sin asistencia médica, aunque algunas personas trans consideran que sus amigos y su comunidad son la mejor fuente de información al respecto. Es importante que conduzcas una investigación a conciencia sobre las implicaciones de la Terapia de Reemplazo Hormonal para cambio de género, esto te ayudará entender cuáles son los riesgos, los efectos esperados y secundarios, así como dónde y cómo conseguir las hormonas que son más fiables.

Aun cuando muchas personas deciden tomar hormonas sin prescripción médica existen varios riesgos asociados con ello, lo que sigue es un listado de los riesgos que puedes encontrar si decides tomar este camino.

Dosis: cada cuerpo es diferente y las dosis varían dependiendo de los niveles hormonales existentes de cada individuo. Si no cuentas con asistencia médica te será muy difícil determinar la dosis adecuada. Lamentablemente existe el mito de que entre más hormonas tomes más pronto completarás tu transición, esto no es solo completamente falso sino que puede ocasionarte serios daños y además puede resultar contraproducente: en muchas ocasiones cuando se consume estrógeno en exceso el cuerpo reacciona convirtiendo el exceso en testosterona. Lo mismo ocurre si consumes un exceso de testosterona tu cuerpo puede reaccionar convirtiendo el exceso en estrógeno.

Consistencia: Otro dificultad que puedes enfrentar al tomar hormonas sin prescripción médica es mantener la consistencia en el tipo de hormonas que estás tomando. Si estás consiguiendo tus hormonas a través de un traficante muy probablemente el formato y la marca sean inconsistentes, por ejemplo un mes puedes estar tomando hormonas inyectables y al siguiente mes píldoras. Esta inconsistencia puede tener efectos adversos sobre tu cuerpo y puede provocarte estrés emocional. Algunas personas en esta situación ahorran lo suficiente para compran de un tirón una gran cantidad del mismo tipo de hormonas, lo cual puede ayudar a mantener la consistencia por lo menos durante unos meses.

Asegurarte que en realidad estás tomando hormonas: Si estás tomando hormonas sin asistencia médica puede ser bastante complicado asegurarte de que la mercancía que estás comprando es confiable. Las hormonas que compras en la calle o a través del Internet pueden ser fácilmente sustituidas por sustancias parecidas. Por ejemplo, un envase puede ser rellenado sin que tu lo sepas, las hormonas inyectables vienen en frascos de vidrio o jeringas precargadas así que es prácticamente imposible asegurarse de que en efecto lo que estás consumiendo son hormonas. Asesorarte con amigos y conocidos que estén tomando hormonas puede ser de ayuda pero no garantiza nada.

Compartir Jeringas: Muchas personas comparten sus jeringas después de usarlas. Esto no es en lo absoluto recomendable por lo que existen cientos de lugares en Québec en los que puedes conseguir jeringas limpias. Visita la sección de “Recursos” de esta guía para obtener información sobre dónde conseguir jeringas limpias en Québec. Si decides auto-inyectarte no dejes de leer la sección de “Auto-Inyección” en este capítulo, en la página 37, en esta sección encontraras información sobre cómo inyectarse intramuscularmente. Si deseas información practica, los enfermeros y enfermeras

de CACTUS Montreal pueden enseñarte cómo inyectarte de manera adecuada.

Falta de seguimiento: Las personas que reciben el tratamiento hormonal de manera legal cuentan con la asistencia de un médico quien monitorea sus niveles de sangre para asegurarse que los niveles hormonales estén bajo control y que el hígado se encuentre en buen estado de salud. Las personas que toman hormonas si supervisión médica no tiene manera de saber si están consumiendo la dosis adecuada o si inconcientemente están dañando su corazón, sus riñones o su hígado. Por otra parte si tomas una dosis demasiado elevada las hormonas resultan ineficaces.

Tomar la Decisión de Encontrar un Médico de Cabecera

Si deseas empezar a ver a un médico de cabecera es importante encontrar alguno con el que sientas la confianza de informarle de cualquier uso previo de hormonas. En la mayoría de las grandes ciudades hay médicos familiarizados con los problemas de salud de la comunidad trans.

No siempre resulta obvio dónde encontrar un médico en quién confiar, así que te recomendamos que acudas a cualquier organización local que trabaje con personas trans. También te recordamos que leas la versión más reciente del WPATH (el protocolo de salud trans más comúnmente utilizado por profesionales de la salud) ofrece información específica sobre cómo trabajar con personas trans que han tomando hormonas sin supervisión médica. Si has estado tomando hormonas sin prescripción médica y has decidido buscar la asistencia de un médico de cabecera, toma en cuenta que las Normas de Atención a la Salud indican que es aceptable que un médico omita los requisitos “para facilitar el suministro, bajo supervisión, de hormonas de calidad reconocida como una alternativa al uso de hormonas provenientes del mercado negro o sin supervisión”. En otras palabras, si has estado tomando hormonas sin supervisión es posible encontrar

un doctor dispuesto a prescribirte hormonas y a asistirte en el tratamiento. De acuerdo con los estándares del WPATH los médicos de cabecera pueden en ciertos casos prescribir el tratamiento hormonal sin seguir el proceso descrito en la sección “Hormonas Con Prescripción Médica” de este capítulo.

Échale un vistazo a: <http://trannyjunk.com/x/streethormones85.pdf> para información más detallada para mujeres trans que están tomando hormonas sin supervisión médica.

Régimen Hormonal

Las personas en Terapia de Reemplazo Hormonal y en proceso de transición de mujer-a-hombre toman testosterona, coloquialmente conocida como T. La testosterona se administra por vía intramuscular (en el músculo) o subcutánea (en el tejido graso debajo de la piel), pero también es posible encontrarla en su presentación transdérmica (parches o gel) u oral (píldoras).

La Terapia de Reemplazo Hormonal para quienes están en proceso de transición de hombre-a-mujer consiste en dos elementos: anti-andrógenos para suprimir la producción natural de testosterona, y estrógeno para inducir las características típicamente femeninas. Los anti-andrógenos se administran generalmente vía oral (píldoras), el estrógeno está disponible en forma oral y transdérmica (parches, gel o crema). A pesar de que el estrógeno inyectable no está disponible en Canadá, algunas personas lo consiguen en el mercado negro. Una tercera hormona, la progesterona, se vincula directamente con el ciclo reproductivo de quienes nacieron mujeres, sin embargo no es parte del Tratamiento de Reemplazo Hormonal de personas trans en proceso de hombre-a-mujer.

Inyección Segura

Aprender a inyectarse hormonas puede tomar práctica, algunas personas trans prefieren no inyectarse a sí mismas y enseñarle a algún amigo o aun ser querido cómo hacerlo. Si tienes prescripción médica para tu tratamiento hormonal muy posiblemente tu doctor te enseñará cómo inyectarte correctamente. Si consigues tus hormonas en el mercado negro, o si las compartes con tus amigos, posiblemente puedes encontrar a alguien en tu comunidad que te enseñe como inyectarte. A veces los enfermeros en las clínicas comunitarias o CLSC te pueden enseñar como inyectarte. Si no cuentas con una receta médica los médicos y enfermeros, legalmente, no pueden administrarte las hormonas, sin embargo pueden enseñarte como inyectarte a ti mismo, dependiendo claro de que tan cómodos se sientan al respecto y sobre todo de cuáles son las políticas de la clínica. Si hay algún grupo de apoyo a la comunidad trans cerca de ti, probablemente ahí podrás encontrar a alguien que te enseñe como inyectarte.

A continuación te damos algunas instrucciones generales para auto-inyectarte:

Cómo conseguir el equipo: Asegúrate de tener las agujas y las jeringas correctas, las hormonas se inyecta comúnmente por vía intramuscular o subcutánea y por lo tanto requieren un tipo específico de aguja. Debes elegir una aguja lo suficientemente larga para que pueda penetrar en el músculo. Las agujas de una pulgada (1") o pulgada y media (1 ½") son las mejores para la vía intramuscular, y las de media pulgada (½") o cinco octavos (5/8") son las mejores para inyecciones subcutáneas. También debes elegir con cuidado el calibre (grosor) de la aguja, ¡recuerda que entre más pequeño es el número más grueso es el calibre! Gran parte de la gente prefiere agujas de calibre 21-23 para inyecciones intramusculares, y de 25-27 para inyecciones subcutáneas. Pero el grosor que elijas depende de tu preferencia, las agujas

de mayor calibre son más delgadas así que inyectarte te será más fácil y menos doloroso, pero pasar el aceite a través de una aguja delgada puede resultar más difícil. Si las jeringas tienen agujas desmontables puedes utilizar una aguja de calibre menor para sustraer la sustancia, y una aguja de calibre mayor para inyectarte. Independientemente de si tienes o no prescripción médica para tu tratamiento hormonal, puedes conseguir agujas y jeringas en cualquier farmacia y en tu centro de intercambio de jeringas, pero ten en cuenta que la mayoría de los centros de intercambio de jeringas atienden a usuarios de drogas intravenosas y por lo tanto muchas veces no tienen agujas para inyecciones intramusculares. Vale la pena llamar antes para asegurarte de que tienen las agujas que necesitas. Revisa la sección de “Recursos” de esta guía para mayor información sobre centros de intercambio de jeringas de Québec.

No te recomendamos, en absoluto, que compartas tus agujas y jeringas. Pero si no tienes más opción que utilizar una aguja usada, entonces debes tomar en cuenta que las hormonas están suspendidas en el aceite y por lo tanto debes limpiar tu aguja tres veces con agua y jabón, y otras tres veces más con cloro. Sin embargo te recordamos que esto no es recomendable y que no te garantiza prevenir la infección y transmisión del VIH.

Alistándote para inyectarte: Auto-inyectarte hormonas puede resultar estresante, muchas personas tienen rituales que les ayudan a relajarse antes de inyectarse. Tener un amigo o amiga a tu lado puede ser reconfortante, muchas personas incluso prefieren que sea un amigo o amiga quien las inyecte, en todo caso asegúrate de estar en un ambiente limpio, lávate bien las manos, y cerciórate de que tu equipo esté limpio y en buen estado, higieniza el sello del frasco de hormonas con un algodón empapado de alcohol.

Cómo Auto-inyectarse:

1) Gira la aguja con firmeza para asegurarte de que está bien puesta en la jeringa.

2) Jala el émbolo para llenar la jeringa con aire.

3) Mete la aguja en el frasco de vidrio, cerciérate de que la punta esté completamente cubierta con el aceite, empuja el émbolo hacia adentro, jala hacia atrás y saca todo el aceite que necesites (la cantidad suele variar de persona a persona).

4) Decide en qué parte de tu cuerpo aplicarás la inyección, limpia el área con alcohol y deja que se seque. Por lo general las inyecciones intramusculares se aplican en la parte externa del muslo o en los glúteos, ¡ pero recuerda ¡qué no debes inyectarte en los glúteos si tienes silicona! Las inyecciones subcutáneas se aplican generalmente en el brazo la pierna o el abdomen, si te estás aplicando tus propias inyecciones te recomendamos que lo hagas en el abdomen y recuerda que debes rotar tus inyecciones para así darle un poco de descanso a tu cuerpo, por ejemplo entre cada inyección alterna entre el muslo derecho y el izquierdo.

5) Pellizca un poco la piel en la zona elegida.

6) Inserta la aguja en la zona elegida. Si estás efectuando una inyección intramuscular, inserta la aguja en un ángulo de 90 grados, es decir, derechita hacia abajo. Si por el contrario estás efectuando una inyección subcutánea entonces puedes aplicar la inyección en un ángulo de 90 grados si es que puedes pellizcar y levantar por lo menos puedes dos pulgadas de piel en la zona elegida, si solo logras levantar una pulgada o menos, entonces deberás aplicar la inyección en un ángulo de 45 grados.

7) Jala el émbolo antes de inyectarte, si ves sangre en la jeringa saca la aguja y trata otro sitio. Si no hay sangre, todo está listo, ¡aplica la inyección!

8) Empuja el émbolo hacia abajo, inyecta todas las hormonas, jala y saca la aguja.

9) Pon la tapa de vuelta en aguja y deséchala en un contenedor para objetos punzo-cortantes. Puedes conseguir

un contenedor para objetos punzo-cortantes en cualquier farmacia o en los locales de intercambio de jeringas.

Para información más detallada visita www.forge-forward.org/handouts/injection.pdf. En YouTube puedes encontrar vlogs (video blogs) con demostraciones sobre cómo inyectarte. Sin embargo debes tener en cuenta que los vlogs y blogs de índole personal no siempre contienen información médica precisa. Si te estás aplicando la inyecciones por la vía subcutánea, visita: www.drugs.com/cg/how-to-give-a-subcutaneous-injection.html, www.thirdage.com/encyclopedia/subcutaneousinjection-self-injection, or www.ehow.com/how_2205630_give-yourself-subcutaneousinjection.html.

Una Nota Sobre los Bloqueadores Hormonales en los Niños

La pubertad puede ser una época desalentadora para las niñas trans. Si eres un niño o niña trans tienes la opción de retrasar tu pubertad tomando bloqueadores hormonales, esto puede darte el tiempo necesario para decidir si algún día deseas iniciar Terapia de Reemplazo Hormonal. Los bloqueadores hormonales también hacen que tu eventual transición sea más fácil y menos costosa. Por ejemplo, un régimen de antiandrógenos antes de la pubertad podría evitar la necesidad de electrólisis para alguien que busca una apariencia femenina, así como la prevención del desarrollo de los senos podría evitar la necesidad de una doble mastectomía para quienes buscan una apariencia masculina. Otro beneficio es que hay muy pocos efectos permanentes, así que si cambias de opinión puedes detener el tratamiento en cualquier momento y experimentar los cambios previstos en la pubertad.

Si eres menor de 14 años las leyes de Québec estipulan que no puedes tomar decisiones sobre tu cuerpo y/o tu cuidado médico sin el consentimiento de tus padres o tutor, así que si deseas empezar a tomar bloqueadores hormonales debes

contar con el permiso de tus padres o tutor. Si eres menor de edad pero tienes más de 14 años, por lo general estás considerado legalmente capaz de tomar tus propias decisiones respecto a tu cuerpo y salud sexual, sin el consentimiento de tus padres o tutor, y tu privacidad está asegurada, a menos que tu propia seguridad y tu desarrollo estén en riesgo. En la mayoría de los casos los doctores no van a prescribir bloqueadores de hormonas a nadie menor de 18 años que no cuente con el consentimiento de sus padres.

HRT: Cambios Permanentes y Reversibles

Incluso si se lleva a cabo solo temporalmente, la Terapia de Reemplazo Hormonal implica cambios permanentes, así como reversibles. Tener conocimiento y entender los efectos de estos cambios te ayudará a tomar una mejor decisión respecto a iniciar o suspender el HRT.

Debido a que las hormonas tienen un efecto directo sobre tus emociones, muchos de los cambios que experimentarás al iniciar la HRT serán emocionales. Algunos de estos cambios emocionales también suelen ser el resultado de los grandes cambios que la transición implica. Iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal puede ser una experiencia gratificante y dignificante pero no resolverá todos tus problemas. A continuación encontrarás una lista con los cambios permanentes y los cambios reversibles asociados a la Terapia de Reemplazo Hormonal.

Efectos de la Testosterona

Cambios Permanentes:

- Cambio de voz, a un tono más grave
- Incremento y desarrollo de vello facial
- Posible esterilidad
- Posible pérdida permanente de cabello
- Aumento del tamaño del clítoris

Cambios reversibles:

- Pérdida de la menstruación (si ya te sometiste a una histerectomía, entonces la pérdida de la menstruación es permanente)
- Redistribución de la grasa corporal, lejos de las caderas y hacia el abdomen
- Aumento de la masa muscular (especialmente al hacer ejercicio)
- Piel más gruesa y grasa
- Acné
- Cambios en el apetito sexual
- Cambios de humor

Efectos del Estrógeno

Cambios Permanentes:

- Desarrollo de tejido mamario
- Posibilidad de esterilidad
- Disminución en el pene y el tamaño de los testículos

Cambios Reversibles:

- Pérdida de la erección (espontánea y por la mañana), así como dificultad para mantener la erección
- Disminución en el acné
- Disminución o desaceleración de la calvicie
- Piel más suave
- Vello menos notorio
- Disminución de la grasa en el abdomen y redistribución en muslos y glúteos
- Cambios en el apetito sexual

El tiempo que toma para que ciertos cambios sean perceptibles, varía de una persona a otra. Como regla general, muchas personas experimentan la mayoría de los cambios durante los dos primeros años de la transición, sin embargo algunos de los cambios más significativos pueden ocurrir después de los dos años. Es poco probable que

experimentes aumento en tu estructura ósea si aun no has salido de la pubertad. Una vez que tu cuerpo deja de crecer tu estructura ósea dejará de cambiar.

Muchas personas trans que inician el HRT deciden tomar hormonas por el resto de sus vidas, algunas otras dejan de tomar hormonas tan pronto como alcanzan los cambios de apariencia deseados.





La Odisea Quirúrgica

¿Estás pensando en someterte a una cirugía de reasignación de sexo? Esta es sin duda una decisión importante, es posible que toda tu vida has deseado este momento; es posible que no estés seguro o segura de tu decisión por lo tanto te lo estés pensando; o es posible que no tengas ningún interés en dicha cirugía y que te sientas a gusto en tu cuerpo, tal cual es; así como puede ser que las opciones quirúrgicas a tu alcance no cumplan con tus requisitos. Tal vez esta cirugía no es una opción para ti debido a razones de salud, tu condición económica, tu estatus migratorio, o las presiones relacionadas con las normas y expectativas de tu propia comunidad.

Todas y cada una de las diversas realidades de la comunidad trans son legítimas, así que nadie más que tú tiene el derecho de decidir sobre tu cuerpo y sobre tu vida. Sin embargo, si has decidido someterte a la cirugía de reasignación de sexo, toma en cuenta que puede ser un proceso complicado. Si bien muchos de los procedimientos están cubiertos por el Gobierno de Québec existen otras barreras que debes tomar en cuenta. Es tu decisión el someterse a dicha cirugía, pero el sistema determina que los médicos y los profesionales de la salud son los únicos expertos cuando se trata del cuidado de la salud y por lo tanto tienen el poder de permitirte o prohibirte el acceso a la cirugía. Lidar con el sistema de salud puede

ser desalentador, aunque para muchas personas contar con la aprobación médica, válida y fortalece su identidad trans. Fuera del sistema de salud puedes encontrar otros muchos obstáculos, tus ingresos, tu vivienda, tu trabajo, todos son factores que pueden limitar tu habilidad para tomar el tiempo para someterte y pagar por tu cirugía.

El siguiente capítulo te proporciona información sobre cómo acceder a SRS en Québec, te da una idea general de las cirugías disponibles, y te ofrece una serie de consejos para el auto-cuidado después de la cirugía.

Acceso a Cirugías de Reasignación de Sexo en Québec

Obtener acceso a la cobertura del SRS (Cirugía de Reasignación de Sexo, por sus siglas en inglés) por parte del Gobierno de Québec puede ser un proceso largo y burocrático. Dependiendo de tu situación económica, puede tomar un año o más y puede ser verdaderamente frustrante.

Antes de septiembre del 2009 cualquier persona trans que deseaba acceder a cirugías de reasignación de sexo gratuitas, tenía que pasar por el programa de La Unidad de Sexualidad Humana del Hospital General de Montreal. Este programa es una de las muchas clínicas de género que existen en el mundo, y hasta hace poco era considerada la única opciones para la comunidad trans de Québec en busca de tratamiento hormonal y cirugías de reasignación de sexo. Muchas personas trans, así como algunos profesionales de la salud y varias organizaciones comunitarias consideran que la Unidad de Sexualidad Humana presta servicios obsoletos, que no se ajustan a las necesidades de la mayor parte de la comunidad trans de Québec.

A partir del 2009 cambió la manera en que las personas trans pueden acceder a SRS en Québec, hoy en día las cirugías con cobertura gubernamental están a cargo de la

clínica privada *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique du Québec* (Centro Metropolitano de Cirugías Plásticas de Québec), que se encuentra localizada en Montreal. Una vez que cumplan con los requisitos de evaluación siquiátrica, los pacientes pueden presentarse directamente en la clínica. Sin embargo muchas personas trans deciden ir a otra provincia u otro país para someterse a la cirugía, esta decisión puede deberse a que las opciones quirúrgicas disponible en el Centro Metropolitano de Cirugías Plásticas no cumplen con los requisitos y/o necesidades de ciertas personas o por el contrario porque algunas personas trans no cumplen con los requisitos para obtener cobertura. Es importante destacar que esta guía se enfoca en las cirugías de reasignación de sexo financiadas por el Gobierno de Québec.

Si bien el proceso par obtener cobertura a SRS en Québec ha cambiado para bien, está lejos de ser perfecto. Para empezar, no todas las cirugías y procedimientos para la reasignación de sexo están cubiertas por el Gobierno, y aunque no existe un límite en el número de cirugías y procedimientos que el Gobierno puede cubrir, el proceso para obtener la cobertura puede ser largo y desalentador, y aun con la cobertura muchas personas trans batallan para cubrir los costos asociados a la cirugía.

A continuación describimos los pasos que debes seguir para obtener cobertura gubernamental para SRS en Québec.

1) *Toma de Decisiones*: Tomar la decisión personal de someterse a la Cirugía de Reasignación de Sexo, si necesitas apoyo e información en tu toma de decisión ponte en contacto con ASTT(e)Q, o alguna otra organización comunitaria. También es buena idea hablar con amigos y miembros de tu comunidad que han pasado por lo mismo.

2) *Primera carta de evaluación/referencia para la cirugía*: Acude a un profesional de la salud mental (psicólogo, psiquiatra, sexólogo) para que te escriba una carta de

evaluación. Debes asistir a psicoterapia por un mínimo de seis meses antes de que el doctor pueda referirte para la cirugía. Si todavía no estás asistiendo a un profesional de la salud mental y no sabes dónde encontrar servicios que sean respetuosos de tu experiencia trans ponte en contacto con Trans Health Network: santetranshealth@gmail.com

3) *Segunda carta de evaluación/referencia para la cirugía:* Acude a otro profesional de la salud mental para que te escriba una segunda carta, él o ella reafirmaran el contenido de la primera carta y esto posiblemente no tome más de una o tres sesiones.

4) *Certificado de buena salud:* Obtén un certificado de buena salud por parte de un médico general, en el que se establezca que estás en buen estado de salud y listo o lista para la cirugía. No necesitas tener un médico de cabecera para obtener este tipo de certificado, simplemente puedes acudir a una CLSC.

5) *Carta del médico que te prescribe las hormonas:* Obtén una carta por parte del médico que te prescribe las hormonas, esto no es requisito para la doble mastectomía.

6) *Consulta previa a la cirugía:* Haz una cita con la clínica del *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique* y entrega tus cuatro cartas. Esta cita puede tener un costo de entre 50 a 100 dólares, por gastos de administración. Una vez que entregues tus cartas, la clínica va a presentar tu solicitud de cobertura al Gobierno.

7) *Aprobación:* La aprobación para la cirugía te será dada vía telefónica, y el período de espera puede tomar varios meses.

8) *Haz la cita para tu cirugía:* Una vez que la clínica quirúrgica obtenga la aprobación del gobierno puedes reservar una fecha para tu cirugía. Dependiendo de la lista de espera y del tipo de procedimiento al que buscas someterte, tu espera puede ir desde un par de meses hasta un año a partir del momento de tu aprobación.

Ten en cuenta que el proceso para acceder a SRS en Québec está en constante cambio. La comunidad trans y sus aliados han estado abogando para que el Gobierno cubra los costos

asociados con la adquisición de as cartas de referencia para la cirugía. Lo cual haría la cirugía de reasignación de sexo más accesible para quienes tienen bajos ingresos. La séptima edición de las Normas de Atención del WPATH, publicada en el otoño del 2011, aboga por un proceso de transición más fluido y accesible. Para mantenerte al tanto de la cobertura gubernamental para SRS en Québec, visita www.santetranshealth.org



Consejos de Supervivencia

Ir al doctor puede ser intimidante, pero recuerda que abogar por ti mismo o por ti misma no significa que tengas que pasar por todo el proceso a solas. Si tienes una cita médica, pídele a un amigo que te acompañe o quizás alguien de tu centro comunitario pueda acompañarte. También te sugerimos que prepares una lista con tus preguntas y preocupaciones antes de tu cita médica y que trates de informarte lo mejor posible, recuerda que nadie más que tú tiene derecho a tomar decisiones sobre tu cuerpo y sobre todo tienes derecho a ser tratado o tratada con respeto y dignidad.

Las cirugías cubiertas por le gobierno de Québec son: faloplastia, metoidioplastia, vaginoplastia, doble mastectomía con reconstrucción y la histerectomía. Con la excepción de la histerectomía todas se llevan acabo en el *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique*. Los hospitales públicos llevan acabo histerectomías para hombres trans, y tu puedes acceder a ellas a través de los canales regulares. Ponte en contacto con ASTT(e)Q para que te refiramos a una histerectomía.

Barreras de Acceso

Estatus de Residencia de Québec: Desafortunadamente uno de los requisitos de cobertura para el SRS es el ser residente de Québec, lo que significa que para poder acceder a dicho beneficio debes tener estatus de ciudadanía o residencia permanente en Canadá. El estatus de residente de la provincia de Québec se otorga solo a ciudadanos y residentes de Canadá que llevan viviendo en la provincia un tiempo no menor a tres meses. De acuerdo con las normas actuales no puedes ser reembolsado por cualquier cirugía efectuada antes del 2009 o por cirugías llevadas acabo en otras provincias, aunque seas residente de Québec.

Uso de Hormonas del Mercado Negro: Si actualmente estás tomando hormonas sin prescripción médica (hormonas que consigues a través de un amigo o un traficante), puede ser difícil que consigas cobertura para el SRS. Uno de los requisitos indispensables para la mayoría de procedimientos del SRS es tener una carta de referencia por parte del doctor que te prescribe las hormonas.

Peso: El staff de la clínica del *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique* a veces se reusa a efectuar cualquier cirugía a quienes consideran que no tienen un peso saludable, aunque no queda claro cuáles son los parámetros que utilizan para determinar quién tiene y quién no tiene un peso saludable. Si se determina que no tienes un peso saludable, pregúntale al cirujano cuál es tu peso ideal y cuáles son las razones médicas por tal decisión. Es perfectamente posible estar saludable independientemente de tu peso y muchos doctores ridiculizan y refuerzan estigmas de sobrepeso al equiparar la salud general con tu peso. Si te sientes discriminado o discriminada por tu médico, quien se niega a operarte debido a tu peso, llama a ASTT(e)Q donde podrás encontrar apoyo para defenderte contra tal discriminación.

VIH: Si bien durante muchos años las personas trans que viven con VIH no tenían acceso a la cobertura de SRS por parte del gobierno de Québec, las cosas han cambiado y ahora la clínica del *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique* realiza cirugías de reasignación de sexo a pacientes que son VIH-positivos, empero las decisiones se toman dependiendo de cada caso y del estado general de salud del paciente.

Opciones Limitadas: Debido aun acuerdo entre el *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique* y el Gobierno de Québec, las personas trans que desean obtener cobertura para su cirugía no pueden elegir a su cirujano. Esto puede ser un reto, por ejemplo si no te gusta el cirujano que te han

asignado o las técnicas que utiliza no tienes más opciones pues no puedes elegir a tu cirujano.

Tipos de Cirugías de Reasignación de Sexo

Si eres un hombre trans, puedes considerar las siguientes cirugías:

Cirugía de Pecho

La cirugía de Pecho implica la remoción de los senos y la construcción de un pecho de apariencia masculina. Los dos métodos más comunes son el de doble incisión y el de cirugía laparoscópica, aunque existen muchas variaciones de ambos métodos. El método elegido puede variar dependiendo de tu preferencia, la habilidad quirúrgica de tu doctor y tu tipo de cuerpo.

Doble Incisión/Mastectomía Bilateral

- *Candidatos:* Por lo general se realiza en personas con senos de tamaño mediano o grande y con menos elasticidad (dependiendo del tiempo que una persona lleve de tomar testosterona su tejido mamario ira perdiendo elasticidad)
- *Incisión/Cicatrización:* Incisiones largas y horizontales se hacen a través de cada seno, a menudo por debajo del pezón.
- *Pezones:* El pezón es generalmente removido en su totalidad, se recorta y luego se injerta en un zona más alta del pecho para dar una apariencia más masculina.

Desventajas:

- Pérdida de sensibilidad en los pezones
- Pérdida total de los pezones (raramente)
- Cicatrices grandes y pronunciadas
- “Orejas de perro” debajo de las axilas (piel que queda colgando al final de la incisión)

Beneficios:

- Es la manera más eficaz para eliminar el tejido mamario, resultando en un pecho plano
- Y la manera más fácil para cambiar el tamaño y la posición de los pezones
- Las cicatrices pueden ocultarse o disimularse con vello y/o con pectorales bien definidos

Cirugía Laparoscópica

- *Candidatos:* Por lo general se realiza a personas con menor cantidad de tejido mamario y mayor elasticidad.
- *Incisiones/cicatrices:* Las incisiones se realizan por debajo del pezón
- *Pezones:* Los pezones permanecen intactos, y hay una mayor posibilidad de mantener la sensibilidad pero no se cambia el tamaño ni la posición.

Desventajas:

- Potencial flacidez y un pecho no del todo plano
- Ocasionalmente el tamaño y el lugar del pezón pueden resultar indeseables

Beneficios:

- Poca, o ninguna, cicatriz visible
- Mayores posibilidades de conservar la sensibilidad del pezón.

Histerectomía y Ooforectomía

La Histerectomía consiste, generalmente, en la extirpación del útero, cuello del útero, los ovarios y las trompas de Falopio.

A este proceso se le conoce como histerectomía total con salpingo-ooforectomía bilateral. Las histerectomías se realizan por diversas razones, por ejemplo, por motivos de salud general, para disminuir la dosis de testosterona; porque el o la paciente no toman testosterona pero desean

dejar de menstruar; o por razones de reasignación de sexo en la documentación oficial. La histerectomía es actualmente uno de los requisitos para el cambio legal de sexo en Québec.

Existen tres métodos principales para la histerectomía: abdominal, laparoscópica y vaginal. Durante mucho tiempo la única opción disponible era la cirugía abdominal, un método invasivo y que deja una cicatriz de varias pulgadas en el abdomen. Afortunadamente ahora existen otros métodos, las histerectomías del tipo laparoscópico y vaginal resultan menos invasivas y por lo tanto dejan menos cicatrices visibles.

Histerectomía Laparoscópica

Con este método el útero y otros órganos se separan con instrumentos quirúrgicos que se insertan en el abdomen, a través de pequeñas aberturas, que dejan tres o cuatro cicatrices de tamaño poco visible, un centímetro de longitud a lo mucho. Los órganos que se remueven se extraen por la vagina.

Histerectomía Vaginal

En el método vaginal todos los órganos se extraen por la vagina, sin ningún tipo de incisión, por lo tanto este método no deja cicatrices. Los ovarios, las trompas de Falopio y el cuello uterino se retiran al mismo tiempo que el útero, independientemente del método. La eliminación de estos órganos es indispensable para quienes desean someterse a una faloplastia o metoidioplastia.

Cirugía de Reconstrucción Genital

Existen dos opciones principales para cirugía de reconstrucción genital disponible para hombres trans: la faloplastia y la metoidioplastia. Si estás considerando este tipo de cirugía es importante que te informes a conciencia y estudies a detalle las ventajas y desventajas de cada una de tus opciones, tomando en cuenta tus prioridades y necesidades (la función sexual, el costo, el tiempo de recuperación,

cicatrices, tamaño, etc.). Es importante estar bien informado y que te mantengas al tanto de todos los cambios disponibles ya que esta es un área de la medicina que está en constante avance.

El Internet es una herramienta importante para muchos hombres trans, especialmente si estás considerando la cirugía de reconstrucción genital, ahí puedes encontrar foros de discusión y blogs donde chicos trans de todo el mundo intercambian información sobre cirujanos, técnicas quirúrgicas, cuidado post-operatorio, así como beneficios, desventajas y riesgos de cada método. En el Internet también puedes ver fotos con distintos resultados y buscar apoyo y consejo de quienes han pasado por la experiencia. No dejes de visitar la sección de “Recursos” dónde podrás encontrar más información sobre la SRS, así como enlaces directos a diferentes recursos disponibles en línea.

Faloplastia

Este procedimiento consiste en la construcción quirúrgica de un pene, y existen diferentes métodos quirúrgicos pero el más común consiste en utilizar piel del antebrazo para construir el nuevo pene. A través de microcirugía se une a la ingle y los nervios del clítoris, lo cual permite darle sensación. Un injerto de piel, generalmente del muslo, sustituye la piel que se extrajo del antebrazo. La Ureta se alarga para extenderse hasta el extremo del pene, la vagina se cierra y el escroto se crea a partir de los labios mayores. Otros procedimientos incluyen la inserción de un dispositivo de refuerzo (una bomba de solución salina) que se utiliza para tener relaciones sexuales con penetración, e implantes testiculares en el escroto.

Desventajas:

- Cicatrices grandes y pronunciadas en varias partes del cuerpo
- Posible pérdida de sensibilidad en los genitales
- Complicaciones frecuentes

Beneficios:

- Un pene de tamaño adulto
- Posibilidad de penetración

Metoidioplastia

La metoidioplastia es un método menos conocido y consiste en liberar el clítoris ya agrandado por la terapia hormonal, cortando el ligamento que lo une al hueso púbico. El clítoris se alarga para crear un pene de tamaño pequeño. Esta cirugía solo es posible en hombres trans que han estado tomando testosterona como parte de su Terapia de Reemplazo Hormonal, lo que incrementa el tamaño del clítoris. Las funciones sexuales y la sensibilidad no se pierden ya que el clítoris permanece intacto, pero por lo general el órgano resultante no es lo suficientemente grande para la penetración. Esta opción es menos invasiva que la faloplastia, tiene menos complicaciones y deja muy pocas cicatrices visibles. También es posible someterse a una escrotoplastia , o cierre vaginal, aunado a la metoidioplastia así como un alargamiento uretral si desea ser capaz de orinar de pie.

Desventajas:

- Un pene más pequeño que el promedio
- Muy pocas posibilidades de relaciones sexuales con penetración
- Dificultades para orinar de pie

Beneficios:

- No quedan cicatrices grandes
- Se mantiene la función y sensación sexual
- Queda abierta la posibilidad para cirugías adicionales (por ejemplo, la faloplastia)

Si eres una chica trans, puedes considerar las siguientes cirugías:

Aumento de senos/Implantes

El estrógeno que tomas como parte de tu terapia hormonal hace que los senos crezcan, aunque rara vez lo suficientemente grandes así que tienes la opción de los implantes para aumentar el tamaño y la forma de tus senos. Los implantes de solución salina (agua y sal) son generalmente insertados a través de una incisión alrededor del pezón, debajo de la mama o a través de la axila. Revisa fotos de gente que ha recibido implantes de seno para que te des una mejor idea de las diferentes opciones disponibles y para que tengas una imagen más clara de los posibles resultados.

Orquiectomía

La orquiectomía consiste en la extirpación de los testículos, generalmente se lleva a cabo al mismo tiempo que la penectomía (eliminación del pene) y la vaginoplastia (la creación de una vagina), pero a veces se realiza de forma aislada. Muchas veces este procedimiento se lleva a cabo sin una vaginoplastia con el fin de que el paciente pueda dejar de tomar bloqueadores de andrógenos, o para inhibir la producción de testosterona, el escroto que permanece intacto puede ser utilizado en cirugías futuras. Si bien la orquiectomía está generalmente disponible en el sistema público de salud para hombres no-trans, puede resultar difícil para las mujeres trans acceder a este procedimiento así que muchas veces la única opción es un cirujano privado.

Vaginoplastia

Una vaginoplastia es la construcción quirúrgica de una vagina, y generalmente se efectúa al mismo tiempo que la orquiectomía (extirpación de los testículos), y la penectomía (extirpación del pene). La construcción quirúrgica de la vagina incluye la creación de la abertura vaginal, los labios, la uretra y el clítoris, hecho a partir de piel, nervios, vasos

sanguíneos y otros tejidos existentes. El clítoris es creado con parte del glande, los nervios y vasos sanguíneos permanecen intactos y solo una pequeña porción del glande se utiliza para construir el clítoris. La piel del cuerpo del pene se usa para crear la vagina, y el escroto se utiliza generalmente para crear los labios mayores. El procedimiento también implica la separación y el reposicionamiento de la uretra para que la paciente pueda orinar. Las únicas partes que no se utilizan en este procedimiento son los cuerpos cavernosos (las dos esponjas a ambos lados del pene que sirven para crear la erección) y los testículos. Antes de la reconstrucción, el cirujano quema las raíces de vello púbico que quedarán en la parte interna de la vagina después de la cirugía. La vaginoplastia deja cicatrices mínimas, simplemente dos cicatrices verticales que pueden ser fácilmente disimuladas con vello púbico una vez que la hinchazón haya bajado.

Existen varios métodos para efectuar una vaginoplastia y cada cirujano tiene su propio estilo, así que debes pensar cuidadosamente cuales son tus prioridades (profundidad y anchura de la vagina, función sexual, tiempo de recuperación, etc.), habla con tu cirujano al respecto y aclara cualquier duda que tengas antes de someterte a la cirugía. También es buena idea platicar con tus amigas y miembros de tu comunidad que han pasado por el procedimiento o que tienen cierto conocimiento sobre el tema, y para información más detallada, dale un vistazo a: <http://transhealth.vch.ca/resources/library/tcpdocs/consumer/surgery-MTF.pdf>

Aproximación Cricotiroidea (Cirugía de la laringe)

Esta cirugía consiste en apretar las cuerdas vocales, a través de una pequeña incisión sobre la manzana de Adán se colocan suturas en el cartílago con el fin de alterar el tono de tu voz, de bajo a alto. Muchas personas optan por reducir su manzana de Adán al mismo tiempo (reducción de la laringe). Esta cirugía no está cubierta por el gobierno de Québec así que muchas mujeres trans optan por la terapia de voz como

primera opción ya que ha demostrado ser un método exitoso para quien busca cambiar su voz.

Reducción de la Laringe (manzana de Adán)

Esta cirugía busca reducir la apariencia de la manzana de Adán y consiste en rasurar el cartílago de la tiroides que sobresale y de esa manera hacerlo menos visible. Este procedimiento no está cubierto por el Gobierno de Québec.

Otras Cirugías y Procedimientos

- Electrólisis o Depilación Láser
- Cirugía de feminización facial
- Re-contorno de nariz, mandíbula, frente y barbilla
- Implantes de pómulos
- Implantes de pelo

Para más información sobre electrólisis para mujeres trans, visita: www.tsroadmap.com/physical/hair/

En: www.transbucket.com podrás encontrar fotos de diferentes tipos de SRS y conocer las historias y experiencias de personas trans con diferentes cirujanos.

En: transhealth.vch.ca/resources/library encontrarás información más detallada sobre los diferentes tipos de SRS.

Cuidado Post-operatorio

Prepararte para la recuperación física y emocional que sigue a la cirugía puede ayudarte para que tu experiencia sea más manejable. Dependiendo de el tipo de cirugía, y de tu cuerpo, el tiempo de recuperación puede ir de una semana hasta un año. Durante este tiempo es importante que te cuides y que busques el apoyo de tus amigos, familiares y redes de apoyo, si los tienes. Ten en cuenta que muy probablemente necesitarás seguimiento médico, y que no pocas veces existen complicaciones después de este tipo de cirugías.

A continuación te presentamos algunos consejos para que te prepares antes de la cirugía:

- Expresa con franqueza el tipo de ayuda que necesitarás después de la cirugía por parte de tu red de apoyo, ¿necesitas a alguien que te ayude a cambiar el vendaje, alguien que te prepare la comida mientras convalesces, alguien que te lleve a la clínica para cumplir con tus citas de seguimiento? Deja que tus seres queridos sepan lo que necesitas pre-y-post cirugía

Si no cuentas con una red de apoyo, visita los grupos y organizaciones trans de tu localidad, es posible que en estos lugares conozcas nuevos amigos y aliados. El personal de algunas organizaciones puede estar disponible para echarle una mano. (Si te vas a someter a una cirugía de reconstrucción genital en el *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique*, especialmente vaginoplastia, metoidioplastia y faloplastia, es muy posible que pases algunos días en la *House of Convalescence* (Casa del Convaleciente). Ahí encontrarás gente que acaba de salir de cirugía, compartir con ellos tus experiencias puede ayudarte a encontrar el apoyo que necesitas y sobre todo te dará la oportunidad de hacer amigos con personas que están pasando por experiencias similares a la tuya).

- Llena tu despensa antes de la cirugía, y asegúrate de tener una buena dotación de alimentos ricos en hierro (verduras de hojas verdes), proteínas (carne, frijoles, nueces) y alimentos no perecederos (enlatados y congelados). Tratar de ir al supermercado para llenar tu despensa después de la cirugía puede ser bastante complicado.

- Haz una lista de todas las cosas que necesitarás después de la cirugía, esto puede incluir cualquier cosa, desde renta de películas hasta crema lubricante para ayudar a la dilatación después de una vaginoplastia (puedes conseguir esta crema gratuitamente en ASTT(e)Q), vitaminas y remedios homeopáticos que pueden ayudar a estimular tu sanación.

- Haz ejercicio antes y después de la cirugía. No te exijas demasiado pero trata de moverte después de la cirugía tan pronto como tu cuerpo te lo permita: caminar por el pasillo, subir y bajar escaleras, dar la vuelta a la manzana, todo esto puede ayudarte a acelerar tu recuperación, pero recuerda ejercitarte con moderación.
- ¡Mantente informado o informada! Por lo general tu cirujano te dará información detallada sobre qué hacer antes y después de la cirugía. Si por alguna razón no recibes estas instrucciones no dejes de preguntarle a tu médico o enfermera.
- Asegúrate de tener un lugar para convalecer. Si no tienes vivienda estable, esto puede ser un verdadero reto, incluso las cirugías menos invasivas, como la cirugía de pecho, requieren un período de recuperación de por lo menos una semana. Si estás residiendo en un albergue, prepárate con anticipación y trata de conseguir un sitio donde vivir por un plazo más largo.
- Prepárate para ausentarte o dejar tu trabajo. Si estás trabajando es posible que puedas recibir compensación médica a través de *Employment Insurance*, y si tienes seguro médico privado en ciertas circunstancias puedes recibir compensación por tu convalecencia. El proceso de reintegración a tu vida laboral depende del tipo de trabajo que hagas, por ejemplo si te dedicas al trabajo sexual te tomará un buen rato poder efectuar ciertos tipos de actividades sexuales. Si tienes un trabajo de oficina, posiblemente te sea más fácil regresar a trabajar en comparación con aquellos que tienen trabajos de alto impacto.

No dejes de leer el capítulo “Conoce Tus Derechos” para conocer tus opciones en caso de que tu jefe se oponga a darte el tiempo licencia médica que necesitas para la cirugía.

Una Nota Sobre la Silicona

Debido a que muchas de las cirugías de reasignación de sexo para las mujeres trans no están cubiertas por el gobierno, y

dado que son muy costosas, muchas mujeres trans optan por inyectarse silicona. Es tu decisión utilizar silicona a fin de obtener las curvas que deseas en los glúteos, las caderas, los pechos y los muslos, o para agregar volumen a las mejillas y labios.

Existen dos tipos de silicona, industrial (la que consigues en la ferretería) o médica (la que consigues en el consultorio del cirujano). La silicona más comúnmente utilizada para este tipo de procedimientos es la del tipo industrial, y se inyecta por vía subcutánea y en sitios no esterilizados, como puede ser tu propia casa. Toma en cuenta que inyectarse silicona puede tener consecuencias graves para tu salud, puede calcificarse (endurecer) y emigrar a otras partes de tu cuerpo produciendo un efecto no deseado, puede llegar a tus pulmones o torrente sanguíneo y producirte coágulos. El riesgo de infección y transmisión de VIH es alto si te inyectas en un ambiente no esterilizado y si compartes tus jeringas.





Cambio Legal de Nombre y Sexo

Cambiar sus documentos de identificación legal para que estos reflejen más adecuadamente su identidad de género es un proceso importante para muchas personas trans. Cambiar tus documentos significa no verte forzado o forzada a salir del clóset cada vez que deseas comprar cerveza en el dépanneur, postular para un trabajo, abrir una cuenta en la tienda de alquiler de películas o cruzar la frontera. Desafortunadamente el proceso es largo, burocrático y costoso lo cual puede inhibir la facilidad con que puedes cambiar legalmente tu nombre y tu sexo en la provincia de Québec. Lamentablemente tienes que lidiar con un montón de instituciones y cumplir con cualquier cantidad de requisitos antes de poder cambiar tu nombre y tu sexo de manera legal.

El proceso para cambiar legalmente tu nombre y sexo varía enormemente dependiendo de la provincia o el territorio en el que residas. En general, los ciudadanos canadienses pueden cambiar legalmente su nombre únicamente en la provincia o territorio en que residen, y el cambio de sexo (de ‘M’ a ‘F’ o de ‘F’ a ‘M’) a través del *Directeur de l'état civil du Québec* (Director del Registro Civil o “Director of Civil Status”, en inglés), o su equivalente dependiendo del territorio o provincia en al que nacieron.

Una vez que cambies legalmente tu sexo y/o tu nombre deberás cambiar todos tus documentos e identificaciones oficiales por separado (seguro médico, pasaporte, licencia de manejo, etc.), estos cambios no ocurren automáticamente una vez que el cambio de nombre y/o sexo se haya completado, y generalmente tienes que pagar una cuota para cambiar cada una de tus identificaciones.

La realidad es que este puede ser un proceso largo y costoso, en este capítulo describiremos el proceso legal para cambiar tus documentos, aunque la verdad sea dicha, muchas personas trans utilizan métodos distintos y algunas hasta deciden mudarse fuera de Québec ya que la provincia tiene algunas de las leyes más estrictas en Canadá en lo que se refiere al cambio legal de nombre y sexo. Algunas de las personas que han hecho el cambio legal de nombre pero no de sexo logran cambiar algunos documentos (pasaporte y licencia de manejo) argumentando que ha habido un error, pero esto puede resultar en un montón de identificaciones oficiales con información contradictoria, lo cual puede causar complicaciones futuras.

Métodos para el Cambio de Nombre en Québec

La Regla de los Cinco Años

Esta opción está disponible para todo el público, no es una opción específica para personas trans. Para poder acceder a esta opción, la persona debe comprobar que ha estado utilizando su nombre durante al menos cinco años.

Las pruebas pueden incluir cartas de tu lugar de trabajo, escuela o trabajador social, médico de cabecera, algún miembro de tu familia o amigo. También puede incluir facturas, recibos, carnets de identidad, membresías o contratos de renta con el nombre de tu elección. Al menos dos documentos de este tipo deben ser proporcionados por

cada uno de los cinco años , entre más pruebas presentes más fácil te será lograr el cambio de nombre.

Si obtienes el cambio de nombre a través de este método, el nombre que elijas será agregado delante de tu nombre de nacimiento en tus documentos oficiales. Tu nombre de nacimiento permanecerá en tu acta de nacimiento, sin embargo otros documentos como tu tarjeta de seguro social y licencia de manejo pueden ser emitidas con tu nuevo nombre.

La regla de los cinco años también incluye publicar tu solicitud de cambio de nombre en la *Gazette Officielle du Québec* (Gaceta Oficial de Québec), y en el periódico local de tu elección.

Método Específico para la Comunidad Trans

En el 2006 el *Directeur de l'état civil du Québec* implementó una serie de nuevos criterios para cambio legal de nombre específicos para transexuales. Bajo estos criterios la persona debe presentar los siguientes documentos para obtener el cambio legal de nombre:

- Una carta firmada por un psiquiatra o psicólogo, donde se dé constancia de su transexualidad (aunque este es un requisito establecido por el *Directeur de l'état civil du Québec*, algunas personas han conseguido el cambio legal de nombre presentando cartas firmadas por su médico de cabecera o sexólogo).
- Pruebas de los cambios físicos a los que la persona se está sometiendo para lograr la apariencia del sexo deseado, por ejemplo documentación de la terapia hormonal o cualquier cirugía de reasignación de sexo, aunque en algunos casos una fotografía donde se muestre los cambios en su apariencia y presentación puede ser suficiente.
- Prueba de que han utilizado su nuevo nombre por lo menos durante un año, por ejemplo una carta de tu lugar trabajo, escuela, trabajador social, médico de cabecera, familia o

amigos, así como facturas, recibos y otros documentos en su nuevo nombre.

De acuerdo con quienes han pasado por este proceso, este método es un poco inconsistente y varía de persona a persona, por ejemplo, algunas personas han conseguido cambiar su nombre sin tener que comprobar su transición física. Debido a que no hay información concreta sobre este método publicada en el Internet, y dado que no es una política oficial, es difícil saber exactamente cuáles son los requisitos, o si han cambiado y por lo tanto es prácticamente imposible responsabilizar al *Directeur de l'état civil du Québec* cuando los requisitos son inconsistentes.

En todo caso el *Directeur de l'état civil* ha declarado que el nuevo nombre reemplazará a los nombres anteriores en todos los documentos oficiales, incluida el acta de nacimiento, sin embargo muchas personas trans han encontrado que su nuevo nombre simplemente ha sido añadido al nombre anterior. Este método también implica la publicación de tu solicitud de cambio de nombre en la *Gazette Officielle du Québec* al igual que en la sección de anuncios clasificados del periódico local de tu elección, al menos que el publicar está información represente un riesgo para tu seguridad.

Cambio de Nombre con Cambio de Sexo

Si el o la solicitante cumple con los requisitos para cambio de sexo entonces automáticamente se le otorga el cambio de nombre. Para cumplir los requisitos un hombre trans debe haber tomado hormonas y haberse sometido a una histerectomía, y una mujer trans debe haber tomado hormonas y haberse sometido a una vaginoplastia. A diferencia de la “regla de cinco años” (descrita más arriba), obtener el cambio de nombre a través de este método implica la sustitución total de los nombres anteriores en todos los documentos e identificaciones oficiales, incluida el acta de nacimiento.

La Solicitud del Cambio de Nombre y Sexo en Québec

Las solicitudes de cambio de nombre y sexo en Québec son procesadas por el *Directeur de l'état civil*, los requisitos generales son:

- a) La ciudadanía canadiense
- b) Al menos 12 meses de residencia en Québec

El primer paso en el proceso de cambio de nombre es llenar la “solicitud para un análisis preliminar de cambio de apellido o nombre” y enviarla al *Directeur de l'état civil*. Esto no tiene ningún costo y la solicitud puedes descargarla vía Internet en: <http://www.etatcivil.gouv.qc.ca/publications/FO-12-04-request-preliminary-analysis-modification-surname-first-name.pdf>

La solicitud para cambio de sexo no está disponible en el Internet, para conseguirla debes llamar o asistir al *Directeur de l'état civil*.

Los números telefónicos de *Directeur de l'état civil du Québec* son:

- Québec: 418.643.3900
- Montreal: 514.864.3900
- El resto de Québec: 1.800.567.3900 1.800.361.9596. (TTY)

Una vez que el *Directeur de l'état civil* reciba tu solicitud de “análisis preliminar”, te enviarán la guía y la solicitud para el cambio de nombre, el costo total para esta segunda parte del proceso va de \$300 a \$400 dólares. Esto incluye los servicios administrativos y la publicación en la *Gazette Officielle du Québec*, lo que quiere decir que no tendrás que pagar todo de un tirón.

Una Nota Sobre las Exenciones de Publicación

El *Directeur de l'état civil* requiere que publiques un aviso sobre tu cambio de nombre en la *Gazette Officielle du Québec* y en la sección de anuncios clasificados de el periódico local de tu elección. Ambos anuncios, titulados “*Changement de nom d'un personne majeure,*” deben publicarse una vez por semana durante dos semanas consecutivas.

Para muchas personas trans el requisito de publicación es muy estresante, e incluso puede llegar a ser visto como un impedimento. Generalmente esto tiene que ver con el temor ser sacado o sacada del clóset y la posibilidad de discriminación y violencia. El *Directeur de l'état civil* de vez en cuando concede exenciones a quienes expresan temor de que la publicación de su cambio de nombre los ponga en riesgo. Aunque a veces una carta describiendo los peligros asociados con la transfobia puede ser aceptada como razón suficiente para otorgar una exención, la mayoría de las veces la solicitud de exención debe ser más específica. El *Directeur de l'état civil* será más receptivo si presentas ejemplos más específicos de la violencia y el acoso que puedes enfrentar si tu solicitud de cambio de nombre es publicada.

A veces el tener a alguien que abogue a tu favor puede ser de mucha ayuda. En otras palabras, el *Directeur de l'état civil* estará más dispuesto a aceptar tu solicitud si tu trabajador social o tu médico, etc., escriben una carta a tu favor, describiendo los riesgos que puedes enfrentar si tu solicitud de cambio de nombre se hace pública.

En todo caso o tienes que publicar tu solicitud de nombre en el periódico de tu vecindario o un periódico de alta circulación en tu área. Si la exención te es negada, tienes la opción de publicar tu solicitud de cambio de nombre en un periódico de poco alcance que se publique en cualquier otro vecindario, así el riesgo de que tus vecinos y conocidos sepan de tu solicitud es mínimo. Sin embargo debes publicar

tu solicitud de cambio de nombre en el distrito judicial en el que vives, es decir si vives en *Plateau*, puedes publicar tu anuncio en el periódico local de *Montreal East* (pero no en *Longueuil*). Para averiguar cuál es el distrito judicial en el que vives visita: www.justice.gouv.qc.ca/english/recherche/district-a.asp. Esta opción puede resultar ineficiente para quienes viven en ciudades pequeñas o en zonas rurales, donde solo existe un periódico local o regional.

Una Nota Sobre las Tarjetas de Residencia Permanente

Las tarjetas de residencia permanente (PR Card) son otorgadas por el Gobierno Federal, por lo tanto si eres residente permanente y no deseas esperar hasta conseguir la ciudadanía para cambiar tu nombre, entonces deberás lidiar con *Citizenship and Immigration Canada*.

El proceso para cambiar tu nombre en tu PR Card en la provincia de Québec es un círculo vicioso. *Citizenship and Immigration Canada* estipula que quien desee cambiar su nombre en su PR Card, primero debe cambiar su nombre en la provincia en la que reside. Dado que uno de los requisitos para cambio de nombre en Québec es la ciudadanía canadiense, resulta imposible para los residentes permanentes cambiar su nombre en Québec. Así que algunas personas resuelven este problema mudándose a otra provincia donde la ciudadanía no es requisito para el cambio de nombre.

Y aunque no puedes cambiar tu nombre en tu PR Card si puedes cambiar tu sexo. Para lograr esto debes probar que te has sometido a la cirugía de reasignación de sexo (SRS)* proporcionando una carta de tu cirujano testificando que has completado la cirugía. También necesitaras una segunda carta de alguien que te conozca y que pueda testificar sobre tu identidad, esta persona puede ser un amigo, un familiar, un colega, tu médico de cabecera o trabajador social.

Para mayor información visita la página web de *Citizenship and Immigration Canada*: www.cic.gc.ca y busca el documento ENF 27 sobre PR Cards. La información referente a cambios de nombre y sexo se encuentra en el Apéndice F de dicho documento.

*El Gobierno de Québec otorga cobertura para los residentes permanentes que desean someterse a la cirugía de reasignación de sexo. Échale un vistazo al capítulo “La Odisea Quirúrgica”, donde encontrarás más información sobre cómo acceder a las SRS en Québec.



La Transición y VIH

Ya sea que llevas años viviendo con VIH, que recientemente has sido diagnosticado o diagnosticada, que tengas miedo de hacerte la prueba o que no quieras ir en absoluto, o que tengas amigos o conocidos que son VIH Positivos, este capítulo es para ti. Hablar de VIH, seas positivo o no, puede resultar estresante, ya que puede avivar muchas emociones dado que el VIH ha tenido un gran impacto sobre la comunidad trans. Sin embargo es importante hablar sobre el tema, abrirse al dialogo y exponer los temores que rodean al VIH en nuestras comunidades. En está sección te presentamos conocimientos básicos sobre el VIH así como las necesidades de las personas trans que viven con VIH.

Muchas organizaciones de base de la comunidad trans que se enfocan en la promoción de la salud tienen su origen en la lucha contra el VIH. ATTS(e)Q comenzó como un grupo de apoyo para mujeres trans que viven con VIH y de ahí pasó a ser un grupo de defensa y apoyo para la comunidad trans. A través de la historia las personas trans han encontrado maneras para defenderse y apoyarse a sí mismas y luchar contra el estigma y la “serofobia” dentro y fuera de sus comunidades.

El Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), es un virus que ataca tu sistema inmunológico, impidiendo que tu cuerpo sea capaz de defenderse contra enfermedades de cualquier tipo. Si tu sistema inmunológico se debilita entonces se vuelve vulnerable a otro tipo de infecciones conocidas como infecciones oportunistas. Si tu sistema es atacado por alguna de estas infecciones entonces se considera que tienes SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida). El VIH se transmite a través de la sangre, el semen, fluidos vaginales y la leche materna. Pero no se transmite a través del beso, apretones de mano o compartir comida con alguien que es VIH positivo. Aunque aun no existe cura, las personas que son VIH Positivas pueden vivir una vida larga y saludable gracias a los tratamientos disponibles hoy en día.

Discriminación por VIH

El estigma por VIH, la discriminación y la “serofobia” aun persisten en nuestra sociedad, no tan solo debido a la falta de información correcta sobre transmisión y las opciones disponibles para el tratamiento, sino que también porque la gente sigue asociando el VIH con actividades y comportamientos poco aceptados socialmente, como son el trabajo sexual, la homosexualidad y el consumo de drogas.

El estigma por VIH, la discriminación y la “serofobia” pueden presentarse de muchas maneras, un ejemplo, comúnmente encontrado en el sistema de salud, es cuando un médico se reusa a prescribir hormonas a un paciente porque este o esta son VIH positivos, o un cirujano que se niega a efectuar una cirugía de reasignación de sexo por la misma razón. Este tipo de discriminación también puede encontrarse dentro del gobierno canadiense y en el ámbito político. Muchas veces la residencia permanente o la ciudadanía les son negadas a quienes viven con VIH, bajo pretexto de que su cuidado médico puede representar un gasto excesivo para el Estado, como lo establece la Ley de Protección de Inmigración y

Refugiados (*Immigration and Refugee Protection Act*). El estigma y la discriminación también pueden encontrarse dentro de la comunidad trans, por ejemplo la divulgación, el chismorrear o juzgar el estatus de VIH positivo de otra persona son todas actitudes “serofóbicas”, que crean divisiones en nuestra comunidad. Hablar abiertamente y desafiar la discriminación y el estigma por VIH en la comunidad trans es una forma efectiva de luchar contra la “serofobia”.

Médicamente, el tener VIH no es razón para negarte el acceso a servicios de salud. De acuerdo con la Declaración de Derechos y Libertades Humanas de Québec, el VIH es considerado una discapacidad, por lo tanto cualquier discriminación basada únicamente en tu condición de VIH-Positivo viola la Declaración de Derechos Humanos de Québec. La WPATH (World Professional Association for Transgender Health), compuesta por psiquiatras, endocrinólogos, cirujanos y otros profesionales de la salud que trabajan con la comunidad trans, ha declarado en su Normas de Atención que “no es ético negar el acceso a cirugías o a terapia hormonal solo porque el paciente tiene VIH o Hepatitis B o C, etc.” Así mismo el Código de Ética de Québec estipula que un médico “no puede negarse a examinar o tratar a un paciente solo por razones relacionadas con la deficiencia o enfermedad del paciente, o por motivos de raza, color, sexo, embarazo, estado civil, edad, religión, origen étnico o de nacionalidad, condición social, orientación sexual, convicciones políticas y/o morales o lenguaje. El médico puede, sin embargo, remitir al paciente a otro médico si lo considera en beneficio del paciente.” Básicamente no es ético negar servicios solo porque la persona tiene VIH.

Desafortunadamente, a pesar de ser considerado poco ético y una violación a los derechos humanos de los residentes de Québec, a muchas personas les son negados servicios solo por su estatus de VIH, y es algo que ocurre todos los días. Si bien las cuestiones relacionadas con el VIH son importantes para

tomar ciertas decisiones médicas, muchas veces la referencia a estás se utiliza para ocultar los temores y el estigma que rodean al VIH. Debido a la relación de poder que existe entre médicos y pacientes, es difícil saber a ciencia cierta cuándo un doctor está expresando preocupaciones validas o cuándo está siendo discriminatorio.

En todo caso vivir con VIH no significa que no puedas vivir, soñar, viajar, enamorarte o sentirte sexy. Ser VIH Positivo no te impide comenzar con la Terapia de Reemplazo Hormonal o someterte a la cirugía de reasignación de sexo.

En la sección de “Recursos”, localizada al final de esta guía encontrarás una lista de servicios, recursos y organizaciones de Québec dedicados al VIH/SIDA.

Factores de Transmisión del VIH

Los índices de VIH son muy altos en algunas comunidades trans, y estás son algunas de las zonas:

- *Intercambio de Jeringas*, ya sea para uso de drogas o para suministrar hormonas. En todas las farmacias de Québec se pueden conseguir agujas limpias, aunque muchas farmacias no tienen agujas para inyecciones intramusculares. Si estás tomando hormonas sin prescripción médica es muy posible que tengas dificultades para acceder a agujas limpias. Aquí encontrarás una lista de lugares donde puedes adquirir jeringas limpias: <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2009/09-312-01.pdf>. Llama con anticipación para asegurarte de que tiene el equipo que buscas, especialmente si necesitas agujas intramusculares.

Si te resulta imposible conseguir jeringas limpias o si a pesar de todo decides compartir tus agujas, recuerda que las hormonas están suspendidas en aceite así que debes limpiar tu jeringa tres veces con jabón y agua fría y tres veces con cloro. Esto no es recomendable y no hay ninguna garantía de

que con esto podrás prevenir la infección y transmisión del VIH, y tampoco te protege en contra de la Hepatitis C.

- *Falta de información relevante acerca de la sexualidad de las personas trans.* Muchas de las organizaciones que trabajan en contra del VIH/SIDA carecen de información aplicable a la comunidad trans y muy pocas veces trabajan con la comunidad trans para crear materiales informativos relevantes para las personas trans. En muchos de los materiales existentes para la prevención del VIH y para la promoción de la salud sexual se utiliza un lenguaje que resulta alienante para los lectores trans.

- *Baja autoestima,* especialmente en lo referente a relaciones y sexo. La baja autoestima puede dificultar que expreses tus deseos, así como tu incomodidad, o que sugieras prácticas sexuales más seguras. Lidar con relaciones sexuales no siempre es cosa fácil, las definiciones e interpretaciones del “sexo seguro” varían de una persona a otra, y a veces uno no puede practicar lo que en nuestra opinión es sexo seguro. Si bien puede ser difícil encontrar la seguridad necesaria para hacer respetar tus necesidades, toma en cuenta que todo el mundo merece que se le respeten sus necesidades y cuando logras verbalizar lo que necesitas es posible tener experiencias positivas.

- *Falta de acceso a servicios de salud competentes y respetuosos.* El miedo de ser maltratado o maltratada o de experimentar discriminación puede hacerte reacio a buscar servicios de salud. Tal vez te niegas a hacerte la prueba del VIH y otras ITS porque no has encontrado una clínica o un doctor que te trate con respeto y donde tu identidad trans sea validada.

- *Invisibilidad en la investigación del VIH/SIDA,* que a menudo se niega a considerar las experiencias de la comunidad trans. Las mujeres trans, por ejemplo, se agrupan en la categoría de ‘hombres que tienen sexo con hombres’ (MSM, por sus siglas en inglés), a pesar del hecho de que son mujeres y no necesariamente tienen sexo con hombres. Así que este tipo de investigación oculta la realidad de las personas trans, dado que la investigación determina que materiales informativos se

crean y hacia dónde deben ir los fondos económicos para la prevención del VIH/SIDA, la comunidad trans generalmente se encuentra en desventaja pues su realidad no se encuentra representada en dichas investigaciones.

- *Las leyes sobre el trabajo sexual* hacen que sea difícil para la gente en la industria trabajar en un ambiente seguro. Mientras que los trabajadores sexuales suelen tener estrategias para protegerse a sí mismos, las leyes a veces hacen imposible el poder trabajar libre de riesgos. Todo esto hace que sea más difícil crear materiales informativos sobre prevención de VIH que sean respetuosos y que validen la realidad de los trabajadores sexuales.

El VIH y la Revelación

Revelación significa decirle a una persona que eres VIH positivo, y esto puede ser un proceso difícil, ya sea que reveles tu estatus a tu doctor, tus seres queridos parejas sexuales. Si necesitas ayuda para decidir si quieres revelar tu estatus o cómo te gustaría hacerlo, te aconsejamos que hables con alguien de confianza o que te pongas en contacto con ASTT(e)Q al 514.847.0067 extensión 207

Las leyes en torno al VIH y la revelación son ambiguas y cambian constantemente. En Canadá la ley no te obliga a revelar tu estatus a tu médico, y muchas organizaciones profesionales establecen en sus códigos éticos que a nadie le deben ser negados la asistencia y servicios médicos debido a su estatutos de VIH, así como a su decisión de no hacerse la prueba del VIH.

Sin embargo es importante recordar que la legislación canadiense actual estipula que las personas VIH positivas tiene la obligación de revelar su estatus cuando practican actividades que representan un “riesgo significativo” de transmisión, de no hacerlo así corren el riesgo de enfrentar cargos criminales.

Dado que los médicos normalmente toman varias precauciones cuando tratan a cualquier paciente, así que revelar o no tu estatus de VIH positivo no tiene ninguna implicación legal. En la mayoría de los casos, quienes han enfrentado cargos criminales ha sido por no haber revelado su condición de VIH positivos a sus parejas sexuales. Hasta el momento no ha habido casos de criminalización a pacientes que no revelaron su condición de VIH+ a sus doctores.

Para mayor información respecto a la criminalización del VIH en Canadá visita la página de Canadian HIV/AIDS Legal Network: <http://aidslaw.ca>

La Terapia Hormonal y el VIH

El ser VIH+ no se contrapone a recibir Terapia de Reemplazo Hormonal, lo cual quiere decir que el tener VIH no es razón para que tu médico se niegue a continuar o iniciar la terapia hormonal. Sin embargo, existen ciertos riesgos y algunos medicamentos para el VIH pueden impedir la eficacia de la terapia hormonal, por ejemplo combinar algunos de estos medicamentos con estrógeno puede revertir la feminización esperada si estás en terapia hormonal a base de estrógenos. Infórmate lo mejor posible y habla con tu doctor al respecto.

El caso es que si bien tener VIH no representa ningún riesgo para la terapia hormonal, la combinación de ciertos medicamentos con hormonas puede causar resultados adversos. Lo mejor es encontrar profesionales de la salud con experiencia en el tema, o pedirle a tu doctor que consulte con aquellos con mayor experiencia o con clínicas que trabajan con pacientes trans que viven con VIH, por ejemplo Tom Waddle Clinic tiene información disponible sobre el tema en el siguiente enlace: www.sfdph.org/dph/comupg/oservices/medSvs/hlthCtrs/TransGendprotocols122006.pdf

Al fina de cuentas, nadie mejor que tú para tomar decisiones con respecto a tu salud. Esto quiere decir que si estás cabalmente informado o informada de los riesgos, complicaciones, los efectos permanentes e irreversibles de la terapia hormonal, así como de las complicaciones que puedes tener al combinar tu terapia hormonal con tu tratamiento para VIH nada te impide iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal. Por desgracia muchos médicos no utilizan este precepto, así que si eres VHI+ y no has podido encontrar un médico que te prescriba hormonas ponte en contacto con ASTT(e)Q al 514.847.0067 extensión 207 o cualquier otro grupo u organización local que abogue por los derechos de las personas trans y/o personas que viven con VIH.

La Cirugía y el VIH

Como se mencionó anteriormente, las Normas de Atención del WPATH estipulan que no es ético negar atención médica a pacientes trans por el simple hecho de tener VIH. Sin embargo el ser VIH positivo puede tener un impacto negativo en tu recuperación si decides someterte a una cirugía de reasignación de sexo, esto puede aumentar el riesgo de infecciones oportunistas. Algunos doctores pueden determinar tu elegibilidad basados en si tienes:

- a) Historial de infecciones oportunistas
- b) SIDA
- c) Un recuento de CD4 por encima de 200
- d) Réplicas virales inferiores a 600

A pesar de todo lo mencionado anteriormente, ha habido ocasiones en que algunos cirujanos se han negado a proporcionar cirugía de reasignación de sexo basados únicamente en la condición de VIH del paciente, lo cual es considerado poco ético y representa una violación a la Declaración de Derechos y Libertades Humanas de Québec.

Si esta es tu situación, la única opción que tienes es presentar una queja ante la Comisión de Derechos Humanos.

En el *Centre Métropolitain de Chirurgie Plastique* la elegibilidad para SRS para pacientes VIH+ se determina en base a cada caso, dependiendo el estado general de salud del paciente.





Espacios Públicos

Segregados por Sexo

El sexo es una condición biológica que se utiliza para establecer la diferencia entre los cuerpos de las personas, y generalmente se asigna al nacer. El género es como la gente se identifica a sí misma, independientemente del sexo anatómico las personas pueden identificarse como hombre, mujer o en algún punto intermedio. Gran parte de nuestra sociedad está segregada por el sexo, muchas de las personas no-trans pueden pasar la vida entera sin tener que preocuparse demasiado al respecto pero para la comunidad trans los espacios públicos segregados por el sexo son con mucha frecuencia espacios de discriminación y exclusión.

En el más común de los espacios segregados por el sexo, el baño público, las personas trans a menudo experimentan miradas confusas, la sugerencia de que están en el lugar equivocado e incluso acoso descarado. Tal vez te suceda que te sientes ansioso o ansiosa cuando tienes que usar los baños públicos pues temes una agresión. Si encontrar un baño público te resulta difícil, encontrar un albergue para mujeres lo es mucho más, pues estos servicios rara vez cuentan con personal familiarizado con la realidad y necesidades específicas de la comunidad trans, y casi nunca tienen recursos disponibles y relevantes para nuestra comunidad, además si debido a esto un albergue le niega el servicio a una persona trans esto

significa que esa persona no tiene más opción que volver a la calle. Las cárceles son otro ejemplo de lugares segregados por sexo que gran parte de nuestra comunidad tiene que navegar debido a que la comunidad trans está sobre representada en el sistema penitenciario. Los presos no tienen más remedio que ser encarcelados de acuerdo con su sexo anatómico, por lo tanto las personas trans que se encuentran en prisión tienen muchas dificultades para acceder a servicios médicos pertinentes y respetuosos de su realidad.

En este capítulo expondremos brevemente como acceder servicios segregados por sexo en Québec. También se trataremos del encarcelamiento y segregación por sexo en las prisiones y centros de detención para inmigrantes, así como qué tipo de servicios de salud tienes derecho a recibir cuando te encuentras detenido o detenida en estos lugares.

Baños y Vestidores

Los baños y los vestidores públicos son en su mayoría lugares segregados por sexo, y dado que son de uso tan común resulta difícil evitarlos, por lo tanto el uso cotidiano de estos espacios, y la atención que esto puede acarrear a tu persona, puede hacerte sentir que tu identidad de género es deslegitimada con tanta frecuencia como utilizas estos espacios. Cada persona trans tiene su propia manera de hacer frente a los baños y vestidores públicos, algunas personas hacen una lista mental de los restaurantes, cafés y tiendas que cuentan con baños unisex, otras se arman de valor y entran en los baños públicos sin mirar a nadie y hasta tienen planes de acción en caso de enfrentamientos. Otras personas prefieren aguantarse hasta que llegan a casa o sitios donde se siente a salvo de la transfobia.

Visita: www.safe2pee.org , una página con una base de datos de todos los baños unisex en Norteamérica, y donde tienes la

oportunidad de agregar información sobre los baños unisex que conozcas o que vayas descubriendo.

Albergues

Un número alarmante de personas trans vive en la pobreza y/o en la calle. Desafortunadamente las organizaciones y servicios creados para ayudar a las personas que viven en pobreza extrema a menudo excluyen a las personas trans, al negarles los servicios que necesitan o al obligarlos a utilizar servicios de acuerdo a su sexo anatómico sin respetar su identidad de género, por ejemplo las mujeres trans en muchas ocasiones son obligadas a alojarse en albergues para hombres.

Algunas personas trans lidian con el aislamiento social y el trauma mediante el uso de drogas y alcohol, y quienes deciden dejar de consumir drogas y alcohol y someterse a programas de rehabilitación enfrentan el hecho de que los centros de rehabilitación y desintoxicación son también espacios segregados por sexo. Las políticas de admisión y privacidad en estos centros tienden a ser similares a la de los albergues, es decir, raramente tienen estatutos específicos para responder a las necesidades de la comunidad trans y por lo tanto el acceso se otorga dependiendo de cada caso. Así que como sucede con los albergues tu alojamiento en estos espacios será determinado por el género que aparece en tus documentos e identificaciones oficiales. Las reglas de privacidad (habitación, ducha, baños) varían dependiendo de cada establecimiento, entonces te recomendamos que llames y averigües cuáles son las reglas particulares del centro al que deseas ingresar, o si lo prefieres puedes pedirle a un amigo de confianza o a tu trabajador comunitario que hagan las indagaciones en tu nombre.

Si has tratado de acceder el sistema de albergues en Québec, estás consciente de las muchas barreras que existen para

obtener un servicio tan esencial como la vivienda. Si vives en la calle o estás tratando de huir de una situación de violencia, muy probablemente tendrás que lidiar con el sistema de albergues. Si es así seguro que tienes muchas preguntas sobre las normas de admisión y privacidad, a continuación te presentamos información específica sobre como acceder al sistema de albergues de Québec y también te proporcionamos algunas herramientas de sobrevivencia para ayudarte a lidiar con los albergues.

Admisión e Ingreso

Algunas ciudades como Toronto y Nueva York tienen políticas que garantizan el acceso de las personas trans a los albergues de acuerdo con su identidad de género, sin importar el sexo indicado en sus documentos oficiales. Desafortunadamente Montreal no tiene este tipo de políticas y lo mismo sucede con la provincia entera, en Québec cada albergue tiene sus propias reglas de admisión, y en la mayoría tu identidad de género es de poca relevancia y por lo tanto se te otorgará alojamiento de acuerdo al sexo indicado en tus documentos oficiales. Por lo general la admisión de personas trans se da dependiendo de cada caso y por lo tanto depende del personal en turno. Si bien algunos albergues están más familiarizados con las necesidades y la realidad de la comunidad trans, nos es prácticamente imposible clasificar a ningún albergue de Québec como un sitio respetuoso y abierto a nuestra comunidad.

Algunas personas trans se sienten más cómodas y seguras en albergues para personas del mismo sexo que aparece en sus documentos oficiales. Por ejemplo, los hombre trans, que son visiblemente trans, pueden sentirse más incómodos y menos seguros en un albergue para hombres. Los albergues para hombres por lo general tienen menos privacidad, en las duchas y en los dormitorios, lo cual puede ser un problema para los hombres trans, especialmente si no desean revelar su identidad trans.



Consejos de Supervivencia

En la mayoría de los casos depende del personal en turno decidir si te admiten o no en el albergue. Si deseas ingresar a un albergue que corresponda a tu identidad de género, puedes tratar de dialogar con el personal y hablar con ellos sobre los malos entendidos e ideas erróneas que existen en torno a la transexualidad, y cuestionar su recelo para admitir personas trans en el albergue.

A continuación te presentamos una serie de preguntas comunes y conceptos erróneos sobre la transexualidad, y te damos algunos puntos de discusión que te ayudarán a responder

• Solo aceptamos personas trans que se han sometido a la cirugía de reasignación de sexo, ¿ya tuviste tu cirugía?

No, todavía no me opero. La cirugía de reasignación sexual no debe ser requisito para obtener servicios básicos, respetarme significa respetar mi identidad. Existen muchísimas razones de porqué algunas personas trans deciden no, o no pueden, someterse a la cirugía de reasignación de sexo: pobreza, limitaciones económicas, y el estatus migratorio son solo algunas razones. A muchas personas trans simplemente no les interesa someterse a la cirugía, ya que no la ven como parte esencial de su transición.

• ¿Qué es lo que estipula tu identificación? Solo aceptamos personas en base al sexo indicado en documentos oficiales.

No, aun no he cambiado mis documentos oficiales y por lo tanto mi identidad de género no corresponde con lo que mi identificación indica. Cambiar legalmente tu sexo en la provincia de Québec es extremadamente difícil, y muchas personas trans nunca logran hacer el cambio. Las políticas actuales dictan que para cambiar legalmente tu sexo debes someterte a la SRS, y solo porque no quiero, o no puedo, operarme no significa que servicios tan esenciales como la vivienda me deben ser negados.

• ¿Qué sucede si las otras mujeres viviendo en el albergue no se sienten seguras alrededor de mujeres trans? A mí personalmente me preocupa su seguridad.

Los albergues para mujeres deben admitir a cualquier mujer que necesite de sus servicios. El hecho de que tengo un pene no es una razón válida para negarme la admisión. La identidad de género de las personas no puede ser reducida simplemente a sus genitales. Muchas mujeres trans han experimentado sexismo, algunas son sobrevivientes de violencia sexual, y a otras muchas se les ha negado el acceso a servicios básicos, lo mismo que ocurre con mujeres no-trans marginadas.

Existen muchas maneras de integrar a las mujeres trans en los albergues, y es posible educar a las otras residentes sobre la realidad de las mujeres trans. En otras ciudades como Toronto y Nueva York existen reglas que garantizan el acceso de las personas trans a los albergues de acuerdo con su identidad de género, sin importar el sexo indicado en sus documentos oficiales. Los albergues que tienen

una actitud positiva y políticas de admisión abiertas a la comunidad trans han notado que su experiencia con clientes trans ha sido mayormente favorable.

• *En el pasado hemos tenido varias experiencias negativas con personas trans, ¿quién no asegura que esta vez será diferente?*

Nada ni nadie puede asegurarte que esta vez será diferente. Es imposible saber qué tipo de equipaje emocional trae consigo cada uno de tus clientes, pero es injusto asumir que yo soy agresivo o agresiva simplemente porque has tenido experiencias negativas con otras personas trans. ¿Acaso no has tenido ninguna experiencia negativa con clientes no-trans? Si es así, ¿qué hiciste al respecto? Esta política de doble moral es discriminatoria.

Muchas veces la relación entre un proveedor de servicios y el cliente está determinada por dinámicas de poder, por ello puede resultarte difícil abogar por ti mismo y abrir el diálogo con el personal del albergue sobre sus miedos e ideas erróneas sobre la comunidad trans, especialmente cuando tu prioridad es acceder a un servicio tan básico como la vivienda. Tener este tipo de intercambio con el personal de un albergue no es cosa fácil y puede ser intimidante además de acarrear los malos recuerdos de experiencias anteriores, pero recuerda que tienes la opción de pedirle a alguien que te acompañe y que abogue a tu favor. Un amigo de confianza o tu trabajador comunitario pueden ser de mucha ayuda.

Proporcionar al personal del albergue material informativo sobre transexualidad así como recursos respecto a los derechos de las personas trans puede ser de mucha ayuda, y evitará que tengas que responder a todas y cada una de sus preguntas, y a ellos les dará la oportunidad de educarse a sí mismos sobre el tema. Aquí te dejamos una serie de recursos que te pueden ser de utilidad:

- www.thetaskforce.org/downloads/reports/reports/TransitioningOurShelters.pdf
- www.wellesleyinstitute.com/files/a-2002-Creating-a-Space.pdf
- wellesleyinstitute.com/files/invisible-men.pdf (información específica para chicos trans)

Medicamentos

Algunos albergues requieren que dejes tus medicamentos prescritos (incluyendo hormonas, si estás tomando hormonas con prescripción) en una área designada. Y en base a tu prescripción médica te asignaran tiempos para tomarlos.

Duchas

La mayoría de los albergues para mujeres cuentan con duchas privadas, aunque los niveles de privacidad varían. Por ejemplo, si bien algunos tienen duchas privadas, los vestidores pueden ser públicos por tanto te recomendamos

que durante tu proceso de admisión averigües que tipos de duchas hay en el albergue. La privacidad no es un tema que concierna únicamente a las personas trans, así que el personal está acostumbrado a este tipo de preguntas.

Si por alguna razón el albergue en el que te hospedas no tiene duchas privadas, o si no te sientes cómodo o cómoda con las instalaciones, hay otros lugares en los que puedes ducharte durante el día. Si vives en Montreal, hay duchas públicas disponibles que cuentan con suficiente privacidad:

- Chez Doris – 143 Chomedey (cerca del metro Atwater)
- Centre d'amitié autochtone – 2001 St. Laurent (cerca del metro St. Laurent)
- CACTUS (si eres miembro de PLAISIIR)- 1300 Sanguinet (cerca del metro Berri-UQAM)

Baños

Es difícil tratar de adivinar el tipo de instalaciones de cada albergue, así que es bueno que preguntes dónde están los baños y si son privados. En los albergues para mujeres aun si los baños son públicos por regla cada retrete debe contar con puerta y cerradura. Este no siempre es el caso en los albergues para hombres y es posible que en los baños públicos los retretes no cuenten con cerraduras.

Dormitorios

El tipo de alojamiento depende también de cada albergue. Algunos cuentan con dormitorios públicos, es decir varias camas en una habitación grande, otros tienen cuartos para dos o tres personas, y otros más llegan a tener cuartos privados para alojar a quienes necesitan mayor privacidad. Mientras que ciertos albergues acomodan a las personas trans directamente en cuartos privados, si es que cuentan con ellos, tú tienes derecho a decidir si deseas otro tipo de alojamiento. Algunas personas trans prefieren cuartos privados, pero otras muchas se sienten aisladas y segregadas.

Una Nota Sobre el Estatus Migratorio y los Albergues

En Québec no existe ninguna ley que prohíba a los oficiales de migración entrar en los albergues para mujeres que han huido de la violencia doméstica. En algunas otras ciudades la comunidad se ha organizado para impedir que los oficiales migratorios tengan derecho a entrar en los albergues. Si tu estatus migratorio no es estable y necesitas encontrar albergue, pídele a un amigo o a tu trabajador comunitario que averigüen cuáles son las reglas del albergue con respecto a oficiales de migración y de la policía.

Otras Opciones para Vivienda de Emergencia

Si no logras acceder a un albergue, trata de pensar en otras opciones, ¿quizás tengas amigos que puedan ofrecerte alojamiento mientras solucionas tu situación? ¿Conoces algún hotel u hostel barato en el que puedas hospedarte por algún tiempo? ¿Sabes de alguna organización comunitaria que pueda ayudarte a encontrar alguna otra solución?

Cárceles y Centros de Detención

Asignación Institucional

Si has sido sentenciado o sentenciada a pasar tiempo en un centro de detención (penas menores de dos años), o en la cárcel (penas de más de dos años), lo más probable es que seas encarcelado de acuerdo al sexo que se indica tus documentos oficiales. En Québec esto quiere decir que si eres un chico trans que no se ha sometido a una transición completa, entonces serás encarcelado en un reclusorio para mujeres como Tanguay o Joliette. De la misma forma, si eres una mujer trans que no se ha sometido a una transición completa entonces serás encarcelada en un reclusorio para hombres, como Bordeaux o Rivère-de-Prairies.

Celdas y Dormitorios

Cada instalación es diferente, pero muy probablemente tendrás que compartir celda con una o dos personas.

Custodia Protegida

Si estás siendo amenazado o amenazada por otros reclusos y tu seguridad está en peligro entonces puedes pedir que te pongan bajo Custodia Protegida. Pero toma en cuenta que la Custodia Protegida puede significar cosas muy distintas dependiendo de cada instalación, en algunos lugares puede ser que te trasladen a un área restringida (el ala psiquiátrica, por ejemplo); en otros lugares puede significar que permanecerás en tu celda la mayor parte del tiempo con muy pocas oportunidades de salir, o sin salir en lo absoluto; y en otras instalaciones puede significar aislamiento.

Reflexiona muy bien sobre lo que necesitas, la Custodia Protegida puede significar que pasarás la mayor parte del tiempo a solas y además puedes perder ciertos beneficios como el uso del teléfono, acceso al patio o cualquier tipo de actividad. Y lamentablemente la Custodia Protegida no te defiende de ataques por parte de los custodios.

También existen varios estigmas asociados con la Custodia Protegida, dado que se asocia con ciertos tipos de identidades, crímenes y comportamientos (como delatar). También es importante hacer notar que muchas personas trans ni siquiera tienen la opción de decidir si desean o no la Custodia Protegida. Es común que el personal de la prisión decida someter a los reclusos trans al aislamiento, so pretexto de protegerlos, sin importar si el recluso o reclusa siente que la Custodia Protegida es una medida necesaria.

Si estás experimentando violencia o necesitas hablar con alguien, puedes llamar a ASTT(e) o STELLA (para trabajadores sexuales), ambas organizaciones aceptan llamadas por cobrar.

Hormonas

Si estabas tomando hormonas con prescripción médica antes de ser encarcelado o encarcelada entonces muy posiblemente podrás continuar tu tratamiento sin problema. Ponte en contacto con la enfermería y averigua qué es lo que necesitas para continuar tu tratamiento mientras cumples tu sentencia, si tienes la información de tu doctor y tu farmacia, proporciónala en la enfermería pues puede ser de mucha ayuda para acelerar el proceso. Contactar alguna organización comunitaria para que abogue a tu favor, también puede ser de mucha ayuda ya que tal vez puedan hacer todo el trabajo preparatorio, como visitar a tu doctor, etc.

Si te encuentras en un reclusorio estatal, y estabas consumiendo hormonas del mercado negro antes de caer preso o presa, te será prácticamente imposible conseguir prescripción médica durante tu sentencia.

De acuerdo con el Servicio Correccional de Canadá, los reclusos trans pueden, en teoría, iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal con el permiso de un “reconocido experto en el campo de la identidad de género”. Pero dado que existen muy pocos profesionales de la salud que trabajan regularmente con la comunidad trans, dicha especialización es rara y por lo tanto el acceso a hormonas a manudo depende de la decisión de los profesionales de la salud que trabajan dentro del sistema correccional. Básicamente, a pesar de que esta política existe, en la practica los reclusos trans solo tienen acceso a hormonas basados en el tipo de tratamiento que llevaban antes de ser encarcelados.

El costo de la Terapia Hormonal está cubierto por el estado si te encuentras cumpliendo alguna sentencia.

Ropa y Otros Productos Personales

Si te encuentras cumpliendo una sentencia puedes necesitar, y desear, ropa y otros productos que correspondan con tu

identidad de género, tales como agua de colonia, perfumes o maquillaje. Por lo general solo puedes comprar productos que son femeninos o masculinos de acuerdo con la institución en la que te encuentres. Sin embargo en algunos casos, reclusos trans han peleado por y ganado el derecho a usar sostenes, y otras prendas de vestir, al igual que ciertos productos como agua de colonia y maquillaje.

Cirugía

Desafortunadamente no podrás someterte a la cirugía de reasignación de sexo mientras te encuentras en prisión. Hasta noviembre del 2010, de acuerdo con el Servicio de Correccional de Canadá los reclusos trans podían someterse a la cirugía de reasignación de sexo mientras cumplían con su sentencia, y el procedimiento estaba cubierto por el estado.

En el 2001 Synthia Kavanagh, una mujer transexual, peleó y ganó su derecho a someterse a la cirugía de reasignación sexual mientras cumplía con su sentencia. La Corte Suprema determinó que para ella la cirugía era un servicio esencial y que el negarle derecho a someterse a la cirugía era discriminatorio. Esto sentó un precedente y permitió que muchas otras personas trans defendieran su derecho a la cirugía de reasignación de sexo mientras se encontraban en prisión. Esta decisión fue revocada cuando el gobierno conservador de Canadá ordenó al Servicio Correccional dejar de financiar cirugías de reasignación de sexo. Sin embargo, la comunidad trans continua luchando para defender su derecho a terapia hormonal, cirugía y un trato digno y respetuoso dentro del sistema carcelario de Canadá.

Aunque el contexto en los Estados Unidos es muy distinto, te invitamos a que visites la página de la Coalición Trans de DC, donde encontrarás información sobre su campaña en defensa de la comunidad trans encarcelada y sus muchas victorias: www.dctranscoalition.org.

Las políticas y estatutos del Servicio Correccional de Canadá sobre reclusos trans, están disponible en el siguiente enlace:
www.cscscc.gc.ca/text/plcy/cdshtm/800-cde-fra.shtml

**Parte de esta información ha sido adaptada del documento “My Rights and the System”, que pronto será publicado por STELLA y el Immigrant Worker’s Centre.

El Proyecto: Carta a un Preso

Québec tiene un proyecto de amigos por correspondencia especialmente para reclusos trans y gays. Los organizadores siempre están buscando participantes dentro y fuera de las prisiones, así que si eres una persona trans fuera del sistema carcelario y deseas participar en este proyecto comunícate a la siguiente dirección electrónica: info@prisoner Correspondence Project.com

Si actualmente te encuentras cumpliendo una sentencia y te gustaría participar en este proyecto y encontrar un amigo por correspondencia en los Estados Unidos o Canadá, o si te gustaría recibir material informativo respecto a sexo seguro, tatuajes, cuidado emocional y supervivencia, ponte en contacto con:

Prisoner Correspondence Project
c/o QPIRG
1455 de Maisonneuve Ouest
Montreal, Québec
H3G 1M8

Centros de Detención para Inmigrantes

Detención

Por lo general, si has sido detenido o detenida por la *Canada Border Services Agency* (Agencia de Servicios Fronterizos de Canadá), en o alrededor de Montreal serás recluso en el centro de detención para inmigrantes de Laval, llamado *Centre de Prévention de L’immigration* (Centro de Detención para Inmigrantes). Todos los detenidos son reclusos en el

mismo edificio pero las instalaciones están segregadas por sexo.

Las personas trans con récord criminal que son detenidas por la *Canada Border Services Agency* pueden ser recluidas en prisiones estatales como Tanguay o Rivère-desPrairies. Si te detienen fuera de Montreal entonces pueden recluirte en una prisión local hasta el día de tu audiencia. Si te recluyen en una cárcel revisa la sección anterior para tener una mejor idea de cómo funciona el sistema con respecto a tu identidad de género.

Dormitorios

Ambas secciones, masculina y femenina, del tienen dormitorios con tres o cinco camas por habitación. En teoría puedes explicar tu situación y pedir que te coloquen en un dormitorio privado, pero debido a que los centros de detención no tienen normas pertinentes para la comunidad trans es posible que tu petición no encuentre muy buena recepción y que el personal te dé un mal rato si solicitas un dormitorio privado. Si tienes abogado puedes pedirle que abogue por ti en este sentido y explique el porqué tu privacidad es importante. Si no tienes abogado puedes llamar a ASTT(e)Q , ya sea para que te consigamos un abogado o para que aboguemos por ti. Considera muy bien tus opciones y tus prioridades antes de tomar una decisión pues un dormitorio privado puede significar aislamiento total, averigua con los custodios si podrás comer con otros detenidos, por ejemplo.

Hormonas y Otros Medicamentos

Todos tus medicamentos te serán confiscados en cuanto seas detenido o detenida. El doctor a cargo, quien sólo visita el centro una vez por semana, decidirá si puedes o no continuar tu tratamiento. Los centros de detención no tienen reglas oficiales con respecto a la Terapia Hormonal, y las decisiones serán tomadas dependiendo de cada caso.

Si estabas en tratamiento durante tu detención, tu abogado, tu doctor o tu trabajador comunitario pueden abogar a tu favor para que se te permita continuar con el tratamiento. Si estabas consumiendo hormonas del mercado negro antes de tu detención te será prácticamente imposible iniciar la terapia bajo prescripción médica mientras te encuentres en el centro de detención.

Ropa y Otros Productos Personales

En los centros de detención puedes usar tu propia ropa. Las horas de visita son de 2 a 4 de la tarde y de 7 a 9 de la noche, los siete días de la semana. Los visitantes deben presentar dos identificaciones oficiales y también pueden llevarte ropa, maquillaje y artículos personales, etc. Pero estos no te serán entregados directamente, antes deben ser inspeccionados y aprobados por un guardia de seguridad, y desafortunadamente no hay garantía de que tus artículos pasen la inspección.

Comunicación

El *Centre de Prévention de L'immigration* te permite recibir llamadas al 450.661.4267. La persona que te llama deberá proporcionar tu nombre legal y tu número de cuarto, tú recibirás el mensaje y se te permitirá regresar la llamada. Abogados, trabajadores comunitarios y otras personas abogando a tu favor deben llamar a este número.

Consulta la sección de recursos al final de esta guía para conocer cuáles organizaciones que trabajan protegiendo los de los inmigrantes.



Conoce tus Derechos

A menudo la realidad trans es excluida de, o criminalizada por, la ley. La mayoría de las leyes no contemplan la existencia de personas trans, por ejemplo, el gobierno no toma en cuenta la existencia de padres de familia trans y por lo tanto no existen legislaciones o estatutos que incluyan la posibilidad de familias con diversidad de género. Las personas trans son criminalizadas por la forma en que las leyes lidian con la pobreza, la indigencia, el consumo de drogas, la inmigración y la transmisión del VIH.

Aunque la ley no suele favorecer a las personas trans, no debes olvidar que a pesar de todo tienes derechos y lo más probable es que entre mejor conozcas tus derechos mejor podrás defenderte y abogar por ti mismo y por tu comunidad.

Dado que muchas veces, aquellos en el poder tratan de controlar y oprimir a las comunidades marginalizadas, valiéndose del hecho de que con frecuencia la información legal es inaccesible y que los miembros de la población general a menudo desconocen sus derechos. En este capítulo te proporcionaremos información legal y estrategias de autodefensa para que puedas lidiar con situaciones difíciles, teniendo información concreta de la cual valerte de modo que la próxima vez que tu casero amenace con desalojarte; o

cuando sientas que la única razón por la cual no conseguiste un trabajo es por tu identidad de género; o la próxima vez que un policía te acose, puedas hacer frente a la situación y defender tus derechos.

Este capítulo contiene información legal y estrategias de autodefensa recopiladas y aprendidas por la comunidad trans. Pero no debes tomar la información que aquí te presentamos como asesoría jurídica y de ninguna manera esta información deberá sustituir los servicios de un abogado. Si necesitas consultar un abogado pero no puedes pagarlo, puedes acceder a Legal Aid (Asistencia Legal), lo cual está disponible para todos los residentes de que Québec, incluyendo refugiados, residentes permanentes e inmigrantes sin estatus. Para mayor información visita: www.justice.gouv.qc.ca/english/sujets/glossaire/aide-jur-a.htm

Derecho de Familia

Si bien las familias con diversidad de género deberían ser celebradas, los padres de familia trans y los padres de niños trans frecuentemente se encuentran en posiciones jurídicas precarias. Ser padre o madre puede ser algo muy satisfactorio y gratificante, y muchos niños aceptan sin problemas la identidad de género de sus padres, sin embargo, la discriminación y la transfobia que permean nuestra sociedad, y que se encuentran implícitas en la ley, crean barreras para las personas trans que están lidiando con asuntos de custodia de menores; o que están tratando de adoptar a un menor; o que buscan acceder a las clínicas de fertilidad; o que están tratando de establecer relaciones jurídicas con sus hijos. Las mismas discriminación y transfobia afecta a los padres de niños trans, cuando tienen que lidiar con otros padres, maestros o consejeros que no apoyan la identidad de género del niño o la niña.

Custodia

Aunque en Québec no puedes perder la custodia de tus hijos simplemente por tu identidad de género, las cortes de familia no son un espacio muy seguro para la comunidad trans. En la mayoría de los casos el factor determinante en cuanto a la custodia de menores, es la evaluación del juez con lo que respecta al “interés superior del niño”. Desafortunadamente esto deja un margen de subjetividad muy amplio, y si el juez no está bien informado sobre la realidad trans sus ideas preconcebidas acerca de las personas trans pueden afectar su decisión.

Trata de conseguir un abogado que tenga experiencia trabajando con la comunidad trans, si no puedes encontrar ninguno entonces te corresponde educar a tu abogado. Te recomendamos que trates de encontrar casos de custodia en los que la ley ha favorecido a padres de familia trans, este tipo de información aunada a otros recursos pueden resultar de mucha ayuda para tu abogado. En Canadá el caso más importante a este respecto es el caso de *Forrester vs. Saliba* ([2000] O.J. No. 3018 (Sup.Ct.)), que tuvo lugar en Ontario en el año 2000. También es de ayuda contar con amigos, familiares y trabajadores comunitarios que hablen a tu favor. Y puede ocurrir que tengas que recurrir a un doctor o profesional de la salud mental para que testifique a tu favor, en calidad de experto. Si esto ocurre trata de conseguir a alguien que tenga experiencia trabajando con la comunidad trans.

Los problemas familiares pueden causar mucha confusión y representar un verdadero reto. Muchos padres de familia trans, que están peleando la custodia de sus hijos, o que tienen conflictos con sus hijos o con sus parejas, tienen problemas de autoestima, pues llegan a sentirse culpables por el rompimiento con sus parejas y/o la desintegración familiar. Algunas personas trans aceptan acuerdos de custodia que son discriminatorios y transfóbicos porque se sienten

avergonzados y/o culpables por el dolor que su familia está atravesando. No debes sentirte avergonzado o avergonzada por ser quien eres. Se necesita mucho valor para salir del clóset y pasar por la transición, y durante este proceso tus hijos pueden aprender de ti lecciones muy importantes sobre aceptación y respeto propio. Toma el tiempo que necesites para reflexionar sobre lo que necesitas, y trata de no tomar decisiones apresuradas y basadas en culpa y vergüenza. No debes olvidar que ante todo tienes el derecho de tener relaciones significativas con tus hijos, y tu transición no puede ser razón para perder la custodia o tu derecho a visitar a tus hijos.

Futuros Padre de Familia Trans

Si estás pensando en acceder a los servicios de una clínica de fertilidad, un banco de esperma, o una agencia de adopción, seguramente te estarás preguntando cuáles son las políticas y los estatutos de estos servicios con respecto a las personas trans que están buscando tener hijos. La verdad es que la mayoría de estos servicios no tienen políticas pertinentes a la comunidad trans, y tampoco puedes esperar que el personal esté sensibilizado. La mayoría de las personas trans que desean tener hijos ni siquiera consideran estas opciones por temor a ser rechazadas.

Agencias de Adopción

De acuerdo con el Código Civil de Québec en materia de adopción, “cualquier persona mayor de edad puede, individualmente o en pareja, adoptar a un niño”, sin embargo las agencias de adopción todavía se reservan el derecho de decidir lo que está en el “mejor interés” del niño. Existen muchos factores que pueden afectar tu elegibilidad, y que no están directamente relacionados con tu identidad de género, tales como la pobreza, récord criminal, historial de depresión y otros problemas de salud mental. Si bien las leyes de adopción en Québec no discriminan abiertamente contra los padres trans, las agencias de adopción, los

trabajadores sociales y psicólogos que participan en el proceso de evaluación y elegibilidad de los padres adoptivos pueden ser transfóbicos y utilizar los factores anteriormente mencionados, como base para negar tu solicitud.

Clínicas de Fertilidad

El Código Civil de Québec no estipula la identidad de género como condicionante para acceder a los servicios de las clínicas de fertilidad. La experiencia de la comunidad trans al tratar de acceder estos servicios es amplia, y no se diferencia mucho de la discriminación que puedes encontrar al tratar de acceder cualquier otro servicio de salud.

Bancos de Esperma

Si eres una mujer trans que está tomando, o ha tomado, estrógeno, es posible que tu habilidad reproductiva se vea seriamente afectada. Así que si deseas tener hijos, y es importante para ti que sean hijos biológicos, tal vez te interese congelar tu esperma, para poder utilizarlo más adelante. El costo de este servicio varía dependiendo del lugar, al igual que la experiencia de las personas trans al tratar de acceder dicho servicio. Trata de averiguar si alguien en tu comunidad ha tenido experiencias positivas y puede recomendarte un banco de esperma.

Partos Naturales en el Hogar

Algunas personas trans deciden dar a luz en su casa y con la asistencia de una partera. La partera o *Midwife*, como se les conoce en inglés, es una profesional certificada para asistir a las parturientas. Si contratas a una partera tienes la opción de un parto privado y en la comodidad de tu hogar. Muchas personas prefieren la asistencia de una partera ya que por lo general las parteras ponen mucho esfuerzo en establecer buenas relaciones con sus clientes. Este tipo de servicio te da la oportunidad de conocer y de crear relaciones de confianza con la persona que te asistirá durante el parto. Además los servicios de las parteras están cubiertos por *Régie*

l'Assurance Maladie du Québec (RAMQ), sin embargo las listas de espera pueden ser largas, así que si deseas contratar a una partera visita: http://www.osfq.org/maisons_naiss.php en donde encontrarás el centro de maternidad más cercano a tu domicilio.

Relaciones Jurídicas Familiares

Generalmente las personas trans tienen dificultades para establecer tutela legal sobre sus hijos, y lograr que esta tutela sea representativa de su relación. Registrarte como padre o madre de tus hijos, o adoptar a los hijos de tu pareja puede plantear ciertos problemas y el proceso para conseguir que tu nombre aparezca en el acta de nacimiento de los niños, no es cosa simple. Las familias trans no están previstas por la ley, por ejemplo una mujer trans que utilizó su espermia congelado para procrear, puede toparse con serias barreras al tratar de conseguir que su nombre aparezca como madre biológica del niño. Lo mismo ocurre con los hombres trans que deciden embarazarse y tener sus propios hijos, a ellos les puede resultar difícil conseguir el reconocimiento legal como padre biológico, y deben conformarse con aparecer como la madre biológica o tutor. Estas categorías no representan la realidad de las familias trans y pueden resultar desalentadoras para los padres de familia trans, quienes muchas veces se ven obligados a registrarse con su nombre y sexo legal si desean la tutela de sus hijos.

**Parte de esta información fue tomada del ensayo: “Transforming Families: Trans Parents and Their Struggles, Strategies and Strengths” de Jake Pyne, aun por publicar.

El Sistema de Salud

La comunidad trans y el sistema de salud comparten una larga historia de tensión y desconfianza. Esto puede explicarse porque existen varias razones legítimas para ello, como el hecho de que los médicos e investigadores han, tradicionalmente, estudiado la realidad trans de una forma

deshumanizante. Muchas personas trans sienten que sus médicos son los guardianes que obstaculizan su acceso a los servicios esenciales de la salud. Tal vez todo esto te haga sentir como si no tuvieras ni voz ni voto sobre tu propio cuerpo, pero a pesar de todo no debes olvidar que nadie más que tú tiene derecho a decir sobre tu cuerpo. Si sientes que tu doctor esta siendo negligente o que te está tratando sin ningún respeto, tienes el derecho a cuestionar su conducta y a decidir el tipo de tratamiento al que vas a someterte. Además tienes el derecho a no sentirte como objeto de estudio cada vez que visitas a tu médico, y a los profesionales de la salud, y ellos por su parte tienen la obligación de tratarte con dignidad y respeto.

Negación de Tratamiento Médico

Ningún profesional de la salud puede negarte tratamiento médico o negarte el acceso a sus servicios debido a tu identidad de género. Tu médico puede decirte que no tiene los conocimientos o la experiencia necesarios para tratarte, esto puede ser una excusa válida si estás buscando iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal o someterte a la Cirugía de Reasignación de Sexo. Sin embargo, es ilegítimo negarte cualquier otro tratamiento médico que no tenga nada que ver con tu transición o que no requiera de ningún tipo de especialización. Desafortunadamente muchos doctores se niegan a trabajar con pacientes trans so pretexto de su falta de especialización en materia de salud trans. Algunos doctores pueden tratar de disimular su transfobia usando este tipo de excusas, y como paciente te puede resultar difícil discernir si su negación se debe a una preocupación sincera por falta de experiencia o la transfobia disimulada. Hacerte acompañar por un amigo o por tu trabajador comunitario, puede ser de mucha ayuda.

Violencia Física y Sexual

Tu identidad de género no le da derecho a tu doctor a indagar sobre tu vida y preferencias sexuales si estos temas

no están directamente relacionados con tu tratamiento. Por ejemplo, si vas al doctor porque tienes una infección en el oído, entonces tu doctor no tiene derecho a examinarte los genitales. Ningún médico tiene derecho a hacerte preguntas inapropiadas, hacerte propuestas amorosas o solicitar favores sexuales. Por desgracia hemos sido educados para no cuestionar a las figuras de autoridad, incluyendo a nuestros médicos, por lo tanto puede resultarte difícil defenderte a ti mismo dadas las dinámicas de poder que existen entre médicos y pacientes. Por último, los médicos tienen prohibido salir con sus pacientes o tener relaciones sexuales con ellos. Si sientes que tu doctor está actuando de manera inapropiada, puedes reportarlo a su colegio de doctores.

Cómo Presentar Una Queja

Si deseas presentar una queja existen dos formas básicas para hacerlo: puedes presentar tu queja ya sea en contra de una institución de salud (hospital, CLSC, etc.), o en contra de un profesional de la salud (médico de cabecera, especialista, enfermera, etc.). Sea cual sea la ruta que elijas, debes documentar el incidente de forma inmediata, y tienes la opción de escribirlo tu mismo o pedirle a un amigo que te ayude a articular la historia. Si necesitas ayuda, ponte en contacto con el *Centre d'Aide et d'Accompagnement aux Plaintes* (CAAP: Centro de Ayuda y Acompañamiento a Pacientes): <http://fcaap.ca/>

Institución de Salud

Tienes la opción de presentar tu queja en ante una institución de salud, es decir, un CLSC, hospital o centro de rehabilitación, si sientes que tus derechos están siendo violentados. Para conocer tus derechos como paciente visita: www2.publicationsduQuebec.gouv.qc.ca/dynamicSearch/telecharge.php?tipo=2&file=/S_4_2/S4_2_A.html

Si tu queja es en contra de un médico en particular, o un farmacéutico, tu queja será enviada ante el comisionado de medicina.

El Colegio de Doctores y otros Órganos Profesionales

Los colegios profesionales existen para proteger al público, para recibir quejas e imponer acción disciplinaria si es necesario, y para asegurarse de que sus miembros están prestando servicios de calidad y en concordancia con la ley y código de ética de la profesión. Si deseas presentar una queja contra un profesional de la salud porque sientes que este actuó con negligencia, de manera irresponsable, inapropiada o sin ninguna ética, puedes dirigirte al colegio profesional correspondiente y presentar tu queja. Todo profesional de la salud está obligado a respetar el código de ética de su colegio, y esta información muy posiblemente está disponible en el Internet.

Confidencialidad

Las leyes que regulan la confidencialidad médico-paciente están descritas en la sección de “secreto profesional” del código de ética del colegio de doctores. Tu doctor no puede revelar, bajo ninguna circunstancia, la información personal y privada que compartas con él durante tu consulta. Esto quiere decir que tu doctor no puede compartir tu información con tus amigos, jefe, casero, o incluso un juez. Sin embargo, puede compartir tu información con su personal, algún especialista con quien esté buscando asesoramiento, o con el colegio de doctores si su conducta está siendo examinada. Para ello existen medidas que garantizan que dichos organismos externos mantendrán tu información en secreto. Tu doctor también puede revelar información privada si tiene razones validas para creer que tu vida, o la de alguien más está en peligro.

Si eres menor de 14 años y sales del clóset ante tu doctor como trans, el no está obligado a mantener esta información

confidencial ante tus padres o tutores. Por lo tanto si deseas iniciar la Terapia de Reemplazo Hormonal tus padres o tutores deben ser consultados.

Si eres mayor de 14 años legalmente tienes derecho a tomar decisiones sobre tu salud, al menos que tu desarrollo se considere en peligro. Muchos médicos se niegan a iniciar terapia de reemplazo hormonal o bloqueadores hormonales sin el consentimiento de los padres o tutores del menor, así que si eres mayor de 14 años pero menor de 18, es posible que no puedas decir por ti mismo o misma a este respecto. Revisa la nota sobre menores de edad en el capítulo de “Terapia de Reemplazo Hormonal”, en la página 38, donde encontrarás más información a este respecto.

Historial Médico

Legalmente eres la única persona autorizada a acceder a tu historial médico, al menos que hayas dado consentimiento para compartirlos. Ciertas situaciones de orden legal pueden permitir que otros acceden a tu historial, por ejemplo si presentas una demanda directamente relacionada con tu estado de salud, físico o mental; si eres menor de 18 años tu padres o tutores tienen acceso a tu historial. Si eres mayor de 14 años, debes ser consultado o consultada antes de que tu información sea compartida con tus padres o tutores, en tal caso tienes derecho a negarte. Sin embargo, tu doctor puede anular tu decisión si considera que el compartir tu historial no representa ningún riesgo para tu salud.

**Gran parte de esta información ha sido tomada del sitio web de Educaloi: www.educaloi.qc.ca

La Policía

Ya sea que te paren para interrogarte, detenerte o arrestarte, o que hayas solicitado la ayuda de la policía, no debes olvidar que tienes derechos en lo que respecta a tus interacciones con la fuerza pública. A continuación te presentamos

información importante, que te permitirá prepararte para lidiar con la policía:

Identificación

Tienes la obligación de identificarte ante la policía si:

- estás bajo arresto o si la policía sospecha que has cometido un crimen
- estás conduciendo un vehículo motorizado (en este caso deberás presentar tu licencia de manejo, registro y póliza de seguro, pero tus pasajeros no están obligados a identificarse)
- estás en un bar o cinema (en este caso debes probar que eres mayor de edad)
- te paran en la noche en algún sitio público (parque, calle, etc.)
- tomas el metro pagando la tarifa de descuento (la policía y el equipo de seguridad del metro solo están autorizados a comprobar que tienes derecho al descuento, por lo cual debes mostrar tu tarjeta de ‘privilegio’)

Si la policía te para en cualquier otra circunstancia, no tienes la obligación de identificarte. Si insisten y te piden que los acompañes, pregúntales de la manera más amable si estás bajo arresto. Si te dicen que no entonces puedes decirles de forma firme, pero calmada, que no deseas identificarte o acompañarlos. En todo caso, los oficiales policíacos están obligados a identificarse (mostrando sus placas con nombre y número) si tu así lo requieres. Defender tus derechos puede desconcertar a los policías, pero también puede frustrarlos lo cual puede hacer que se tornen más agresivos.

Como persona trans identificarte ante la policía puede ser más complicado, especialmente si tu identificación oficial no refleja tu apariencia. Es tu decisión discutir tu identidad de género con la policía, esto es algo que conviene pensar pues puede ayudarte en situaciones de interrogatorios o arresto. Algunas personas deciden decirle a la policía que son trans en el momento de su detención, de esta manera

pueden proteger mejor sus derechos cuando se trata de cateos o encarcelamiento. Algunas otras personas le piden a los oficiales que se refieran a ellos usando su nombre y pronombre de elección, aunque no existe ninguna regla en Québec o Montreal que obligue a la policía a respetar dicha solicitud. Otras personas prefieren no discutir o revelar su identidad de género, con la esperanza de “pasar” en concordancia con sus documentos oficiales. Al final de cuentas, estás decisiones te corresponden solo a ti, pero es bueno pensar al respecto para estar preparado o preparada en caso de arresto.

Detención y Arresto

La policía tiene el derecho de detenerte por un período corto de tiempo si sospechan que estás implicado o implicada en la comisión de un delito, pero en este caso deben informarte que te han detenido para interrogarte. Si te encuentras bajo arresto, la policía tiene la obligación de informarte de qué se te acusa y de leerte tus derechos. La policía también puede arrestarte si estás bajo la influencia de drogas o has consumido mucho alcohol, o si tienen sospechas razonables para creer que estás apunto, o en el proceso, de cometer un delito.

Arresto Con o Sin Una Orden

Una orden de arresto, es un documento que autoriza a la policía a arrestarte, y en algunos casos a catear tu casa. La orden de arresto debe estar dictada en tu contra, bajo tu nombre legal, debe describir el cargo del que se te acusa y estar firmada por un juez. La policía debe tener una orden de cateo para poder entrar a tu casa, de otra manera no tienes la obligación de dejarlos entrar. No obstante, puedes ser detenido o detenida sin orden previa si se te descubre cometiendo un crimen, si la policía sospecha que estás a punto, o que acabas, de cometerlo o si creen que existe una orden de arresto en tu contra.

Tus Derechos y Obligaciones

En caso de ser detenido o detenida tienes el derecho a un abogado, y a guardar silencio (además de identificarte) hasta que tu abogado este presente. Si no tienes abogado, puedes pedir un abogado de oficio. En todo caso debes proporcionar tu nombre legal, fecha de nacimiento y dirección permanente. Cualquier cosa que digas o hagas puede ser usada en tu contra, así que actúa con cuidado. La policía puede usar varias técnicas para hacerte hablar, incluyendo promesas, mentiras, intimidación y violencia. Si decides aclarar tu identidad de género o el hecho de que eres trans, depende totalmente de ti pero estarás renunciando a tu derecho a guardar silencio, en cualquier caso siempre puedes reclamar tu derecho a guardar silencio.

Cateos y Registros

Es ilegal que la policía te registre si no estás bajo arresto, la única excepción es si la policía tiene sospechas razonables de que tienes en tu posesión un arma de fuego o drogas. Si no estás bajo arresto y la policía insiste en registrarte, nada te obliga a cooperar y puedes decirle a los oficiales que no estás de acuerdo en ser registrado o registrada.

Si has sido arrestado o arrestada la policía puede someterte a un cacheo (pat-down) con la ropa puesta, en busca de pruebas incriminatorias o para asegurarse de que estás desarmado o desarmada. En algunos casos pueden considerar necesario un cacheo al desnudo, lo que implica registrar toda tu ropa y tus pertenencias.

De acuerdo con lo establecido por la ley solo puedes ser registrado o registrada por un oficial del mismo sexo, esto puede implicar dificultades para ti como persona trans. En algunas provincias de Canadá las personas trans han conquistado el derecho de elegir si son registrados por un oficial del sexo masculino o femenino. En Québec este derecho no ha sido establecido, y tu sexo es generalmente definido por

lo que indican tus documentos oficiales y por tus genitales. Si te someten a un cacheo al desnudo, dependiendo de si has completado tu transición o de la manera en que tu género es percibido, tal vez te convenga informar a los oficiales antes del cacheo para evitar reacciones de choque y así disminuir la posibilidad de alguna reacción violenta. También puedes decidir abogar por tu derecho a elegir que oficial prefieres que lleve a cabo el cacheo. Por lo general la policía desconoce tus derechos como persona trans (o simplemente no les dan ninguna importancia), así que tu capacidad de abogar a tu favor puede convencerlos de permitirte elegir quién llevará a cabo tu cacheo.

La Policía y el Trabajo Sexual

La prostitución no es ilegal en Canadá, pero la mayoría de actividades que la rodean sí lo son. Esto contribuye a hacer la prostitución cuasi-ilegal y por lo tanto fomenta el acoso y la discriminación de los trabajadores sexuales. Quienes trabajan en la calle o en bares están más expuestos a ser blanco de solicitud de servicios sexuales (*solicitation*: comunicarse con otra persona en un lugar público con el objetivo de intercambiar servicios sexuales por dinero). Las leyes municipales y el Código de Seguridad Vial de Québec (*Québec Highway Safety Code*) también son utilizados para combatir la prostitución callejera. El romper estas leyes no constituye un delito penal, pero igual puedes recibir una multa. Sin embargo, tienes el derecho de disputar tu multa si te parece que es injusta, ponte en contacto con Le Réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal (RAPSIM: Red de ayuda para personas solas y sin hogar de Montréal), o con STELLA, ellos pueden ayudarte a impugnar tu multa.

La Policía y los Sobrevivientes de Violencia

Si eres sobreviviente de violencia física o sexual y deseas presentar una queja ante la policía, estás en todo tu derecho. Sin embargo, muchas personas trans han tenido experiencias

negativas a este respecto y prefieren evitar el trato con la policía a toda costa. Por tanto te aconsejamos que le pidas a un amigo, o a un trabajador de ASTT(e)Q, o de alguna otra organización comunitaria, que te acompañen. Si te dedicas al trabajo sexual ponte en contacto con ASTT(e)Q o STELLA para que te apoyen a lidiar con la policía.

Estatus Migratorio y la Policía

No estás legalmente obligado u obligada a revelar tu estatus migratorio a la policía y puedes permanecer en silencio hasta que hables con tu abogado de inmigración. Si no tienes documentos de identificación puedes ser legalmente retenido o retenida hasta que comparezcas ante un juez.

Tu residencia permanente puede ser revocada si se comprueba que haz cometido un “delito serio”. Igualmente a un residente permanente se le puede negar la ciudadanía (hasta que consiga el perdón) si ha cometido un delito procesable, o dos o más ofensas. Quienes no tienen residencia permanente, especialmente quines no tienen estatus, corren el riesgo de ser detenidos inmediatamente y posteriormente deportados. Este riesgo es aun más inminente para quienes ya tenían orden de deportación y no se presentaron a su cita.

Brutalidad Policiaca

Si eres víctima de brutalidad policiaca tienes el derecho de presentar una queja ante la Comisión de Ética Policiaca de Québec (*Québec Police Ethics Commision*). Para ello necesitas ser capaz de probar el incidente y si es posible incluir el parte médico, fotos, testigos y notas detalladas de lo ocurrido. Ponte en contacto con ASTT(e)Q o con el *Collective Opposed to Police Brutality* (COBP: Colectivo en Contra de la Brutalidad Policiaca), o visita la sección de recursos al final de esta guía donde encontrarás un listado de organizaciones que te pueden ayudar a presentar tu queja.

**Parte de esta información ha sido adaptada de “XXX Guide”, publicada por STELLA y de la guía publicada por COPB, “Surprise, We have Rights!”

Asistencia Social

Muchas personas trans enfrentan serias barreras para encontrar empleo y por tanto recurren a la Asistencia Social (*Welfare*) para sobrevivir. Este es tu derecho, nadie debe tratar de avergonzarte por depender del Welfare a fin de tener ingresos, asimismo tu no tienes derecho de juzgar a otros por recurrir a la Asistencia Social. Con mucha frecuencia las personas trans se ven obligadas a ser creativas para poder ganarse la vida y solicitar Asistencia Social es tan solo una de las muchas maneras que nuestra comunidad encuentra para sobrevivir.

La Asistencia Social está disponible para quienes tienen limitaciones severas o solo temporales para encontrar empleo. Las limitaciones temporales incluyen el ser declarado incapaz de trabajar por un período de hasta 12 meses (e.g., condición médica, con parte médico; embarazo/paternidad; y el ser mayor de 55 años). para ser elegible debes ser mayor de 18 años, vivir en Québec y demostrar que tus recursos financieros (es decir el dinero que posees), y el valor de tus activos de propiedad (casa, vehículos, etc.) está por debajo de cierta cantidad.

El programa de Solidaridad Social (Social Solidarity program) está disponible como “último recurso” para quienes tienen limitaciones severas para conseguir empleo. Para poder acceder a este programa necesitas un reporte médico que indique el porqué no puedes trabajar, ya sea de forma permanente o indeterminada (por un período de al menos 12 meses). Aunque la mayoría de las barreras para encontrar empleo a menudo se basan en cuestiones sociales, el reporte médico debe explicar las barreras particulares que enfrentas debido a tu condición física o psicológica, en conjunto con factores socioeconómicos (tales como la falta de educación o experiencia laboral formal, etc.) que limitan tu acceso al empleo. Muchas personas trans han logrado

conseguir *Welfare* (debido a limitaciones temporales o permanentes) por motivos relacionados a su estado de salud mental (la ansiedad y la depresión son las condiciones más citadas).

Cómo Solicitar Asistencia Social

Las solicitudes para *Welfare* generalmente se hacen en el *Local Employment Centre* (*CLE*: Centro Local de Empleo) de tu vecindario, y para ello deberás proveer copias de varios documentos, incluida tu acta de nacimiento, tu tarjeta de salud, tu número de seguro social (SIN), contrato de arrendamiento, estado de cuenta y prueba de (falta de) ingresos. También tendrás que otorgar una entrevista a un agente del *CLE*. Una vez que tu solicitud sea aceptada, recibirás tu primer cheque datado en la fecha que presentaste tu solicitud, así que te recomendamos que presentes tu solicitud lo antes posible, aun si te faltan documentos.

Después de presentar tu solicitud, te reunirás con un agente de *Welfare*, quien revisará tu solicitud y te hará varias preguntas sobre tu situación, incluyendo preguntas con respecto al estado de tus finanzas. Solo responde las preguntas que se te hagan, es buena idea consultar con anticipación alguna organización comunitaria que trabaja en torno a los derechos de quienes solicitan y reciben Asistencia Social, esto te ayudará a estar mejor preparado o preparada. Después de tu entrevista, recibirás la respuesta a tu solicitud vía correo regular. Si tu solicitud es negada tienes derecho a apelar, si tu solicitud es aceptada recibirás tu cheque el primer día de cada mes, y tendrás la obligación de reportarte con tu agente de forma regular.

Cuando llenes tu solicitud deberás usar tu nombre y sexo legales, ya que en la actualidad no existe ninguna ley que les permita a las personas trans utilizar su nombre e identidad de género de elección. Sin embargo, muchas personas trans han conseguido, de forma firme pero cortés, que se les llame

por su nombre y pronombre de elección, y aunque tu nombre legal se utilizará para escribirte los cheques, tienes el derecho a esperar que las llamadas telefónicas y cualquier otro tipo de comunicación por parte de tu agente se haga respetando tu nombre y pronombre de elección. Si tienes problemas a este respecto, ponte en contacto con una de las organizaciones listadas en la sección de recursos.

Beneficios

Al 1 de enero del 2012, la cantidades mensuales de Asistencia Social* son las siguientes:

| Programa de Asistencia Social | Cantidad Mensual | Ingreso Exento por Empleo |
|---------------------------------------|-------------------------|----------------------------------|
| Limitación Permanente o Indefinida | \$589 | \$200 |
| Limitación Temporal | \$715 | \$200 |
| Programa de Solidaridad Social | | |
| Limitaciones Severas | \$896 | \$100 |

*Para información detallada con respecto a familias y parejas, visita: www.mess.gouv.qc.ca/publications/pdf/sr_dep_montant_prestations_en.pdf

Beneficios Adicionales

Las personas en Asistencia Social generalmente tiene derecho a una cobertura básica de medicamentos (*Basic Prescription Drug Insurance Plan*), lo que te permite acceder a medicamentos gratuitos o parcialmente cubiertos cuando presentas tu “tarjeta de reclamo” (*carte de réclamation*), y esto incluye hormonas. Quienes no tienen acceso al *Régie de l'assurance maladie de Québec* (RAMQ: Seguro Médico de Québec), los solicitantes de refugio por ejemplo, no tienen acceso a la cobertura básica de medicamentos pero muy posiblemente tengan acceso al Interim Federal Health

Program (IFHP: Programa Federal de Salud Interina). También puedes obtener cobertura para tus necesidades más específicas como atención dental o lentes, pero solo después de un año de un año de recibir Asistencia Social.

El transporte con fines médicos puede ser reembolsado, a veces cubriendo el costo total del *metro pass* (pase de transporte público mensual). Terapia, visitas al doctor y participación en grupos de apoyo, tales como el grupo semanal de apoyo de ASTT(e)Q, pueden ser considerados “fines médicos”. Pídele a tu agente que te dé un Certificado de Transporte con Fines Médicos para que sea firmado por tu médico después de cada visita.

Cantidades adicionales pueden ser otorgadas a padres de familia y personas embarazadas, así como para cubrir gastos por mudanza, y para ayudarte a volver al mercado laboral. Ponte en contacto tu organización comunitaria local que trabaja en pro de quienes están en Asistencia Social, ellos podrán darte información más detallada sobre beneficios adicionales a los que quizás puedas acceder. En una nota relacionada: a partir del 2011, el impuesto de solidaridad ha sido sustituido por el QST, y esto significa que para ser elegible debes presentar tu declaración de impuestos.

Recortes a tus Beneficios

Existen varias razones para justificar recortes a tus beneficios, incluyendo:

- a) Si estás trabajando y recibes ingresos por encima de la cantidad exenta que te es permitida cada mes
- b) Si tienes suficiente dinero en el banco (esto depende del tipo de beneficios que recibas, individual o familiar, etc.)
- c) Si declaras que vives con tu pareja o con tus padres
- d) Si recibes pagos de manutención infantil
- e) Si sales del país (se aplican ciertas excepciones)

Tu agente de *Welfare* tiene el poder de decidir, a su discreción, si considera que estás apto para trabajar y por lo tanto ya no necesitas de la Asistencia Social, independientemente de la opinión de tu médico.

Quejas, Revisión de Solicitudes y Apelación

Si sientes que has sido tratado o tratada de forma irrespetuosa o injusta, puedes presentar una queja llamando al 1-888-643-4721. Además tienes el derecho de apelar la decisión del *CLE* con respecto a tu solicitud de Asistencia Social, ya sea que esta haya sido negada o cancelada, o el tipo de beneficio que te ha sido otorgado, etc. Tienes 90 días después de la decisión para pedir una revisión, si la revisión no es satisfactoria tienes 70 días para presentar una apelación ante el *Tribunal Administratif du Québec* (TAQ: Tribunal Administrativo de Québec). Ponte en contacto con *Legal Aid* o alguna organización local de apoyo a personas en *Welfare*.

**Parte de esta información ha sido adaptada de “*Immigrant’s and Refugee’s Access to Social Benefits and Programs in Québec: Guide for Community Workers*”, Community (Legal Services of Point St. Charles and Little Burgundy) y “Nos Droits l’Aide Sociale”, (La Jarnigoine).

Vivienda

Encontrar un lugar para vivir puede resultar estresante para las personas trans, especialmente si tus identificaciones oficiales no reflejan tu identidad de género. Muchos caseros no tienen ningún problema abusando de sus derechos, y con frecuencia llegan a ser agresivos y discriminatorios. Esta sección ha sido creada específicamente para personas trans que viven en pobreza en Québec, si eres dueño o dueña de tu propia casa, esta sección no es para ti. Si estás buscando información sobre como acceder a un albergue revisa el capítulo de “Espacios Públicos Segregados por Sexo”.

Encontrar un Apartamento

Tu futuro casero tiene el derecho de pedir información sobre tu salario e historial de pagos con el fin de comprobar que podrás cumplir con el pago de tu renta a tiempo. En otras palabras, tu futuro casero puede pedir referencias en tu trabajo y a caseros anteriores. También están autorizados a pedir el comprobante de pago de otros servicios, tales como luz, teléfono, etc. Con todo esto, los caseros no pueden negarte el arrendamiento solo porque no tienes trabajo o estás en Welfare. Pero tienen el derecho de negarte el arrendamiento en base a tu récord criminal, al menos que hayas conseguido el perdón. Si tienes un perdón tu récord criminal no está disponible en el *Canadian Police Information Centre* (CPIC: Centro Canadiense de Información Policial), si fuiste absuelto de tus cargos tu casero no tendrá acceso a esa información.

Si tu futuro casero te pide que llenes un formulario de arrendamiento, léelo a consciencia para que sepas a qué tipo de información está tratando de acceder. ¿Te está pidiendo tu Número de Seguro Social (SIN)? ¿Le estás dando información que le permitirá acceder a tu récord criminal e historial de crédito? Si llenas este tipo de formularios y aun no has cambiado tu nombre ni tu sexo en el *Directeur de l'état civil*, entonces tu futuro casero sabrá que eres trans aunque tu no desees compartir esa información.

Si eres menor de 18 años no estás autorizado a firmar contratos legales y por lo tanto necesitarás un aval, quien será legamente responsable por el apartamento. Si eres menor de 18 años y firmaste un contrato de arrendamiento el *Régie de Logement* (Departamento de Vivienda) deberá decidir si el contrato es valido.

Si no tienes estatus migratorio la búsqueda de vivienda se torna mucho más difícil pus los caseros generalmente requieren tu historial de crédito, estado de cuenta, referencias

de trabajo, etc. En este caso, subarrendar un apartamento o vivir con compañeros de piso en quienes confíes (y que sean responsables por el contrato legal) son buenas opciones. Pero si prefieres vivir por tu cuenta, es mejor no dejarle saber a tu casero cuál es tu estatus migratorio. Si necesitas presentar una queja al *Régie de Logement* en contra de tu casero, o si tu casero presenta una queja contra ti, ten la seguridad de que el *Régie* no requiere tu SIN y no te preguntará sobre tu estatus migratorio.

Cómo Presentar una Queja

Si te sientes discriminado o discriminada por tu casero debido a tu identidad de género, tienes pocas opciones para defenderte. A pesar de lo duro que han trabajado muchos activistas de derechos humanos, la identidad y expresión de género no están protegidas por la legislación de Derechos Humanos de Canadá (*Canadian Human Rights Legislation*), tampoco son aceptadas legalmente como causa de discriminación por la Declaración de Derechos Humanos y Libertades de Québec. Sin embargo, tienes la opción de presentar tu queja por discriminación por razón de sexo, o discapacidad, (si tienes un diagnóstico oficial de Trastorno de Identidad de Género). Solo puedes presentar tu queja ante la *Régie de Logement* una vez que el contrato ha sido firmado, pero si sientes que se te ha negado la vivienda por razones de discriminación entonces puedes presentar una queja ante la Comisión de Derechos Humanos de Québec (CDPDJ, por sus siglas en francés).

Desafortunadamente, la responsabilidad de demostrar que has sido discriminado o discriminada cae completamente sobre ti. Por lo tanto te recomendamos que documentes muy bien el incidente pues entre más pruebas puedas presentar, mejor. Pregúntale al casero por qué se niega a rentarte el apartamento, e invita a un amigo de confianza o a tu trabajador comunitario a que te acompañen para que puedan testificar en caso de ser necesario. Guarda todos

los mensajes telefónicos de tu casero. Si el apartamento que deseas alquilar de repente “ya no está disponible”, tan pronto como te presentas, pídele a un amigo que llame para ver si en verdad ha sido rentado o simplemente se te ha negado, también puedes darte una vuelta más tarde para ver si todavía tiene el letrero de “Se Renta”.

Para presentar una queja ante la Comisión de Derechos Humanos (CDPDJ), debes llamar primero y presentar tu queja vía telefónica. Ellos decidirán si tu queja cae dentro de su jurisdicción, si es así te enviarán una serie de formularios. El teléfono de CDPDJ es: 514.873.5146

Privacidad

Tal vez no seas el dueño o dueña del apartamento o casa donde vives, pero una vez que firmas el contrato de arrendamiento, es considerado tu hogar. El casero tiene derecho de entrar a tu vivienda pero para ello te debe notificar con al menos 24 horas de anticipación, y solo puede entrar en tu vivienda entre las 9 de la mañana y las 9 de la noche. Si estás por mudarte, el casero debe informarte de todas las vistas de posibles arrendatarios, aunque en este caso no tiene la obligación de avisarte con 24 horas de anticipación. Los caseros no tienen derecho a llamarte insistentemente, acosarte, cambiar las chapas sin avisarte o entrar en tu vivienda sin notificarte antes. Si sientes que tu casero te está acusando, documenta cada incidente pues esto puede ser difícil de probar: guarda todos tus recibos telefónicos si es que tu casero te llama insistentemente sin causa alguna, conserva sus mensajes telefónicos si estos contienen amenazas o agresiones, lleva un registro escrito de la frecuencia con tu casero visita tu hogar, si es que te parece que sus visitas son excesivas.

Desalojo

Las reglas de desalojo en Québec son estrictas y claras. Tu casero no puede desalojarte por razones de tu identidad de género, la forma en que te vistes, tus visitas, tu situación

laboral o ninguna otra razón basada en prejuicios. Visita la página de la Régie de Logement, en ella podrás encontrar información detallada sobre cuando tu casero tiene derecho a desalojarte: <http://www.rdl.gouv.qc.ca/>

Trabajo Sexual

Si eres trabajador sexual, y trabajas en tu casa, la ley considerará que tienes una casa de citas. Poseer, administrar, arrendar, y vivir en una casa de citas es considerado ilegal de acuerdo con el Código Penal Canadiense. Si el casero tiene motivos para sospechar que su inquilino se dedica al trabajo sexual y utiliza su propiedad como casa de citas, entonces el casero puede ser acusado de complicidad. Si el inquilino es declarado culpable de tener una casa de citas, el casero será informado de ello y si no toma las medidas necesarias para desalojar al inquilino, y el inquilino es detenido nuevamente, el casero puede ser acusado de mantener una casa de citas. El simple hecho de ser trabajador sexual no es razón suficiente para que te desalojen, la única razón válida para un desalojo, en este sentido, es si llevas tus clientes a tu casa.

Empleo

Conseguir empleo no es tarea fácil, especialmente cuando los empleadores tienen un sinnúmero de expectativas y esperan que sus futuros empleados tengan por lo menos un diploma universitario o del CEGEP (Colegio de Educación General y Vocacional, por sus siglas en francés), que hablan francés (o inglés) y que tengan buenas referencias. Para muchas personas todo esto representa un desafío, pero las personas trans enfrentan barreras adicionales, incluyendo los códigos de vestimenta, documentos de identificación que reflejen tu apariencia e identidad de género, así como formas sutiles y abiertas de discriminación. Y una vez que consigues empleo, ¿cuáles son tus derechos?

Revelación

Saber por dónde empezar cuando estás buscando empleo no resulta siempre obvio, sobre todo cuando se trata de encontrar un empleador con el que te sientas cómodo o cómoda. Pregunta a tu alrededor, habla con tus amigos, busca en el Internet (en sitios como Kijiji y Craigslist, o los anuncios clasificados en tu periódico local), o ponte en contacto con alguna organización comunitaria de tu localidad. La información de boca en boca puede ayudarte a encontrar empleadores de mente abierta.

Mientras preparas tu CV o te alistás para una entrevista debes decidir cómo te gustaría presentarte, qué nombre prefieres usar, cómo te gustaría vestirte, etc. Algunas personas prefieren usar su nombre legal (si no se lo han cambiado), otras optan por usar su nombre de elección e informar a su empleador durante la entrevista o una vez que les ofrezcan el puesto de trabajo. Esto depende de ti, en este sentido no hay decisiones correctas o incorrectas. Algunas personas se presentan en concordancia con su sexo anatómico y otras deciden vestirse de acuerdo con su identidad de género. Elige la estrategia que mejor funcione para ti, al final lo que determinará tu decisión es que hayas o no tenido la oportunidad de cambiar legalmente tu nombre y sexo, o acender a cosas como la electrólisis, ropa adecuada a tu identidad, etc.

Una Vez en Tu Lugar de Trabajo

Una vez que te contraten, hay una serie de cosas que debes considerar: ¿Quieres que tus compañeros de trabajo sepan que eres trans? ¿Piensas iniciar tu transición mientras estás trabajando? ¿Puedes pedirle a tu jefe que mantenga tu identidad trans confidencial, y que te permita usar tu nombre de elección con tus compañeros de trabajo y tu nombre legal solo para asuntos administrativos (impuestos, cheques, etc.)? ¿Qué baño vas a utilizar, o hay baños/vestidores unisex en el edificio? Algunos lugares de trabajo que son lo suficientemente grande cuentan con un departamento de Recursos Humanos donde talvez (¡con suerte!) puedan

ayudarte a responder estas preguntas. Si tu lugar de trabajo es más pequeño, entonces tus opciones serán más limitadas.

En todo caso te recomendamos que hagas una lista de tus prioridades, teniendo en cuenta lo que puedes y no puedes controlar, así como tu nivel de comodidad y seguridad. Y aunque tal vez no tengas más opción que conformarte con cualquier trabajo y tolerar malas condiciones laborales, conocer tus límites puede ayudarte a defenderte y exigir que se te respete en tu lugar de empleo.

Acoso y Discriminación

Si bien tus opciones para impugnar el acoso y la discriminación pueden ser limitadas, no debes olvidar que a pesar de todo ¡tienes derechos! Si tu jefe te despidió cuando solicitaste licencia médica para someterte a la cirugía, o tu manager te acosa con insistencia, o algún compañero te está amenazando, tienes derecho a defenderte y a trabajar en un espacio seguro. La información en esta guía es muy reducida, por favor visita la sección de “Recursos”, para averiguar dónde puedes obtener más información respecto a tus derechos laborales como persona trans.

Para ponerlo en forma simple, te diremos que independientemente de que estés trabajando con todas las de la ley o por debajo de la mesa tu empleador está obligado a garantizarte un lugar de trabajo libre de acoso, tal como lo estipula la Ley de Normas Laborales (*Labour Standards Act*). Si estás sufriendo, o has sido víctima de, acoso psicológico y no has podido resolver el problema dentro de tu lugar de trabajo (hablar con tu jefe, enfrentar a tu acosador, etc.), tienes la opción de presentar una queja ante la *Commission des Normes du Travail du Québec* (CNT: Comisión de Normas Laborales de Québec): <http://cnt.gouv.qc.ca> ó 1800-265-1414. La responsabilidad de comprobar el acoso será tuya y por tanto te recomendamos que documentes cada incidente lo mejor posible, de forma cronológica y detallada,

y si tienes testigos pídeles que hagan lo mismo. La ley estipula que tienes un período de 90 días, después del incidente más reciente, para presentar tu queja.

Una vez que presentes tu queja ante la CNT, y si esta es aceptada, entonces hay varias avenidas para resolver tu caso, tales como la mediación, la investigación, una audiencia y o llegar a un acuerdo económico. También tienes la opción de solicitar Employment Insurance (Seguro de Empleo), o compensación a través de la *Commission de la Santé et de la Sécurité du Travail* (CSST: Comisión de Salud y Seguridad Laboral), si sientes que tu salud y seguridad han sido comprometidas. Si necesitas más información ponte en contacto con alguna organización comunitaria de derechos laborales, y si así lo requieres puedes conseguir que un representante te acompañe.

Además de la CNT, tienes la opción de presentar una queja ante la Comisión de Derechos Humanos de Québec (CDPDJ, *Commission des Droits de la Personne et de la Jeunesse*), si sientes que has sido discriminado o discriminada en base a tu sexo (la identidad y expresión de género no están protegidas por la legislación de derechos humanos, así que muchas personas trans deciden presentar quejas de discriminación por razón de sexo), u otros aspectos de tu persona (raza, discapacidad, religión, etc.). La CDPDJ es un órgano independiente, encargado de la promoción y defensa de los principios enunciados en la Declaración de Derechos Humanos y Libertades de Québec. Algunas personas trans han presentado sus quejas ante la CDPDJ y han conseguido defenderse en contra de la discriminación en el trabajo, sin embargo este puede ser un proceso largo y agotador, por lo cual te recomendamos que busques el apoyo de alguna organización comunitaria para que no enfrentes el proceso a solas.





Conclusión

Hemos querido terminar esta guía con la mirada puesta en el futuro. La *Guía de Supervivencia para la Comunidad Trans*, es un instrumento de navegación, una hoja de ruta, para las personas trans que tienen que navegar el sistema de salud y los servicios sociales de Québec. La esperanza es que la información contenida en este documento te sea de utilidad, y que los consejos y herramientas que te proporcionamos te sirvan para abogar por ti mismo y por ti misma y para defender tus derechos. Por favor comparte esta guía y todo lo que aprendas de ella, porque entre mejor informadas estén nuestras comunidades, nuestra capacidad de resistencia será más fuerte.

Por último, queremos destacar el activismo y las estrategias de supervivencia que utilizamos día-a-día, en otras palabras como el hecho de compartir nuestras historias, el salir en defensa del otro, el simple gesto de mantenernos de pie después de un día difícil, son también formas concretas de lucha por nuestros derechos. Cuando nos cuidamos los unos a los otros, cuando compartimos nuestros problemas, cuando brindamos apoyo a alguna amiga que se siente desalentada y sin opciones, cuando decidimos cambiar de doctor y encontrar a un médico que nos prescriba hormonas, cuando decidimos empezar nuestras propias

familias, cuando compartimos con nuestros hijos nuestras historias, es entonces cuando nos hacemos más fuerte, como individuos, como comunidad. Cuando cuidamos al algún amigo o amiga después de su cirugía, cuando escribimos cartas a nuestros seres queridos y amigos que han caído presos, cuando advertimos a nuestros colegas sobre un mal cliente, cuando creamos espacios para que nuestros jóvenes puedan socializar, todo esto nos vuelve activistas y líderes de nuestra comunidad. Cuando peleamos en contra de la brutalidad policiaca y la represión, cuando exigimos que nuestros derechos sean respetados y nos organizamos para conseguir que los procesos de cambio legal de nombre y sexo sean más accesibles, cuando ayudamos a crear redes de doctores y prestadores de servicios que trabajan con la comunidad indocumentada, entonces le estamos diciendo al mundo en voz alta ¡qué también vivimos aquí!

Es en gran parte debido a este activismo y acciones de supervivencia cotidianas que existen servicios sociales para la comunidad trans. Esta guía surgió como parte de un proyecto iniciado por personas trans que han luchado, y siguen luchando, por garantizar servicios a la comunidad trans de Québec. A pesar de todos nuestros esfuerzos aun nos queda mucho trabajo por hacer para mejorar el acceso de nuestra comunidad a servicios sociales y de salud que sean pertinentes y respetuosos de nuestra realidad. Los cambios están en camino, pero solo serán posible si seguimos trabajando juntos, fortaleciéndonos a nosotros mismos y compartiendo conocimiento e información.



Recursos

Miembros de la Red de Salud Trans de Québec

- Action santé travesti(e)s et transsexuel(le)s du Québec (ASTT(e)Q)

Dirección: 300 Ste. Catherine E., Montreal

Teléfono: 514.847.0067 ext. 207

Email: astteq@yahoo.ca

Página Web: www.astteq.org

- Aide aux transexuelles et transsexuels du Québec (ATQ)

Teléfono: 514.591.9038 (administración) 514.254.9038 (línea de ayuda)

Email: admin@atq1980.org (administración) ecoute@atq1980.org (línea de ayuda)

Página Web: www.atq1980.org

- 2110 Centre for Gender Advocacy

Dirección: 2110 Mackay, Montréal

Teléfono: 514.848.2424 ext. 7880

Email: info@centre2110.org (administración) psa@centre2110.org (apoyo y defensa)

Página Web: www.centre2110.org

- Stella

Dirección: 2065 Parthenais street, suite 404, Montréal

Teléfono: 514.285.8889

Email: stellapp@videotron.ca

Página Web: www.chezstella.org

- Project 10

Dirección: 2075 Plessis, suite 307, Montréal

Teléfono: 514.989.4585 (Línea de ayuda) 514.989.0001 (Administración)

Email: questions@p10.qc.ca

Página Web: www.p10.qc.ca

Otras organizaciones que prestan servicios de apoyo a la comunidad trans

- Le Néó

Dirección: 83 Saint-Louis, Terrebonne

Teléfono: 1.800.964.1860

Email: neo@le-neo.com

Página Web: www.le-neo.com

- Projet Caméléon (I.R.I.S. Estrie)

Dirección: 505 Wellington, Sherbrooke

Teléfono: 819.823.6704

Email: projet_cameleon@hotmail.com

Página Web: www.iris-estrie.com

- Head and Hands (para jóvenes entre 14-25)

Dirección: 5833 Sherbrooke West, Montréal

Teléfono: 514.481.0277

Email: info@headandhands.ca

Página Web: www.headandhands.ca

No podemos garantizar que las organizaciones y recursos que a continuación se presentan están preparados para atender las necesidades específicas de la comunidad trans

Clínicas Legales

- **Just Solutions Legal Clinic**

Dirección: 1440 St-Alexandre, 3^a planta, Montréal

Phone: 514.844.9128. ext. 204

Email: js@montrealcitymission.org

Página Web: www.montrealcitymission.org

- **Mile End Legal Clinic**

Dirección: 99 Bernard O., Montreal

Teléfono: 514.507.3054

Email: mile_end_law@yahoo.ca

Página Web: www.justicemontreal.org

- **Women's Y Legal Clinic**

Dirección: 1355 Blvd René-Levesque O., Montréal

Teléfono: 514.866.9941. ext. 293.

Email: infojuridique@ydesfemmesmtl.org

- **Clinique juridique Juripop**

Dirección: 253 Ste.Catherine, suite 200 y 205, Montréal

Teléfono: 450.845.1637

Página Web: www.juripop.org

- **Informèlle (derecho de familia)**

Dirección: 3757 Mackay, Saint-Hubert

Teléfono: 450.443.8221. or 1.877.443.8221.

Email: droitpourelle@informelle.osbl.ca

Página Web: www.informelle.osbl.ca

- **Clinique droits devant (derechos de personas sin hogar)**

Teléfono: 514.603.0265

Email: cliniquedroitsdevant@yahoo.fr

- Para encontrar la oficina de Legal Aid más cercana, visita:
www.justice.gouv.qc.ca/english/sujets/glossaire/aide-jur-a.htm

Información y apoyo comunitario

- Le Réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal (RAPSIM)

Dirección: 105 Ontario E., suite 204

Teléfono: 514.879.1949

Email: rapsim@qc.aira.com

Página Web: www.rapsim.org

- Centre for Research-Action on Race Relations

Dirección: 460 Ste. Catherine O., suite 610, Montréal

Phone: 514.939.3342

Email: crarr@primus.ca

Página Web: www.crarr.org

- Action Autonomie (derechos de salud mental)

Dirección: 3958 Dandurand, Montréal

Teléfono: 514.525.5060

Email: lecollectif@actionautonomie.qc.ca

Página Web: www.actionautonomie.qc.ca

- Educaloi (recursos y materiales informativos en línea)

Página Web: www.educaloi.qc.ca

- Elizabeth Fry Society (derechos de los reclusos)

Dirección: 5105 Côte Saint-Antoine, Montréal

Phone: 514.489.2116

Email: elizabethfry@qc.aira.com

Página Web: www.elizabethfry.qc.ca

- Coalition des organismes communautaires québécois de lutte contre le sida (COCQ-sida)

Dirección: 1 Sherbrooke East, Montreal

Teléfono: 514.844.2477, poste 0 1.866.535.0481

Email: info@cocqsida.com

Página Web: www.cocqsida.com

- **Native Friendship Centre**

Dirección: 2001 St. Laurent, Montréal

Téléfono: 514.499.1854

Página Web: www.rcaaq.info

- **Association pour la défense des droits et l'inclusion des personnes qui consomment des drogues du Québec (ADDICQ)**

Dirección: 1188 Champlain, Montréal

Téléfono: 514.904.1241

Página Web: www.linjecteur.ca/addicq

- **Canadian HIV/AIDS Legal Network**

Página Web: www.aidslaw.ca

Asistencia Social

- **Organisation populaire des droits sociaux (OPDS)**

Dirección: 3340 Ontario East, Montreal

Téléfono: 514.524.6996

Email: opdsrm@cooptel.qc.ca

Página Web: www.opdsrm.com

- **Project Genesis**

Dirección: 4735 chemin de la Côte-Saint-Catherine, Montréal

Téléfono: 514.738.2036

Página Web: www.genese.qc.ca

- **Mouvement Action Chômage**

Chicoutimi (Service action chômage): 418.543.3569

Estrie: 819.566.5811

Gaspésie: 418.689.2030

Haute-Côte-Nord: 418.238.2625

Haut-Richelieu: 450.357.1162

Kamouraska: 418.492.7494

Montréal: 514.271.4099

Québec: 418.523.7117.

Saguenay-Lac-Saint-Jean: 418.662.9191

Trois-Rivieres: 819.373.2785

- **Coalition Opposed to Police Brutality**

Teléfono: 514.395.9691

Email: cobp@riseup.net

Página Web: www.cobp.resist.ca

- **Project X**

Dirección: 3770 Decarie, Montréal

Teléfono: 514.872.9444

Email: info@theprojectx.ca

Página Web: www.theprojectx.ca

- **Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)**

Teléfono: 1.866.532.2822

Página Web: www.cavac.qc.ca

- **Centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS)**

Teléfono: 514.529.5252 (Montréal) or 1.877.717.5252 (el resto de Québec)

Página Web: www.rqcalacs.qc.ca

Email: info@rqcalacs.qc.ca

Intercambio de Agujas

- **CACTUS**

Dirección: 1300 Sanguinet, Montréal

Teléfono: 514.847.0067

Email: info@cactusMontreal.org

Página Web: www.cactusmontreal.org

- **Spectre de rue**

Dirección: 1280 Ontario E., Montréal

Number: 514.524.5197

Email: administration@spectrederue.org

Página Web: www.spectrederue.org

- **Dopamine**

Dirección: 4205 Ontario E., Montréal

Teléfono: 514.251.8872

Email: info@dopamine.ca

Página Web: www.dopamine.ca

- **Point de Repères**

Dirección: 530 St-Joseph E., Québec

Teléfono: 418.648.8042

Página Web: www.pointdereperes.com/site/index.swf

- **Lista de localidades en Québec donde puedes encontrar agujas y equipo de inyección limpios:**

[www.publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/](http://www.publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2009/09-312-01.pdf)

[documentation/2009/09-312-01.pdf](http://www.publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2009/09-312-01.pdf)

Servicios de apoyo para migrantes

- **PRAIDA**

Dirección: 5700, chemin de la Côte-des-Neiges, Montréal

Phone: 514.731.8531

- **Action Réfugiés Montréal**

Dirección: 1439 Ste. Catherine O., suite 2, Montréal

Phone: 514.935.7799

Email: info@actionr.org

Página Web: www.actionr.org

- **Solidarity Across Borders Montreal**

Email: solidaritesansfrontieres@gmail.com

Página Web: www.solidarityacrossborders.org

- **Medicina del Mundo Montreal, clínica semanal**

Dirección: Confidencial, llama paara hacer cita

Teléfono: 514.609.4197

- **AGIR**

Página Web: www.agirmontreal.org

Vivienda

- Régie du logement

Téléfono: 514.873.2245 or 1.800.683.2245

Página Web: www.rdl.gouv.qc.ca

- Regroupement des comités logements et associations de locataires du Québec (RCLALQ)

Dirección: 2000 Saint-Joseph E., suite 35, Montréal

Téléfono: 514.521.7114

Email: rclalq@rclalq.qc.ca

Página Web: www.rclalq.qc.ca

- POPIR-Comité Logement

Dirección: 4017 Notre-Dame O., Montréal

Téléfono: 514.935.4649

Email: popir@videotron.ca

- Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU)

Dirección: 180, boul. René-Lévesque E., suite 105, Montréal

Téléfono: 514.522.1010

Email: frapru@cooptel.qc.ca

Página Web: www.frapru.qc.ca

Empleo

- Au bas de l'échelle

Dirección: 6839A Drolet, suite 305, Montréal

Phone: 514.270.7878

Email: abe@aubasdelechelle.ca

Página Web: www.aubasdelechelle.ca

- Centres locaux d'emploi (CLE)

Phone: 1.888.643.4721

Página Web: www.emploi.quebec.net

- La boussole (para personas con récord criminal)

Dirección: 1440 Stanley, 6^a planta, Montréal

Phone: 514.849.8393 ext. 744

- Immigrant Workers Centre
Dirección: 4755 Van Horne, suite 110, Montréal
Phone: 514.342.2111
Email: info@iwc-cti.ca
Página Web: www.iwc-cti.ca

Recursos y materiales informativos en línea específicos para trans

- www.transhealth.vch.ca/resources/library
- www.FTMguide.org
- www.alterheros.org
- www.susans.org
- www.ftm.underworks.com
- www.underworks.com/bras
- www.grsMontréal.com y www.srsmontreal.com
- www.transbucket.org
- www.survivorproject.com
- www.queertransmen.org
- chrysalidelyon.free.fr
- www.forge-forward.org
- www.tsvoice.com
- www.transgendercare.com

Recursos y material informativo para profesionales de la salud

- www.wpath.org (Normas de atención médica)
- www.cpath.org
- www.santetranshealth.org
- www.groups.yahoo.com/group/transmedicine

Guías y Protocolos Clínicos

- Sherbourne Health Centre: www.sherbourne.on.ca/PDFs/Trans-Protocols.pdf
- Vancouver Coastal Health: www.transhealth.vch.ca/resources/careguidelines.html

- Callen-Lorde www.callen-lorde.org/documents/TG_Protocol_Request_Form2.pdf
- Tom Waddell: www.sfdph.org/dph/comupg/oservices/medSvs/hlthCtrs/TransGendprotocols122006.pdf
- The Endocrine Society: www.jcem.endojournals.org/content/94/9/3132.full
- The Center of Excellence in Transgender Health: www.transhealth.ucsf.edu/trans?page=lib-00-02