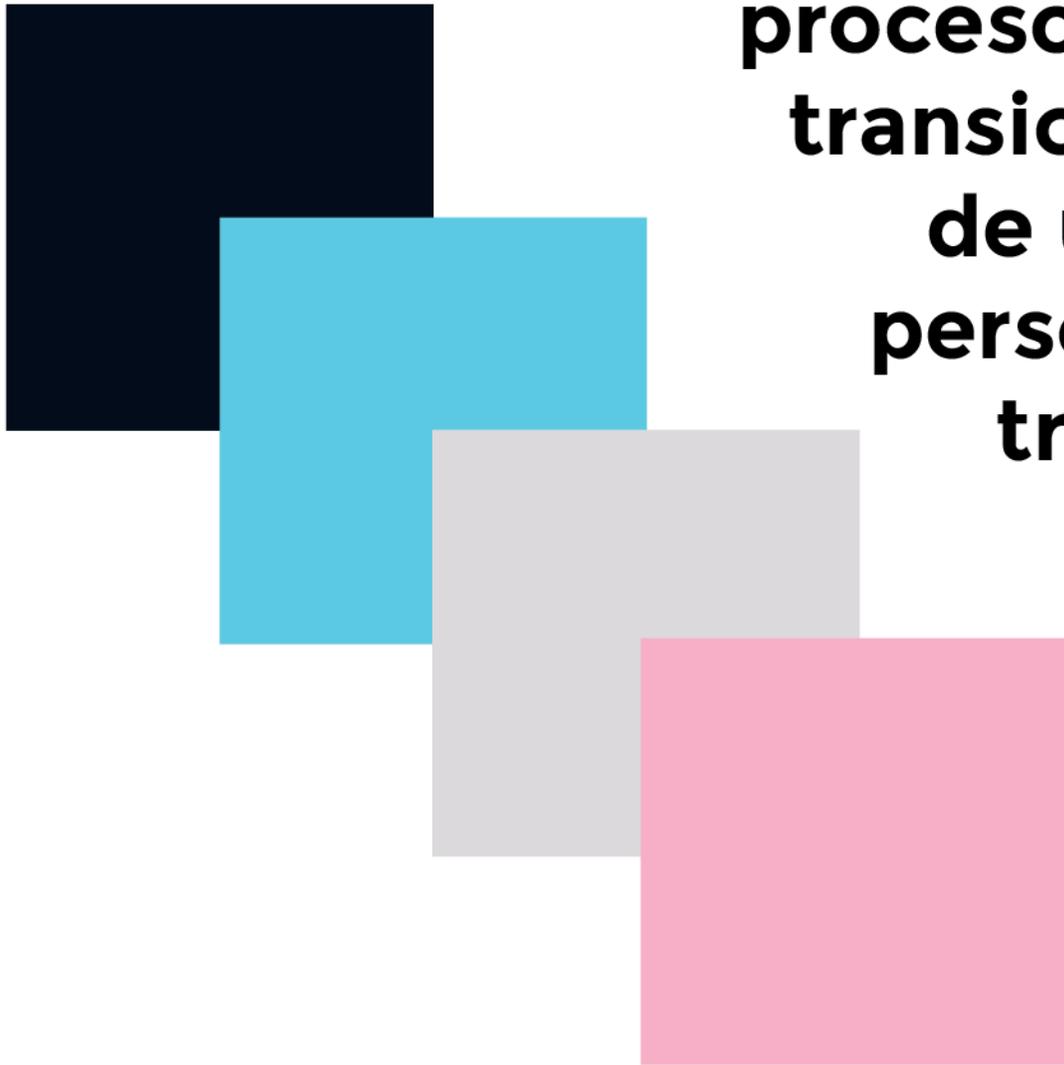


Orientaciones generales del proceso de transición de una persona trans



Recursos y recomendaciones para una transición
informada, consciente y responsable

Orientaciones generales del proceso de transición de una persona trans.



**IMPULSO
TRANS[®]_{A.C.}**

**Recursos y recomendaciones
para una transición informada,
consciente y responsable.**



**Igualdad Sustantiva
entre Mujeres y Hombres**



"Este proyecto se realiza con el recurso público de los programas sociales de la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres del Gobierno del Estado de Jalisco, ejercicio 2019."

DIRECTORIO GENERAL

PRESIDENTE

Izack Zacarías

DIRECTORA

Verónica Sandoval

Derechos reservados

2019, Impulso Trans A. C.
Franciso Villa No. 29 Col.
Zapopan, Jal. CP 45130

Impresión: Editorial Unisan
Árbol No. 551 Chapalita Sur
Zapopan, Jal. 45040
editorialunisan.mx

Diseño editorial y portada:
Denís Contreras Lazaritt

No se permite la reproducción total o parcial de este documento, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Arts. 229 y siguientes de la Ley Federal de Derechos de Autor y Arts.424 y siguientes del Código Penal).

TABLA DE CONTENIDO

Introducción	7
Nuestra asociación	7
Misión de Impulso Trans AC.	8
MODELO DE ATENCIÓN DE IMPULSO TRANS	8
¿De dónde nace?	8
Proceso de Transición	8
¿Qué es la Consejería?	10
¿Qué tipo de información recibiré en la Consejería?	10
¿Qué es la Transición de Género?	10
¿Qué información se brinda en la consejería?	10
RECURSOS Y RECOMENDACIONES PARA UNA TRANSICIÓN, SEGURA, CONSIENTE Y RESPONSABLE	12
Transición personal	12
Transición social	15
Transición medica	17
USO DE HORMONAS EN HOMBRES TRANS	17
¿Cómo se administra la testosterona?	17
Información sobre el tratamiento de terapia hormonal	18
Alternativas disponibles	18
Cambios esperados de la terapia hormonal masculinizante	19
Advertencia - ¿quiénes no deben usar testosterona?	20
Posibles riesgos y efectos secundarios del tratamiento con testosterona	20
USO DE HORMONAS EN MUJERES TRANS	24
Efectos esperados de la terapia hormonal feminizante	24
Posibles riesgos y efectos secundarios del tratamiento con estrógeno	26
Posibles riesgos y efectos secundarios de los bloqueadores de andrógenos (espironolactona)	27
Contraindicaciones para el tratamiento hormonal	27
SOBRE LAS CIRUGÍAS PARA PERSONAS TRANS	28
¿Qué cirugías existen?	29
¿Qué tener en cuenta para elegir médico?	29
Cuidados pre-operatorios físicos	30

TRÁMITE ADMINISTRATIVO DE LEVANTAMIENTO DE ACTA POR REASIGNACIÓN DE SEXO-GENÉRICO EN CIUDAD DE MÉXICO (MAYORES DE 18 AÑOS)	31
Manual de procedimiento del registro civil	34
Reglamento del registro civil	34
Homologación en Jalisco y otros estados	35
ESPACIO PARA TUS NOTAS PERSONALES	38

INTRODUCCIÓN

La Heteronormativa que impone solo dos géneros, hombre y mujer, como la única manera posible entre los sexos y de construcción social, fue históricamente desestabilizada por diversas formas de identidad de género, en este caso las personas TRANS. El modo en que nos vestimos, los juguetes que usamos en la infancia, los deportes que practicamos, la familia, el sistema educativo, por mencionar algunas aristas que componen el desarrollo de las personas, trabajan para reproducir un sistema normativo binario y estandarizado que pretende “corregir” toda forma de disidencia en lo que respecta al género, identidades, expresiones y orientaciones.

Las personas TRANS muestran variantes de expresiones y de identidades, por tanto, son una realidad social que se ve relacionada con un complejo de tabús, estigmas, prejuicios, estereotipos, críticas e invisibilidades a nivel social, cultural, político, laboral, de salud, educativo y legal; en el cual, el punto central de este rechazo es lo que la sociedad establece respecto a la concordancia entre cuerpo, expresión de género, identidad y orientación sexual, que concentra la construcción de la identidad.

La creación de este documento tiene como finalidad mostrar las necesidades de las personas Trans en los diferentes ámbitos que abarcan su proceso de transición, así como brindar un panorama general de los aspectos que se deben contemplar cuando se decide comenzar una transición de género.

NUESTRA ASOCIACIÓN

Para Impulso Trans A.C. es muy importante que la población Trans tenga información para su fortalecimiento y que de esta manera sea capaz de tomar sus propias decisiones de forma responsable y consciente.

Este documento es una compilación de información basada en bibliografía que ha contribuido a la estructuración de los servicios que se ofrecen actualmente en la asociación y en la experiencia que se ha alimentado del acompañamiento a otras personas Trans de diferentes edades, condiciones, clases sociales, nivel académico a lo largo de 6 años de trabajo, es importante decir que este documento está en constante actualización pues conforme avanza el tiempo adquirimos mayor conocimiento y experiencia sobre el tema. Cabe aclarar que el contexto de la guía es del Estado de Jalisco y aunque se expondrán experiencias de personas de otros estados de la república, es posible que los recursos y las políticas aquí expuestas son empleadas en Jalisco y no aplican de igual forma en otros Estados.



MISIÓN DE IMPULSO TRANS A.C.

Impulso Trans A.C. trabaja para lograr el fortalecimiento de las personas trans: transgénero, transexuales, travestis, intersex y LGBTQ+, a través de información oportuna, veraz y confiable, además de generar estrategias que promuevan la visibilización y la inclusión en espacios de salud, laborales, educativos y sociales, incidiendo en la elaboración de políticas públicas, bajo un enfoque de igualdad y no discriminación, integrando la Perspectiva de Género y Derechos Humanos.

Tenemos gran compromiso con nuestra población y por ello ofrecemos distintos servicios en beneficio de las personas Trans para las cuales trabajamos en los distintos ámbitos de la vida de una persona como lo es el área de:

- I. Salud*
- II. Jurídico*
- III. Social y Cultural*
- IV. Laboral*
- V. Espacios educativos*

Razón por la cual hemos implementado un sistema de atención integral, el cual brinde herramientas que nos ayuden a alcanzar nuestras metas.

Aunque la transición para algunas personas es lenta y difícil, para otras puede ser rápida y más sencilla, pero para ninguna persona el proceso debe ser estresante, agobiante y doloroso por no tener la información u orientación necesaria para hacerlo.

MODELO DE ATENCIÓN DE IMPULSO TRANS

¿DE DÓNDE NACE?

La realización de este modelo de atención a personas Trans nace de la necesidad de elaborar un documento que permita a personas trans tener una guía que concentre en mayor detalle aspectos que se deben de considerar en un proceso de transición. Impulso Trans AC. recaba experiencia desde el 2013 de trabajo con la población trans en el área de salud, legal, educativo y personal-social, lo que condujo a la identificación de aspectos reiterativos en las necesidades de la población.

PROCESO DE TRANSICIÓN

Las personas Trans viven experiencias complejas desde antes de tener las posibilidades o el conocimiento del cuál es la mejor manera de comenzar el proceso de una transición. Muchos de ellos se ven influenciados por otras personas Trans que son amistades o que tienen video blogs en internet, siendo éstas las principales fuentes de información.

El conocer a personas iguales, les permite empoderarse en su autodefinición y crear cierto sentido de pertenencia, sin embargo, es importante resaltar que, pueden o no ser una referencia adecuada, ya que toda la información que proporcionan se basa en experiencias individuales y del como ellos consiguieron sus recursos. Las transiciones son únicas, no existe una fórmula mágica, cada cuerpo tendrá necesidades muy específicas para su hormonación, cada persona decidirá sobre su homologación de documentos, el acceso a cirugías, etc., en resumidas cuentas, la propuesta es que cada persona construya una estrategia del cómo encaminará su transición en todos los aspectos que le responsabilizan, con conocimiento de causa y efecto.

La propuesta que Impulso Trans coloca sobre la mesa para las personas trans en cuestión a su proceso de transición, es que contemplen los siguientes aspectos:

- Buscar a especialistas en el tema para tener **charlas informativas** que permitan a la persona empoderarse sobre los conceptos y obtener información acerca de su propia sexualidad y cómo se ha construido ésta.
- Contemplar un **acompañamiento y fortalecimiento emocional psicológico en los procesos de adecuación en sus vidas**, pues con la transición de género y el uso de hormonas en lo físico, no solamente ellos llevan un proceso de cambio, sino también las personas en la sociedad que les rodean, sus familiares, amistades, en el trabajo y pareja.
- Colateralmente a este acompañamiento psicológico, es importante que exista un **grupo que apoye a las familias y parejas** de las personas Trans, ya que ellos también llevan un proceso de transición.
- En el mismo rubro de acompañamiento psicológico o de grupos especializados en estas áreas, las personas Trans que estén teniendo una **problemática con el uso de drogas**, trabajen en los sentimientos y emociones que tengan que ver con ansiedad, depresión, frustraciones y/o auto rechazo.
- También en el acompañamiento psicológico que se les brinde a las personas Trans, se les propone crear un **plan de vida** que les permita establecerse metas dentro de su transición.
- Contemplar la persona si desea el **tratamiento hormonal**, informar los efectos reversibles e irreversibles en su cuerpo, y especificar que debe de buscar especialistas educados en el trabajo con personas Trans para poder llevar estos tratamientos de manera adecuada.
- Posteriormente, el acceso a **cirugías**, siendo opcionales y correspondiendo a las necesidades que las personas tengan sobre el acondicionamiento de su cuerpo o de funcionamiento en sus órganos.

Como podemos darnos cuenta, el proceso de transición conlleva la toma de muchas decisiones que entre más informada y consciente la persona esté de lo que va a pasar y que tiene que hacer para lograr sus metas, más fácil y armónica será la travesía.

Impulso Trans AC. tiene el servicio de **consejerías**, en el cual se ofrece esta información y más, a continuación, se explicará con detalle.

¿QUÉ ES LA CONSEJERÍA?

El servicio que ofrece Impulso Trans A.C., tiene la función de brindar información sobre el proceso de transición en los distintos ámbitos de su vida como: el personal, familiar, social, de salud, legal, laboral y/o educativo; su objetivo es que la persona pueda tomar decisiones informadas, conscientes y responsables que les ayuden a mejorar su calidad de vida.

Cada persona tomará sus propias decisiones, no hay una sola forma de llevar a cabo la transición; si bien, hay herramientas que pueden ayudarnos a sobrellevar el proceso, no a todas les servirá de la misma manera.

La gente comparte su identidad de género en diferentes momentos de su vida: algunos lo hacen desde una edad muy temprana, mientras que otros no se lo hacen saber a nadie sino a sí mismos hasta más adelante en su vida. Esto puede ser por varias razones, incluyendo preocupaciones sobre su seguridad, miedo al rechazo por parte de amigos y familiares, o por potencial discriminación en el trabajo, en casa o en público.

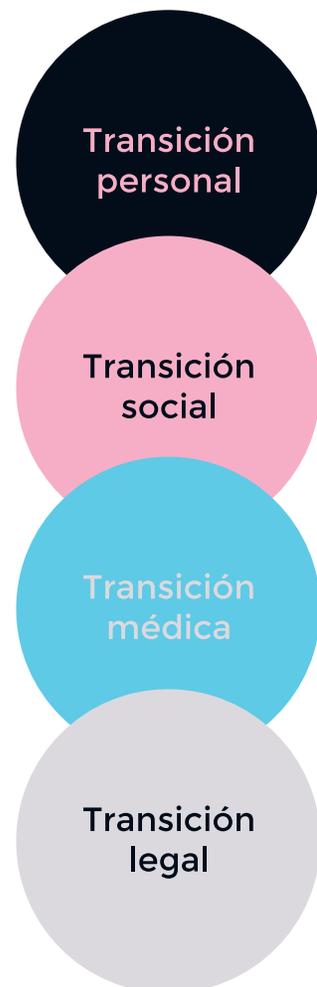
¿QUÉ TIPO DE INFORMACIÓN RECIBIRÉ EN LA CONSEJERÍA?

¿QUÉ ES LA TRANSICIÓN DE GÉNERO?

Las personas Trans son aquellas que manifiestan una identidad de género diferente al género que se nos asignó al nacer; algunas personas decidimos iniciar un proceso de transición, el cual consiste en expresar nuestra identidad de género a través de nuestra expresión de género. No existe una fórmula, mucho menos una receta para realizar una transición de género, es un proceso único de cada persona. Es importante reconocer que cada persona buscará en diferente medida expresar su identidad de género y realizará los cambios corporales hasta el punto que se sienta cómoda. Una persona Trans puede o no reproducir los estereotipos de género asociados a lo que es ser mujer u hombre. Las identidades Trans son variantes de vivirse como persona y no tiene por qué estar regidas de normas sociales.

¿QUÉ INFORMACIÓN SE BRINDA EN LA CONSEJERÍA?

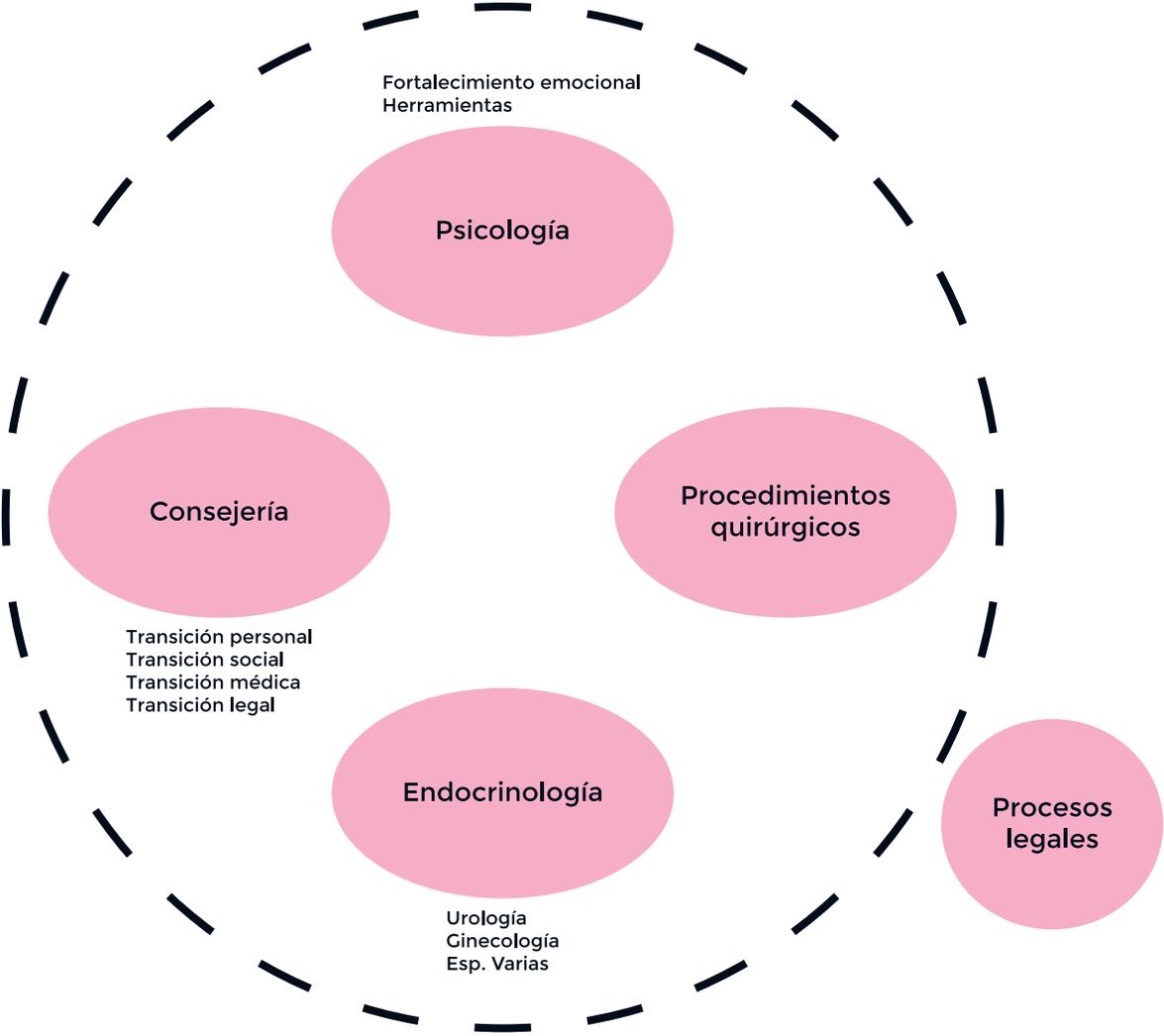
Al inicio de la consejería se plantearán conceptos básicos sobre sexualidad, para aclarar y establecer los mismos significados e interpretaciones para hablar el mismo lenguaje.



La consejería se basa en proporcionar información que se ha organizado en 4 diferentes esferas que son: la transición personal, la transición legal, médica y social. A partir de estas categorías, se proporciona información que la persona trans deberá identificar en la medida que ha avanzado en su transición, qué le falta y de esta manera tener una perspectiva más amplia y organizada de lo que deberá de trabajar en su persona y con la sociedad que le rodea para transicionar.

Para apoyar a estas grandes esferas de transición, será importante apoyarse de profesionales educados y sensibilizados a las necesidades de nuestra comunidad, por ejemplo:

En la transición personal, el acompañamiento para el fortalecimiento emocional de un profesional de la salud mental es de suma importancia, pues te brindará de herramientas para la mejor toma de decisiones, la concientización de tu proceso personal y del cómo sobrellevar barreras sociales de una manera más sana.

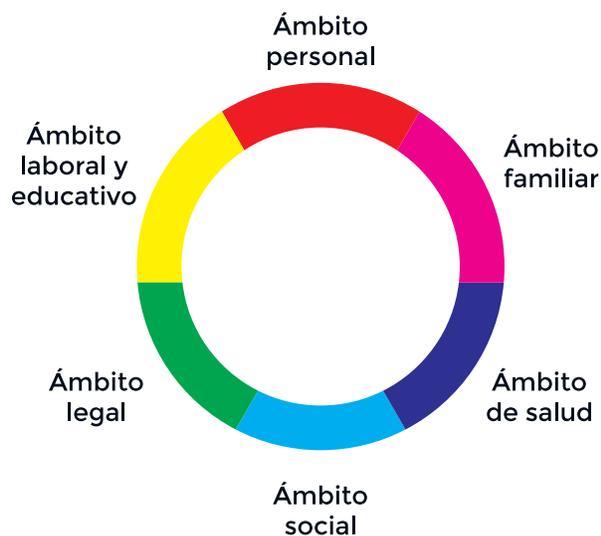


En la transición social, de nueva cuenta es importante el acompañamiento de un profesional de la salud mental y emocional, pues se suscitarán situaciones complejas con las personas que te rodean que te puedan ocasionar incomodidad, frustración, molestia, incertidumbre o tristeza en tu familia, en tu escuela, en tu trabajo, amistades o pareja.

En el aspecto médico no es suficiente que las personas profesionales en esta área tengan conocimiento sobre su rama de la salud física o cirugía estética, también deberán de estar sensibilizados en el trato a la diversidad de personas trans, pues las necesidades son diferentes y en el trabajo con cuerpos en hormonación, auto- hormonación o sin hormonarse.

Y sobre todo en los procesos legales, pues la realización del cambio de documentación legal aún no es posible en el estado de Jalisco, éste se deberá de realizar, si así se desea, en la Cd. de México y posteriormente llevar a cabo la homologación de la real identidad en todas las instituciones estatales y federales de Jalisco donde se tenga que avisar de tu cambio de nombre y género. Así como en los documentos que se guardan sobre tu trayecto formativo en instituciones educativas y laborales.

A continuación, se tratarán con mayor profundidad cada una de las esferas que para Impulso Trans A.C. son las más importantes en una transición.

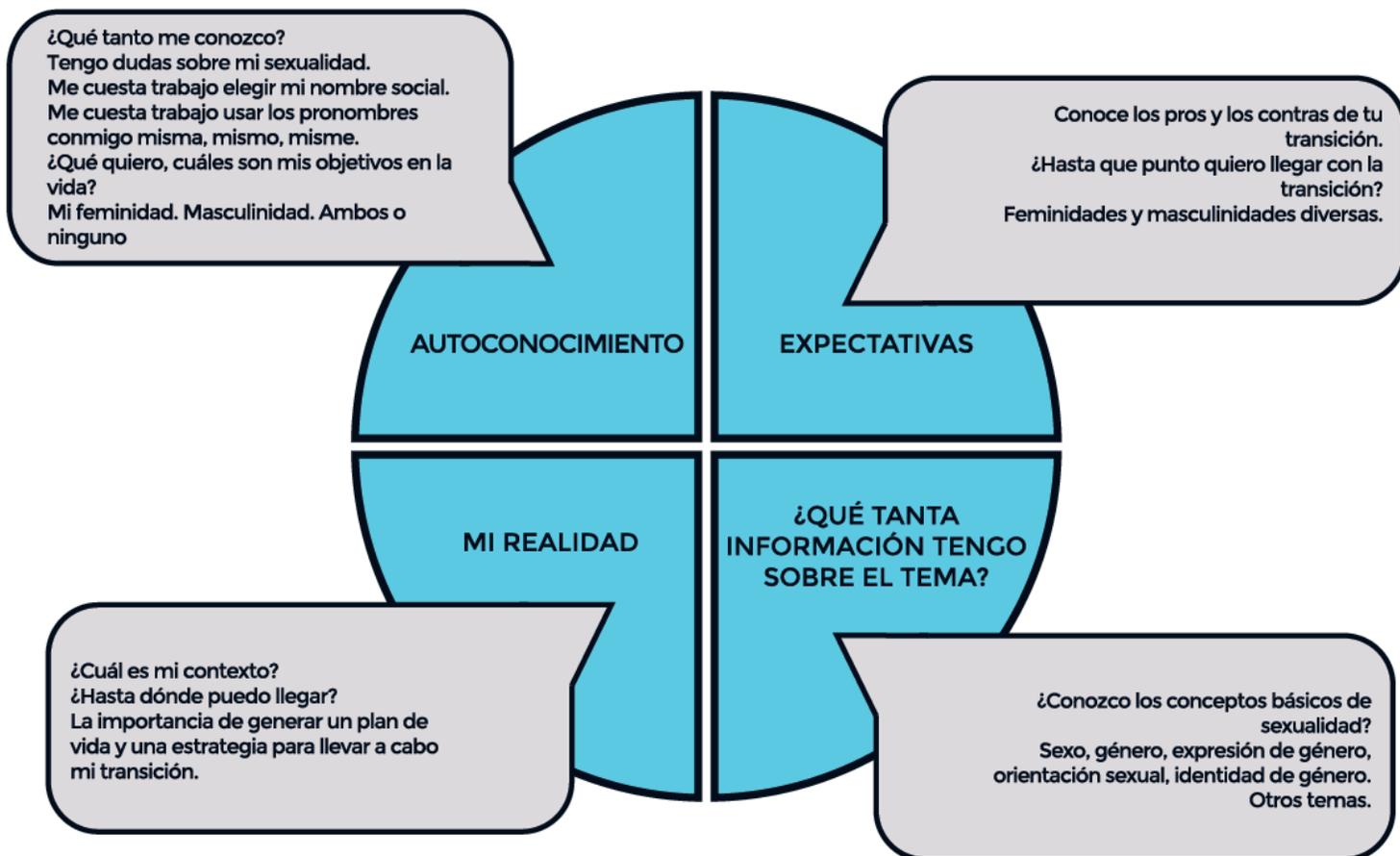


RECURSOS Y RECOMENDACIONES PARA UNA TRANSICIÓN, SEGURA, CONSCIENTE Y RESPONSABLE

TRANSICIÓN PERSONAL

Las personas nacen con una identidad de género, y desde muy temprana edad, alrededor de los 3 ó 4 años, la persona se siente o no identificada con ese género asignado al nacer el cual estuvo basado en el sexo de nacimiento. Habrá personas que se descubran trans en la niñez, otras en etapas de adolescencia y pubertad, tal vez quien lo haga en la juventud o adultez y quienes hasta alcanzar una edad adulta mayor. Pero dependerá de cada persona el tomar la decisión de iniciar una transición o no. Pueden ser muchos los factores por los cuales una persona no decida llevar a cabo una transición. Algunas razones por las que una persona trans decida no comenzar su transición pueden ser: falta de información, miedo, vergüenza, discriminación, rechazo, violencia, etc.

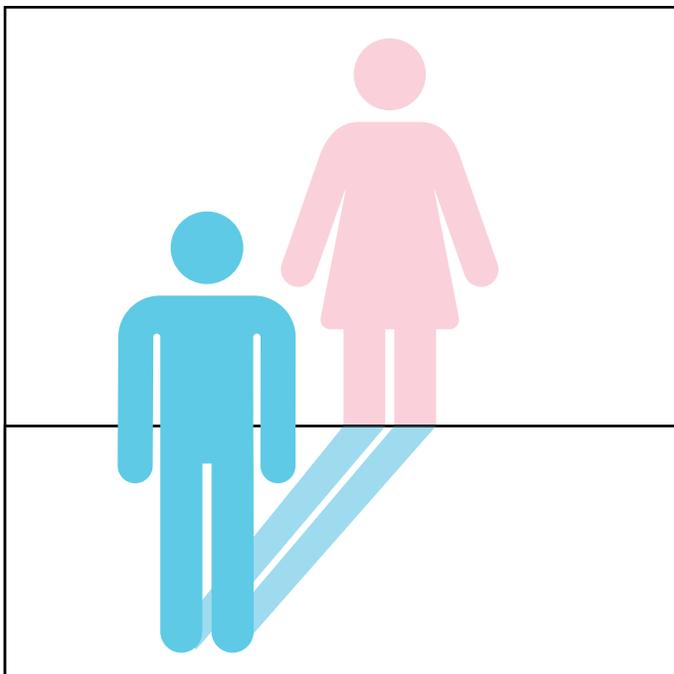
Para identificar mi proceso personal de transición puedo hacerme estas preguntas y posiblemente otras más, pero las que aquí se te ofrecen son las siguientes:



Si contestas estas interrogantes con honestidad, puedes ir configurando sobre premisas objetivas y concretas ¿qué estás haciendo? y ¿hacia dónde vas?

Questionamientos que tienen que ver con mi realidad, mi autoconocimiento, las expectativas que tengo sobre mi proceso y término de la transición y qué tanto sé sobre el tema. Es difícil establecer para qué edad es más complejo realizar la transición

La transición entonces es el proceso mediante el cual las personas trans manifiestan al exterior su identidad de género, aunque cada transición es distinta e individual, en general puede tener diferentes etapas, cada persona decidirá en cuál etapa mantenerse, no es un requisito ni debe exigirse se cumplan para que la persona se auto identifique como trans.



Algunas personas trans, pasan situaciones conflictivas propias de una transición de género, desde no saber qué es lo que les pasa, por qué razón se sienten con angustia, desesperación, ni qué tienen que hacer luego. La sociedad aún tiene una imagen negativa de la transexualidad, el señalamiento, la burla, violencia y discriminación sobre situaciones comunes que pasarán las personas en su proceso. Por estas razones es importante el fortalecimiento emocional y el autoconocimiento.

Existe un mito que rodean a las personas trans:

- Las personas trans se sienten en cuerpo equivocado

Realidad

Hay quienes se sienten felices con sus cuerpos.

Pero

¡No todas las personas trans experimentan estos sentimientos!

Consideraciones

- Cada persona tomará sus propias decisiones.
- No hay una sola forma de llevar a cabo la transición.
- Transiciones únicas, las herramientas no a todas les servirá de la misma manera.
- Las personas compartirán su identidad de género en diferentes momentos de sus vidas.
- En una transición de género no todas las personas pasan o quieren pasar por todas las etapas, ni en el mismo orden.

Obstáculos

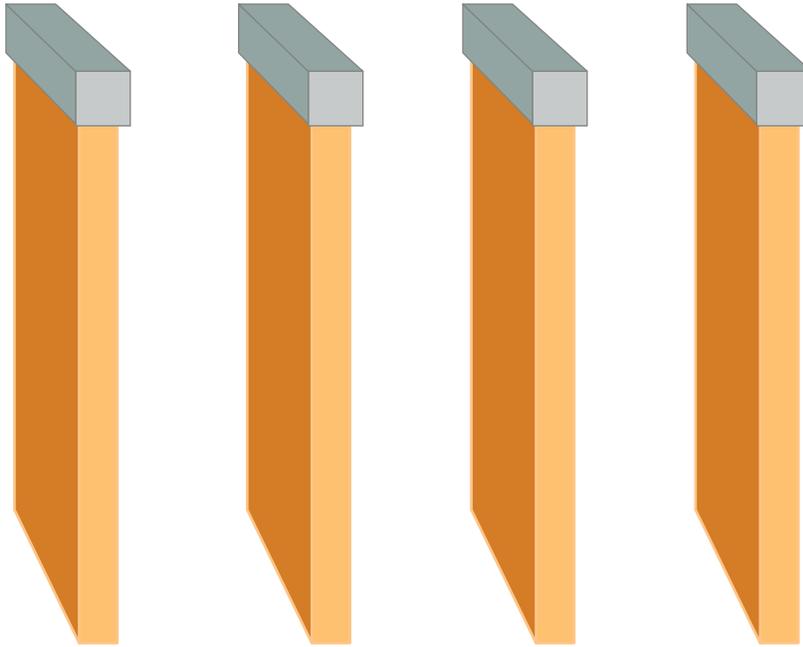
En tu transición de género los obstáculos que te topes serán variados, pero si tienes conocimiento de tus derechos y las leyes que te protegen y tienes fortalecimiento de tu persona, tendrás mayores probabilidades de librarlos con éxito.

Personales y familiares

Sociales

Jurídicos

Laborales



Derecho a mi expresión de género



Derecho a mi identidad de género



Derecho a la igualdad y NO discriminación



Derecho al trabajo y ejercer mi profesión



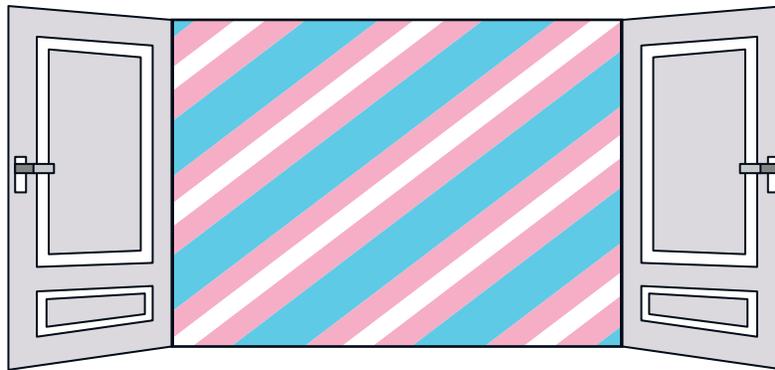
Derecho a la salud



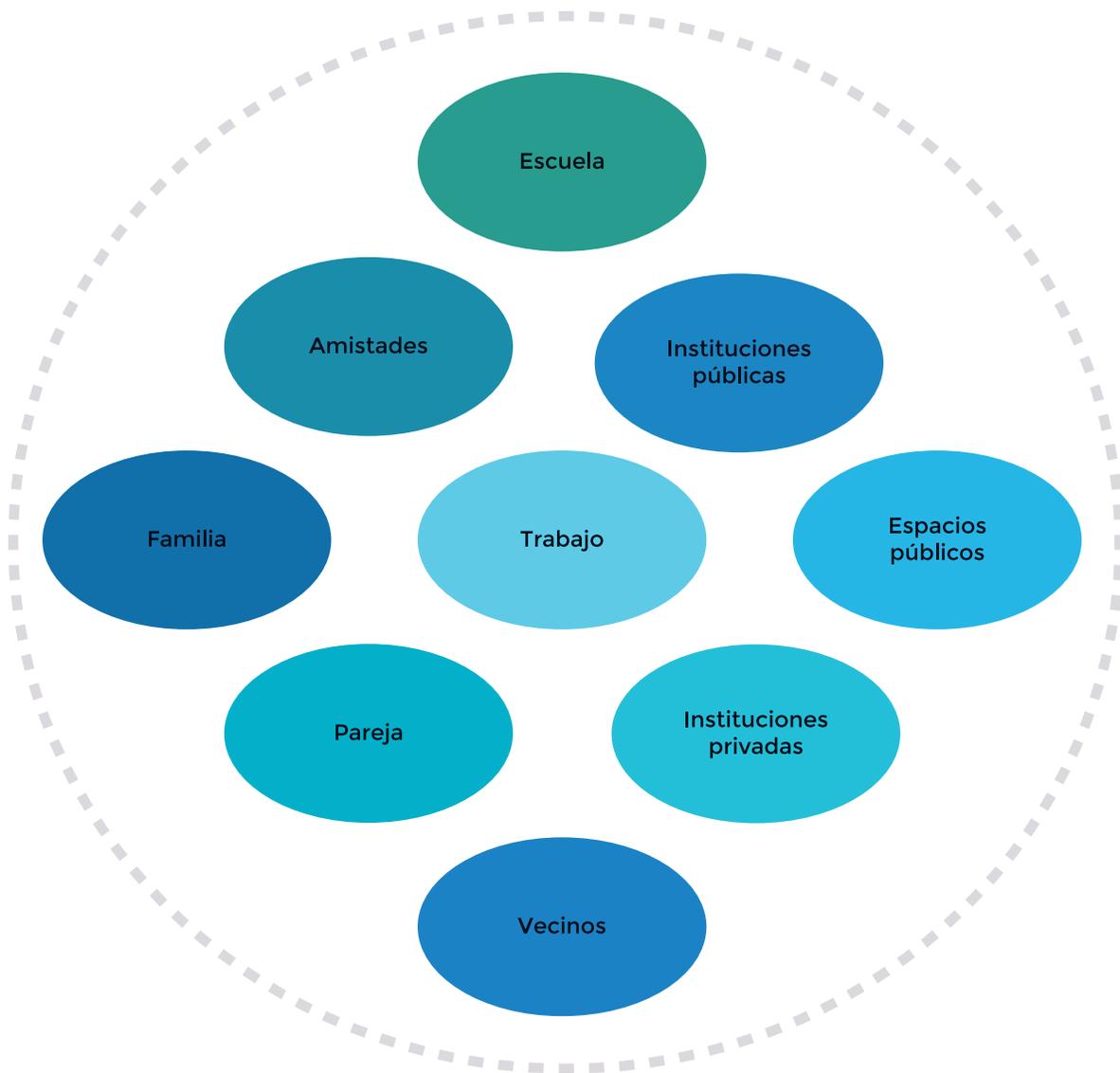
Derecho a la educación



TRANSICIÓN SOCIAL



La transición social se puede considerar que inicia cuando la persona ha decidido comentarles a las personas de su alrededor que es trans, comúnmente le conocemos con la frase “salir del clóset”. Solicita a las personas de su entorno que se refieran con el nombre que se identifica, así como que se utilicen pronombre (él/ella/elle). Expresan su identidad públicamente al utilizar vestimenta, el cabello, accesorios, etc. En esta etapa para las personas trans es muy importante sentirse reconocidas al nombrarles y utilizar los pronombres correspondientes.



La transición social está relacionada a nuestra exposición pública en la sociedad, externando nuestra expresión de género referente al cómo nos sentimos y del cómo nos queremos ver, que nos vean y sobre todo que nos nombren correctamente, en el uso de nombre y pronombre.

La transición social la experimentaremos en la escuela, en el trabajo, con nuestra familia, amigos, pareja, en cualquier ámbito de relación social.

Muchas personas trans tienen conflicto con el uso de los baños, pues no saben si su expresión será cuestionada o también experimentan episodios de miedo o ansiedad por tener alguna agresión de una persona usuaria dentro de este espacio.

Cuando van a entrar a un trabajo nuevo, representa angustia el tener que explicar sobre el cambio realizado o tener que solicitar que homologuen o cambien la identidad anterior con la que realmente te representa.

Incluyendo las miradas insistentes o de confusión de algunos vecinos que puedan estar atentos a los cambios físicos y de expresión de género que vayas realizando. Solo por mencionar algunos casos de incidentes que pueden pasar.

TRANSICIÓN MEDICA

En cuanto a la transición médica, Impulso Trans A.C. tiene su trabajo muy apegado a esta guía WPATH, Asociación Mundial para la Salud Transgénero en el cual se establecieron Normas de Atención (NDA) para la Salud de Personas Trans y con Variabilidad de Género las cuales hemos adaptado a nuestro contexto con la finalidad de mejorar nuestra calidad de vida.



Cada persona tiene la libertad de decidir qué quiere sobre su propia vida, cuerpo y manera de transicionar y debe ser responsable de sus propias acciones y lo que conlleva.

El uso del tratamiento hormonal para la transición o afirmación del género se basa en muchos años de experiencia en el tratamiento de personas Trans. La investigación sobre la terapia hormonal nos está dando más y más información sobre su seguridad y eficacia, aunque tal vez no se comprendan por completo todas sus consecuencias y efectos a largo plazo.

La información que a continuación se presentará tiene como objetivo que se consideren los beneficios esperados del tratamiento hormonal y sus posibles efectos secundarios, para que puedas decidir con su profesional médico si es lo adecuado para ti.

Comenzaremos con información referente al uso de testosterona en chicos trans, sus cambios permanentes y reversibles. Posteriormente se presentarán datos relevantes del uso de hormonas en chicas trans y sus efectos.

USO DE HORMONAS EN HOMBRES TRANS

¿CÓMO SE ADMINISTRA LA TESTOSTERONA?

Por lo general se inyecta una vez por semana, durante 4 semanas. No se utiliza como una píldora debido a que el cuerpo no puede absorber la hormona correctamente. Puede causar problemas hepáticos. Algunas personas usan cremas y parches para la piel, pero tienden a ser más caros.

La recomendación es seguir al pie de la letra las indicaciones y dosis dadas por el profesional de salud en la especialidad de endocrinología. ***Las dosis utilizadas para la inyección difieren de producto a producto y de paciente a paciente.*** Pudiendo variar de 100 mg a 400 mg. Las inyecciones se colocan en un músculo grande para retardar la liberación de la hormona. Pero puede haber fluctuaciones no deseadas en los niveles hormonales. Es posible controlar las fluctuaciones cambiando la frecuencia en la administración de la dosis, la cantidad de dosis o cambiando a una crema o a un parche (forma de administración).

INFORMACIÓN SOBRE EL TRATAMIENTO DE TERAPIA HORMONAL (TRH)

El objetivo específico del tratamiento hormonal es minimizar o suprimir los caracteres sexuales secundarios correspondientes al sexo asignado durante el nacimiento, e inducir, mediante la administración de las hormonas con la intención de generar un mayor bienestar biológico, psicológico y social, que le permita a la persona vivir en el género respectivo.

El tratamiento hormonal es de gran variabilidad, generando diferentes efectos, y en diferente tiempo para cada persona. ***En algunas personas los cambios serán notorios, y en otras no tanto, considerándose en el mismo transcurso de tiempo de aplicación.*** Esto no depende de las dosis utilizadas, sino de factores como la respuesta individual a los fármacos utilizados, la edad de inicio, el funcionamiento orgánico, etc. No necesariamente se logra la masculinización absoluta, los cambios son limitados y diferentes en cada persona.

La testosterona se utiliza para masculinizar el cuerpo a fin de reducir las características femeninas y aumentar las características masculinas. Tu profesional médico determinará la forma de testosterona (inyecciones, geles o parches, implantes) y la dosis más adecuada para ti, de acuerdo a sus necesidades y deseos personales; ***el especialista podrá autorizar o no la Terapia Hormonal si él identifica alguna situación de salud física o mental que pueda tener usted*** y les pueda conllevar consecuencias negativas.

Cada persona responde de manera diferente a la testosterona y es difícil predecir las respuestas individuales. Es importante mencionar que el TH no se puede estandarizar y quizá no funcione como pensamos o tenemos nuestras expectativas. Antes de empezar a tomar testosterona, es necesario que usted comprenda bien estos efectos y los riesgos que conlleva la testosterona. Si mientras lees este impreso tienes cualquier pregunta, asegúrate de comentarlo con tu profesional de la salud para que puedas tener una expectativa realista de lo que ocurrirá y de lo que puede que ocurra.

ALTERNATIVAS DISPONIBLES

De no desear someterse a la terapia o bien que por razones médicas no es candidato para realizarla, la alternativa es seguir vinculado a los servicios de salud para recibir apoyo y contención psico-social.

CAMBIOS ESPERADOS DE LA TERAPIA HORMONAL MASCULINIZANTE

Los cambios masculinos en el cuerpo pueden tardar varios meses en notarse y generalmente toman de 3 a 5 años para completarse.

CUADRO 1A: CAMBIOS Y TIEMPO ESPERADO DE LAS HORMONAS MASCULINIZANTES

Cambios que serán PERMANENTES; no desaparecerán, ni siquiera si decide detener el tratamiento hormonal:		
Efecto La Asociación Profesional Mundial para la Salud Transgénero1 (WPATH)	Inicio esperado B	Máximo efecto esperado B
Su tono de su voz se volverá más grave.	3–12 meses	1–2 años
Aumento del crecimiento, engrosamiento y oscurecimiento de vello corporal y vello facial.	3–6 meses	3–5 años
Aumento en el tamaño del clítoris o falo /Atrofia Vaginal.	3–6 meses	1–2 años
Cambios que NO SON PERMANENTES y probablemente se reviertan si detiene el tratamiento hormonal:		
Los periodos menstruales pararán, generalmente unos meses después de empezar el tratamiento con testosterona.	2–6 meses	Variable
Aumento de la masa muscular y la fuerza en la parte superior del cuerpo, posible sensación de más energía física.	6–12 meses	2–5 años D
El tamaño de las glándulas mamarias apenas disminuye, aunque pueden ablandarse.	Variable	Variable
Oleosidad de la piel/acné.	1–6 meses	1–2 años
Alopecia androgénica.	>12 meses C	Variable
Aumento del deseo sexual.	Variable	Variable
Pueden ocurrir cambios en el estado de ánimo o el pensamiento; tal vez note que tiene reacciones menos emocionales y más sentimientos de enojo o agresión. Algunas personas encuentran que su salud mental mejora después de comenzar el tratamiento hormonal. <i>Los efectos de las hormonas en el cerebro y su procesamiento de las emociones no se comprenden por completo.</i>	Variable	Variable

A. Adaptado con el permiso de Hembree et al. (2009). Copyright 2009, *Sociedad de Endocrinología*.

B. Las estimaciones representan observaciones clínicas publicadas y no publicadas.

C. Altamente dependiente de la edad y hereditabilidad; puede ser mínimo.

D. Dependen significativamente de la cantidad de ejercicio.

ADVERTENCIA - ¿QUIÉNES NO DEBEN USAR TESTOSTERONA?

El o la especialista en Endocrinología, deberá realizar el estudio previo al indicar la terapia hormonal para valorar las condiciones que podría generar riesgo como: *tabaquismo, uso de drogas, presión alta descompensada, diabetes mellitus (azúcar) descompensada, policitemia (número aumentado de glóbulos rojos en sangre), depresión, enfermedad hepática (del hígado)* o cualquier otra condición que se considere como contraindicación. De identificar alguna de estas, se podría retrasar el inicio o no recomendar la terapia. No debe ser utilizado por nadie que esté gestando o tenga una enfermedad no controlada de las arterias coronarias.

POSIBLES RIESGOS Y EFECTOS SECUNDARIOS DEL TRATAMIENTO CON TESTOSTERONA

Antes de empezar el tratamiento con testosterona para masculinizar su cuerpo hay varias cosas que es necesario que sepa. Las posibles ventajas, desventajas, los riesgos, signos de advertencia y alternativas. Aquí los enumeramos. Antes de iniciar el tratamiento es importante que entienda toda esta información.

Fuentes:

- El tratamiento médico y el mantenimiento de la salud de hombres transexuales/transgénero (Dr. R. Nick Gorton, Dr. Jamie Buth, D. Dean Spade)
- La Asociación Profesional Mundial para la Salud Transgénero l (WPATH): Normas de atención para la salud de personas trans l y con variabilidad de género

Riesgo	Descripción.
EFFECTOS NEUROLÓGICOS Y PSIQUIÁTRICOS DE LA TESTOSTERONA	
Síndrome Apnea obstructiva del sueño. SAOS	Ocasiona que la respiración se detenga y se reanude repetidamente mientras duermes. El riesgo es mayor en hombres trans con obesidad, que fuman, que tienen enfermedad pulmonar obstructiva crónica, es común en aquellos que tienen síndrome de ovario poliquístico.
Epilepsia	Estas pueden ser mejoradas, empeoradas. La falta de sueño también empeora muchas enfermedades convulsivas, así que un SAOS simultáneo desenmascarado o agravado por el tratamiento androgénico también puede ser responsable por el empeoramiento del control de convulsiones.
Cefaleas	Son impredecibles. Las migrañas están frecuentemente asociadas con cambios en niveles hormonales alrededor de la menstruación y como una relación aparente entre los estrógenos y las migrañas es aceptada, esto sugeriría que algunos hombres trans con migrañas podrían de hecho tener una mejoría en sus síntomas con la testosterona.

Efectos en el sistema nervioso periférico	Además de los efectos en el sistema nervioso central, hay evidencia de la testosterona ejercen efectos sobre el sistema nervioso periférico. El entumecimiento y hormigueo (parestias) generalizadas han sido reportadas como reacciones adversas de la testosterona. Además de los síntomas generalizados, la testosterona inyectada se ha reportado como la causa de una neuropatía periférica aislada tras inyección intramuscular. Los síntomas pueden variar desde entumecimiento u hormigueo hasta sensaciones punzantes (parestesia) o debilidad muscular. Ciertas regiones del cuerpo se pueden volver anormalmente sensibles, lo que puede causar una experiencia sumamente intensa o distorsionada al tacto.
Estado de ánimo y problemas psiquiátricos	La discriminación, violencia, rechazo y exclusión pueden ocasionar problemas emocionales, algunos hombres trans reportan cambios de humor, más enfado, y agresividad incrementada tras comenzar el tratamiento el cual ha sido asociado con un incremento reportado de propensión a la agresividad. Sin embargo, también ha sido asociada con una disminución general en la intensidad afectiva (tanto para emociones positivas como negativas). En un estudio de investigación en el que se dio a hombres cisgenero dosis de 600 mg por semana, más de 4/5 experimentaron síntomas psiquiátricos mínimos, o ninguno. Así que, aunque los profesionales deben ser conscientes de la posibilidad de reacciones psicológicas adversas, el riesgo real de efectos clínicamente significantes es probablemente pequeño. Adicionalmente, en un estudio más grande, durante y tras la confirmación de género los hombres trans se mostraron más contentos, mayor extroversión y menos somatización que antes del tratamiento.

EFFECTOS METABÓLICOS DE LA TESTOSTERONA

Peso	La testosterona generalmente aumenta el apetito y el peso corporal. Aunque la testosterona tiende a disminuir la grasa corporal total la ganancia de peso depende de la dieta, ejercicio, y factores genéticos. Debido a los efectos anabólicos de la testosterona, la ganancia de masa muscular magra será más fácil de lo que era previamente para hombres transgénero. Cantidades moderadas de ejercicio producirán mayores ganancias en masa muscular y pueden mejorar algunas de las consecuencias metabólicas adversas de la testosterona.
Resistencia a la insulina	<p>Los niveles elevados tanto de andrógenos como de estrógenos están asociados con una menor sensibilidad a la insulina en los cuerpos gestantes. Se ha demostrado una sensibilidad a la insulina disminuida después de que el tratamiento hormonal con hormonas del sexo opuesto se administrara durante cuatro meses.</p> <p>Diabetes mellitus tipo 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • La terapia de testosterona puede aumentar aún más el riesgo de diabetes tipo 2 en personas con factores de riesgo, tales como aumento de peso significativo, la historia familiar y síndrome de ovario poliquístico.
Efectos tiroideos	La testosterona puede disminuir los niveles de la globulina fijadora de tiroxina (TBG), resultando en disminuciones de los niveles totales de T4 e incrementos en absorción de resina T3 y T4. Sin embargo, a pesar de estas alteraciones en niveles de laboratorio, NO SE DAN CAMBIOS EN LOS NIVELES DE HORMONA TIROIDEA LIBRE Y NO OCURRE DISFUNCIÓN TIROIDEA CLÍNICA

EFFECTOS GASTROINTESTINALES DE LA TESTOSTERONA

Hepáticos	Hay un riesgo teórico de desarrollar daño hepático o tumores con todas las formulaciones de testosterona, pero esto es mínimo con todas las formas excepto la oral, o si se administran dosis muy altas. Si el perfil hepático es normal y el paciente transgénero no tiene otros riesgos de hepatotoxicidad, es probablemente razonable limitar la monitorización.
-----------	---

EFFECTOS HEMATOLÓGICOS DE LA TESTOSTERONA

Policitemia	<p>La médula ósea produce demasiados glóbulos rojos, este exceso de células espesa la sangre, lo que entorpece la circulación. La terapia hormonal masculinizante involucrando testosterona incrementa el riesgo de policitemia (número de glóbulos rojos “hematocrito” > 50%), especialmente en personas con factores de riesgo.</p> <p>Cuerpos Fecundantes: 40,7 a 50,3 % Cuerpos Gestantes: 36,1 a 44,6 %</p> <ul style="list-style-type: none"> • La administración transdérmica y la adaptación de la dosis puede reducir este riesgo.
-------------	---

EFFECTOS GINECOLÓGICOS DE LA TESTOSTERONA.

Menstruación	La menstruación cesa debido a la anovulación causada por la supresión producida por la testosterona, pueda parar tras la primera inyección de testosterona, sin embargo, algunos pueden tener uno o más periodos antes de que ocurra la amenorrea completa. Debería parar la menstruación antes de los cinco meses de tratamiento. Más de 5 meses con una dosis de testosterona por lo demás adecuada, puede que se necesite realizar una evaluación ginecológica y endocrinológica.
Producción gonadal de hormonas	<p>El objetivo del tratamiento es masculinizar con éxito y suprimir la menstruación, así que la evaluación clínica es primordial. En hombres trans sin <i>ooforectomía</i>, la testosterona puede no suprimir completamente los niveles de estradiol, LH, y FSH, (ovulación) incluso con una dosis adecuada para inducir masculinización satisfactoria y cese de la menstruación.</p> <p>Además, la supresión de la esteroidogénesis gonadal no es el objetivo ni es necesaria para una masculinización exitosa. Adicionalmente, unos niveles más altos de estrógeno pueden ser beneficiosos. Son protectivos contra el acné al disminuir la producción de seborrea y pueden ser más protectivos que la testosterona sola contra la osteoporosis.</p> <p>La evaluación clínica es más importante que los valores de laboratorio, y el tratamiento debe ser individualizado. Como se ha dicho antes, aunque la supresión completa de LH indica una dosis de testosterona adecuada, el no suprimir completamente la LH no indica necesariamente una dosis inadecuada.</p>

Efectos en el ovario	<p>Tras el tratamiento de larga duración los ovarios pueden desarrollar una morfología de síndrome de ovario poliquístico. El SOP sin tratar está asociado con un riesgo mayor de cáncer de endometrio, un aumento incierto en el riesgo de cáncer de mama, y un posible aumento en el riesgo de cáncer de ovario, así como una fertilidad disminuida.</p> <p>Se desconoce si el riesgo de cáncer de ovario es mayor, menor, o si no cambia en los hombres transgénero comparados con la población general de cuerpos gestantes. Debido a este riesgo desconocido e incierto, ha sido recomendado por algunos médicos que los hombres trans se realicen una histerectomía y ooforectomía a los 2-5 años de empezar el tratamiento androgénico.</p>
Efectos en el endometrio	<p>Se sabe que el cáncer de endometrio tiene tres veces más riesgo en pacientes con SOP. Se ha visto una prevalencia alta de hiperplasia endometrial en un pequeño estudio de hombres transgénero sometidos a la histerectomía. La primera señal de cáncer de endometrio es, sangrado, y un sangrado tras el cese de la menstruación con tratamiento androgénico adecuado e ininterrumpido deben hacerse una biopsia endometrial (y generalmente una ecografía) para descartar el cáncer de endometrio.</p>
Efectos en el útero	<p>El revestimiento del cuello uterino y las paredes de la vagina pueden estar más secos y frágiles; esto puede causar irritación y malestar; también aumentar la susceptibilidad a las infecciones de transmisión sexual y por VIH si tiene relaciones sexuales con penetración sin protección.</p> <p>Revisiones del útero/cérvix debería idealmente tener exámenes pélvicos anuales con citología. La única excepción a esto es en pacientes mayores de 30 años con tres citologías consecutivas normales, o prueba negativa de Papanicolaou y VPH. Efectos en la vagina, los hombres Trans pueden experimentar atrofia vaginal y sequedad, lo cual puede resultar doloroso para aquellos pacientes que desean recibir penetración vaginal.</p>
Efectos con la Fertilidad	<p>Posible pérdida de la fertilidad; después de recibir el tratamiento con testosterona, tal vez no pueda ejercer su paternidad utilizando su material genético o si decide gestar, no se sabe cuánto tiempo podría tardar en convertirse en algo permanente. Algunas personas optan por obtener y almacenar óvulos antes de iniciar el tratamiento con testosterona.</p> <p>La testosterona no es un método anticonceptivo eficaz, sin embargo, usted podría gestar aun si sus períodos paran; si tiene relaciones sexuales con penetración con una pareja hombre cisgénero, debes hablar del uso de algún tipo de método anticonceptivo con su profesional médico.</p> <p>Si queda en estado de gestación mientras toma testosterona, los altos niveles de testosterona en su cuerpo podrían causarle daños al feto en desarrollo e incluso la muerte.</p>

Ante toda esta información es necesario que comprendas que:

- Fumar cigarrillos puede aumentar algunos de los riesgos del tratamiento con testosterona.
- Tomar testosterona en dosis más altas que las recomendadas aumenta los riesgos de este tratamiento hormonal; las dosis más altas no necesariamente funcionan mejor para masculinizar al cuerpo; de hecho, las cantidades anormalmente altas de testosterona pueden convertirse en estrógenos, y éstos pueden interferir con la masculinización.
- Se anticipa que el tratamiento con testosterona será permanente; parar repentinamente la testosterona después de tomarla por mucho tiempo puede tener efectos negativos para la salud.
- Tu profesional médico podría disminuir la dosis de testosterona o podría dejar de recetarla por razones médicas y/o preocupaciones de seguridad; puedes esperar que el profesional médico te explique los motivos de todas las decisiones de tratamiento.

Por lo tanto, es necesario que te comprometas a:

- Tomar la testosterona sólo en la dosis y forma que tu médico te recete.
- Informar a tu médico si tomas o empiezas a tomar otros medicamentos recetados, suplementos dietéticos, medicamentos homeopáticos, a base de hierba, drogas ilícitas o alcohol, para que puedas explicarle las posibles interacciones y efectos que pueden tener en el tratamiento hormonal.
- Informar a tu médico de cualquier síntoma físico o problema médico nuevo que ocurra antes o durante el tratamiento con testosterona y hablar de la evaluación de estos problemas; infórmale si crees que está teniendo efectos secundarios causados por la testosterona.
- Mantener citas de seguimiento regulares; esto puede incluir citas para pruebas de Papanicolaou, exámenes pélvicos y mamografías.
- Hacerse análisis de sangre con regularidad; tu profesional médico te dirá qué pruebas son necesarias para detectar los posibles efectos nocivos y asegurar que tu tratamiento hormonal sea seguro y eficaz.

USO DE HORMONAS EN MUJERES TRANS

EFFECTOS ESPERADOS DE LA TERAPIA HORMONAL FEMINIZANTE

Los cambios femeninos en el cuerpo pueden tardar varios meses en ser perceptibles. Su acción notaria aproximada es de 2 o 4 meses posteriores al tratamiento, y, siendo algunos de sus efectos irreversibles después de los 6 o 12 meses. Por lo general los efectos tomarán de 3 a 5 años para ser completos. Los resultados pueden ser menos evidentes si no se han extirpado los testículos.

CUADRO 1B: EFECTOS Y TIEMPO ESPERADO DE LAS HORMONAS FEMINIZANTES.

Cambios que serán PERMANENTES; no desaparecerán, ni siquiera si decide parar el tratamiento hormonal:		
Efecto	Inicio esperado	Máximo efecto esperado
Crecimiento y desarrollo de senos. Los tamaños de los senos varían en cada mujer; además, si tiene un pecho ancho, pueden parecer pequeños.	3–6 meses	2–3 años
Los testículos se vuelven más pequeños y suaves.	3–6 meses	2–3 años
Los testículos producen menos espermatozoides y te vuelves infértil.	Variable	Variable
Cambios que NO SON PERMANENTES y probablemente se reviertan si detiene el tratamiento hormonal:		
Pérdida de masa muscular y de fuerza, especialmente en la parte superior del cuerpo.	3–6 meses	1–2 años c
Aumento de peso. Si aumenta de peso, esta grasa tiende a ir a los glúteos, las caderas y los muslos, en lugar del abdomen y la sección media, haciendo que el cuerpo se vea más femenino.	3–6 meses	2–5 años
El vello facial y corporal se vuelve más suave y liviano y crece más lentamente; generalmente, este efecto no es suficiente y la mayoría de las mujeres escogen otros tratamientos (electrólisis o terapia con láser) para eliminar el vello no deseado.	6–12 meses	> 3 años D
La piel se vuelve más suave y el acné puede disminuir.	3–6 meses	Desconocido
Disminución de la libido	1–3 meses	1–2 años
Disminución de la fuerza de las erecciones o incapacidad para tener una erección. La eyaculación se vuelve más líquida y aguada y hay menos cantidad de esperma. (Disfunción sexual)	Variable	Variable
Pueden ocurrir cambios en el estado de ánimo o el pensamiento; quizás notes que tienes reacciones más emocionales. Algunas personas encuentran que su salud mental mejora después de comenzar el tratamiento hormonal. Los efectos de las hormonas en el cerebro no se comprenden por completo.	Variable	Variable

- A. Adaptado con el permiso de Hembree et al. (2009). Copyright 2009, *Sociedad de Endocrinología*.
 B. Las estimaciones representan observaciones clínicas publicadas y no publicadas.
 C. Altamente dependiente de la edad y herencia; puede ser mínimo.
 D. Dependen significativamente de la cantidad de ejercicio.

La terapia hormonal no cambia la estructura ósea de la cara ni del cuerpo; su prominencia laríngea o “*nuez de Adán*”, o “*manzana de Adán*”, no se encoge. La voz sufre pocos cambios, ya que la laringe adulta es poco sensible a esta terapia hormonal. Existen tratamientos alternativos al hormonal que pueden mejorar los resultados en este sentido (terapia de la voz).

POSIBLES RIESGOS Y EFECTOS SECUNDARIOS DEL TRATAMIENTO CON ESTRÓGENO

CUADRO 2: RIESGOS ASOCIADOS A LA TERAPIA HORMONAL. ITEMS EN NEGRITA SON CLINICAMENTE SIGNIFICATIVOS

Nivel de riesgo	Hormonas feminizantes
Probable riesgo aumentado	<p>Aumento del riesgo de desarrollar coágulos de sangre; en las piernas o los brazos (TVP, trombosis venosa profunda) que causan dolor e hinchazón, en los pulmones (embolia pulmonar) pueden interferir con la respiración y la llegada de oxígeno al cuerpo, en las arterias del corazón pueden causar infartos, y en las arterias del cerebro puede causar un ataque cerebral. En los pulmones, el corazón o el cerebro, los coágulos de sangre pueden provocar la muerte.</p> <p>Aumento del riesgo de enfermedades de la vesícula biliar y cálculos biliares.</p> <p>Aumento de peso y Hipertrigliceridemia</p>
Probable riesgo (varia)	<p>Probable aumento de riesgo en presencia de factores de riesgo adicionales B.</p> <p>Posible aumento de la presión arterial; podría requerir medicación para su tratamiento.</p> <p>Enfermedad cardiovascular / Hipertensión / Diabetes tipo 2.</p>
Posible aumento de riesgo	<p>Puede causar niveles elevados de prolactina (una hormona producida por la glándula pituitaria); algunas pocas personas que recibían tratamiento hormonal con estrógeno desarrollaron prolactinomas, un tumor benigno de la glándula pituitaria que puede causar dolores de cabeza, problemas con la visión y otros problemas hormonales.</p>
Cáncer de mama	<p>Puede aumentar el riesgo de cáncer de mama. El riesgo es probablemente mayor que en machos de la especie humana pero menor que en hembras de la especie humana; probablemente esté relacionado con la duración de tratamiento con estrógeno.</p>
Ejercicio de maternidad	<p>Pérdida de la fertilidad (incapacidad para embarazar a una persona de cuerpo gestante). La capacidad de producir esperma sano puede no reaparecer aún después de parar el tratamiento hormonal.</p> <p>Como el efecto en la producción de espermatozoides es difícil de predecir, si tiene relaciones sexuales con penetración con una pareja de cuerpo gestante, usted o su pareja debe seguir usando un método anticonceptivo de su preferencia (condón, pastillas, dispositivos, parche, entre otros).</p>

Otras comunes	Náuseas y vómitos, especialmente al principio del tratamiento con estrógenos. Puede causar o empeorar los dolores de cabeza y las migrañas. Puede empeorar la depresión o causar cambios del estado de ánimo.
---------------	---

POSIBLE RIESGOS Y EFECTOS SECUNDARIOS DE LOS BLOQUEADORES DE ANDRÓGENOS (ESPIRONOLACTONA):

- Aumento de la producción de orina y necesidad de orinar con más frecuencia; posibles cambios en el funcionamiento de los riñones.
- Caída de la presión arterial y sensación de aturdimiento.
- Aumento del potasio en la sangre y en el cuerpo; puede causar debilidad muscular, problemas de nervios y arritmias (ritmos irregulares del corazón) peligrosas.

Los riesgos para la salud al usar el tratamiento para la hormonización feminizante pueden estar aumentados por presentar otros factores o características que son individuales y se describen a continuación:

CONTRAINDICACIONES PARA EL TRATAMIENTO HORMONAL

El o la especialista en Endocrinología, deberá realizar el estudio previo al indicar la terapia hormonal para valor las condiciones que podría generar riesgo como: tabaquismo, uso de drogas, presión alta descompensada, diabetes mellitus (azúcar) descompensada, policitemia (número aumentado de glóbulos rojos en sangre), depresión, enfermedad hepática (del hígado) o cualquier otra condición que se considere como contraindicación. De identificar alguna de estas, se podría retrasar el inicio o no recomendar la terapia.

- Enfermedad tromboembólica
- Enfermedad cerebrovascular.
- Hiperprolactinemia y/o Prolactinomas
- Historia personal o familiar de cáncer de mama
- Psicosis activa.
- Hipertrigliceridemia severa.
- Diabetes mal controlada.
- Cardiopatía isquémica.
- Hipertensión no controlada.
- Hepatopatía grave.
- Migraña intensa.
- Falla renal.
- Obesidad Mórbida.

ALERTA: No es recomendado el uso de tabletas anticonceptivas. Si por algún motivo las vas a utilizar, evita al máximo las que contengan **ETINILESTRADIOL**, este medicamento es el que está asociado a mayores riesgos para tu salud.

A pesar de no ser la más barata y accesible, la vía transdérmica (el parche) es la más segura y recomendada para las mujeres trans que tienen tendencia a desarrollar problemas cardiovasculares o de coágulos en las venas.

Comprendes que:

- Fumar puede aumentar considerablemente los riesgos del tratamiento hormonal, especialmente coágulos sanguíneos y enfermedad cardiovascular. Si fumas, debes tratar de reducir su consumo o de preferencia dejar de fumar. Si tienes otros riesgos de formación de coágulos o enfermedad cardiovascular, tu profesional médico tal vez te pida que dejes de fumar antes de empezar el tratamiento hormonal.
- Consumo de alcohol y sustancias adictivas aumentan los riesgos y daños a la salud como hígado y riñones.
- Deberás dejar de tomar hormonas por unas semanas antes y después de cualquier cirugía.
- Se espera que el tratamiento con estrógeno sea de por vida; pararlo en forma repentina después de haber tomado estrógeno por mucho tiempo puede tener efectos secundarios negativos.
- Tu profesional médico podría disminuir la dosis de los estrógenos o bloqueadores de andrógenos o podría dejar de recetar la terapia hormonal por razones médicas o preocupaciones de seguridad; puedes esperar que el profesional médico te explique los motivos de todas las decisiones de tratamiento.

Por lo tanto, es necesario que te comprometas a:

- Tomar los bloqueadores de andrógenos y/o los estrógenos solamente en las dosis y la forma como me los han recetado, y a consultar a mi médico antes de hacer cualquier cambio.
- Mantener citas de seguimiento regulares; esto puede incluir citas para pruebas de examen genital y de próstata, mamografías y análisis de sangre con regularidad; el/la profesional que indica el tratamiento dirá que pruebas son necesarias para detectar los posibles efectos nocivos y asegurar que el tratamiento hormonal sea seguro y eficaz.
- Informar a mi médico/a si tomo o empiezo a tomar otros medicamentos recetados, suplementos dietéticos, medicamentos homeopáticos o a base de hierbas, así como cualquier droga (incluidas tabaco y alcohol), para que me pueda explicar las posibles interacciones y efectos que pueden tener en el tratamiento hormonal.
- Informar a mi médico/a de cualquier síntoma físico o problema nuevo que ocurra antes o durante el tratamiento hormonal para evaluar los efectos secundarios de los medicamentos.

SOBRE LAS CIRUGÍAS PARA PERSONAS TRANS

La decisión sobre la intervención que quieras hacer en tu cuerpo, es sólo tuya, sea por necesidad médica o por estética. Las intervenciones quirúrgicas conllevan una gran responsabilidad económica, emocional, física, mental; no sólo tu cuerpo se encontrará en situación de vulnerabilidad, deberás contemplar que tu fortaleza, conciencia y seguridad que tengas sobre el camino que te has trazado y las estrategias que vas implementando en tu proceso de transición, te ayudarán a superar con mayor éxito cada uno de tus pasos

Para poder elegir un profesional en cirugía estética, éste deberá de contar por lo menos con 2 cédulas profesionales (puede ser estatal o federal la cédula) y de preferencia tener recomendaciones de otras personas que ya se hayan realizado alguna operación con el profesional. Cuando asistas a la primera consulta con el médico, debes ser muy observador del lugar, identifica que es un espacio bien establecido, reglamentado y pon mucha atención a todo lo que te mencione el especialista, pídele te muestre fotografías de otras intervenciones similares a la que tu deseas realizarte; si algo no te gustó, haz caso a tus presentimientos y busca a otro lugar.

Si ya te convenciste de que el especialista que elegiste es la mejor opción para ti, entonces ahora deberás de contemplar las siguientes sugerencias, con ellas estarás preparando tu cuerpo para su intervención, te harán sentir mayor seguridad quirúrgica y que tu recuperación será pronta, generando una hermosa experiencia en tu proceso de transición.

Otras recomendaciones que se ofrecen es que platicues con tu apoyo profesional de la salud mental y emocional sobre la intervención que deseas realizarte, pues el manejo de las expectativas es importante; las intervenciones quirúrgicas son un recurso que te ayudará a acercarte a la expresión de género correspondiente a tu identidad, sin embargo, estas tienen limitantes y manejan riesgos que debes de platicar con tu cirujano.

¿Qué cirugías existen?

Hombres Trans

Mastectomía.

Histerectomía.

Cirugía de reasignación sexual.

Mansculpture.

Mujeres Trans

Cirugía de feminización facial.

Aumento mamario.

Cirugía de reasignación sexual.

Orquidectomía.

Lipoescultura.

Crondoplastia
(reducción de la nuez de Adan).

¿Qué tener en cuenta para elegir médico?

Recomendaciones de conocidos

“Cada quién habla de como le fue en la feria”

Cédula profesional de especialidad

<https://www.cedulaprofesional.sep.gob.mx/cedula/presidencia/indexAvanzada.action>

Trato del médico

Cirugías previas del médico



Contempla el tener dinero extra a materiales de curación, medicamento, fajas, adecuación de alimentación dependiendo de la operación a la que se haya accedido y que éste sea suficiente por si hay alguna complicación en la operación o posterior a ésta.

Siempre existen riesgos y los más comunes son:

- Sangrado.
- Rechazo de implantes (aumento de mama).
- Lesión rectal (CRS MTF).
- Cierre de la uretra.
- Cierre parcial/total del canal vaginal.
- Necrosis de injerto (mastectomía, faloplastía).
- Fístula (CRS MTF).
- Trastornos de la sensibilidad.
- Asimetría.
- Cicatrización anormal.
- No quedar conforme a la expectativa.
- Depresión post quirúrgica.
- Riesgo de necrosis.
- Riesgo de infección.
- Muerte.

Debes de tomar en cuenta siempre:

- Tener una muy buena comunicación con el cirujano.
- Asegurarte de que se tomó en cuenta todos los componentes de tu historia clínica.
- Que el doctor tiene bien claro si tienes alguna **ALERGIA**.
- Y tú debes de tener muy claro cual será el proceso quirúrgico al que te someterás.

¿Cuándo es importante llamar al doctor?

- Sangrado activo alarmante (5 minutos o que llene una gasa fácilmente).
- Dolor incapacitante que no ceda con analgésicos.
- Más enrojecimiento, dolor, hinchazón o sangrado en el sitio de la herida.
- La herida es más grande o más profunda, o luce seca u oscura.
- El drenaje que sale de la incisión o alrededor de la incisión está aumentando o se vuelve espeso, verde o amarillo, o huele mal (lo cual es un indicio de pus).
- Su temperatura está por encima de los 38°C.

Cuidados pre-operatorios físicos

- No fumar 1 mes antes.
- No tomar bebidas alcohólicas (2 semanas antes).
- Suspender suplementos naturales.
- Consultar al endocrinólogo.
- No medicamentos (¡Aspirina!).
- Realizar ejercicio aeróbico.
- Ajustar la dieta (si hay CRS come fibra + Nulytely).
- Consulta pre quirúrgica (preguntar por medicación, laboratoriales y USG).
- En caso de ser foráneo llegar 1 día antes.
- Ayuno 8-10 hrs.
- Depilación en caso de ser necesario (CSR).

El acceso a las cirugías estéticas pueden ser una herramienta que te acerque a tu ideal, sin embargo, la fuerza, seguridad, conocimiento sobre lo que estás haciendo y fortaleza interna son la real consistencia del cómo llevas tu proceso.

TRÁMITE ADMINISTRATIVO DE LEVANTAMIENTO DE ACTA POR REASIGNACIÓN SEXO-GENÉRICA EN CIUDAD DE MÉXICO (MAYORES DE 18 AÑOS).

El cambio de identidad jurídica en Jalisco aun no es posible, el tener acceso a un trámite sencillo que posibilite el poder vivirse de acuerdo a una expresión de género que concuerde con tu identidad; las autoridades responsables que están obligadas a asegurar el derecho a la identidad, aún no lo permiten. Ante esta situación, se encontró como ruta viable el ir a ciudad de México, gracias a la Reforma del 5 de febrero del 2015 al Código Civil de Ciudad de México.



CDMX
CIUDAD DE MÉXICO

GACETA OFICIAL DEL DISTRITO FEDERAL

Órgano de Difusión del Gobierno del Distrito Federal

[PDF] **GACETA OFICIAL DEL DISTRITO FEDERAL**

legislacion.scjn.gob.mx > [Buscador](#) > [Paginas](#) > [AbrirDocReforma](#)

5 feb. 2015 - Órgano de Difusión del Gobierno del Distrito Federal ... de

Conceptos y Cuotas vigentes para el Ejercicio 2015 por Concepto de.

Pero ¿qué información contiene esta Reforma que sí me lo permite?

Pues te platico que en ella están escritos varios artículos que, en su interpretación, podemos aprovechar la oportunidad, a pesar de ser del Estado de Jalisco, para poder asistir a esta entidad y beneficiarnos del proceso. Los artículos del Código Civil del Distrito Federal son los siguientes:

Establece en su Artículo 35:

“Levantamiento de una nueva acta de nacimiento para el reconocimiento de Identidad de Género, previa la anotación correspondiente al acta de nacimiento primigenia.”

Artículo 135:

“Ha lugar a pedir la rectificación: Por enmienda, cuando se solicite variar algún nombre u otro dato esencial que afecte el estado civil, la filiación, la nacionalidad, el sexo y la identidad de la persona.”

Artículo 135 Bis.

“Pueden pedir el levantamiento de una nueva acta de nacimiento para el reconocimiento de la Identidad de Género, previa la anotación correspondiente en su acta de nacimiento primigenia, las personas que requieran el reconocimiento de su Identidad de Género.

El reconocimiento respectivo se llevará a cabo ante las instancias y las autoridades correspondientes del Registro Civil del Distrito Federal cumpliendo todas las formalidades que exige el Reglamento del Registro Civil del Distrito Federal.

Los derechos y obligaciones contraídas con anterioridad al proceso administrativo para el reconocimiento de Identidad de Género y a la expedición de la nueva acta, no se modificarán ni se extinguen con la nueva identidad jurídica de la persona; incluidos los provenientes de las relaciones propias del derecho de familia en todos sus órdenes y grados, los que se mantendrán inmodificables.”

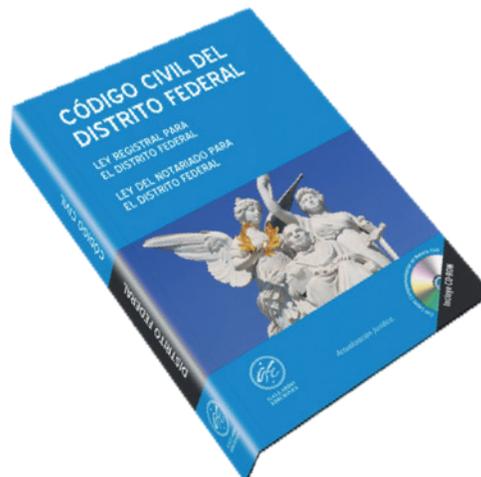
Artículo 135 Ter.

“Para realizar el levantamiento de una nueva acta de nacimiento para el reconocimiento de Identidad de Género, las personas interesadas deberán presentar:

- ***I. Solicitud debidamente requisitada;***
- ***II. Copia certificada del acta de nacimiento primigenia para efecto de que se haga la reserva correspondiente;***
- ***III. Original y copia fotostática de su identificación oficial, y***
- ***IV. Comprobante de domicilio.***

El levantamiento se realizará en el Juzgado Central, se procederá de inmediato a hacer la anotación y la reserva correspondiente; si se hiciere en un Juzgado distinto, se dará aviso mediante escrito al Juzgado en que se encuentre el acta de nacimiento primigenia para los mismos efectos anteriormente señalados. El acta de nacimiento primigenia quedará reservada y no se publicará ni expedirá constancia alguna, salvo mandamiento judicial o petición ministerial.”

Una vez cumpliendo el trámite, se enviarán los oficios con la información, en calidad de reservada, a la:



Secretaría de Gobernación



Secretaría de Finanzas



Secretaría de Educación Pública



Secretaría de Salud



Secretaría de Relaciones Exteriores



Instituto Nacional Electoral



Tribunal Superior de Justicia del DF



Procuraduría General de la República



Centro Nacional de Información del Sistema



Consejo de la Judicatura Federal



Artículo 135 Quater.

“Además de lo señalado en el artículo anterior, para el levantamiento del acta correspondiente, se deberá cumplir con los siguientes requisitos:

- **I. Ser de nacionalidad mexicana.**
- **II. Tener al menos 18 años de edad cumplidos.**
- **III. Desahogar en el Juzgado Central del Registro Civil, la comparecencia que se detalla en el reglamento y manual de Procedimientos del Registro Civil.**

Así como manifestar lo siguiente:

- **IV. El nombre completo y los datos registrales asentados en el acta primigenia;**
- **V. El nombre solicitado sin apellidos y, en su caso, el género solicitado.”**

MANUAL DE PROCEDIMIENTO DEL REGISTRO CIVIL

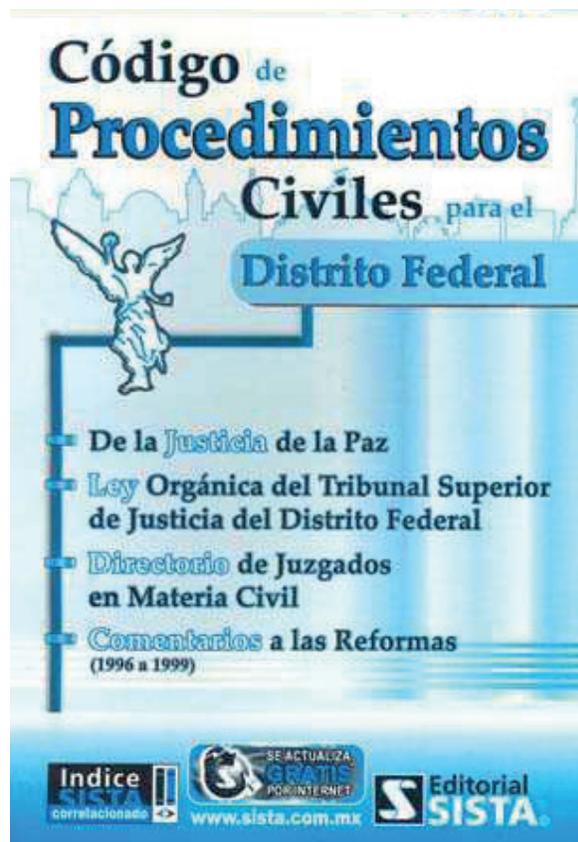
EN RELACIÓN CON LA ENTRADA EN VIGOR DEL PRESENTE ARTÍCULO, VER ARTÍCULO SEGUNDO TRANSITORIO DEL DECRETO DE REFORMAS QUE MODIFICA EL CÓDIGO. (ADICIONADO, G.O. 10 DE OCTUBRE DE 2008).

ARTICULO 498 BIS 7

“El Juez ordenará de oficio, dentro del término de cinco días hábiles posteriores a que cause ejecutoria la sentencia favorable, que se realice a favor de la persona la anotación correspondiente al acta de nacimiento primigenia y el levantamiento de una nueva acta de nacimiento por reasignación de concordancia sexo-genérica. El acta de nacimiento primigenia quedará reservada y no se publicará ni expedirá constancia alguna, salvo mandamiento judicial o petición ministerial.”

REGLAMENTO DEL REGISTRO CIVIL

Artículo 69 Ter. - “Para la autorización del acta de nacimiento, los interesados deberán comparecer personalmente en la Oficina Central y acreditar fehacientemente ser de nacionalidad mexicana, mayor de dieciocho años y habitante del Distrito Federal.



La persona interesada deberá presentar:

- *I. Solicitud debidamente requisitada;*
- *II. Copia certificada del acta de nacimiento primigenia, de reciente expedición, para el efecto de que se haga la reserva correspondiente;*
- *III. Original y copia fotostática simple de su identificación oficial vigente, y*
- *IV. Comprobante de domicilio, de no más de tres meses de antigüedad.”*

Artículo 69 Quater.

“La autoridad llevará a cabo la revisión y cotejo de los documentos. Nombres, horas, fechas. En caso de que el acta primigenia sea de otra entidad federativa, la persona solicitante deberá recoger en la Oficina Central, a los cinco días hábiles posteriores al levantamiento de la nueva acta, el oficio de notificación a la autoridad homóloga del Estado de origen, quedando bajo su responsabilidad la entrega del oficio a dicha autoridad, quien realizará las anotaciones correspondientes de conformidad con su Legislación.”

Ahora que ya tienes más información sobre todo el proceso que se lleva a cabo en Ciudad de México para que tú puedas acceder a un acta nueva de nacimiento que te permita tener el primer documento que reconozca y valide tu identidad de género de manera legal, podrás regresar a Jalisco y hacer toda la homologación de documentos en Instancias estatales y federales.

Impulso Trans A.C. te ofrece toda esta información en la Consejería Legal, resolviéndote dudas e indicándote de manera general las acciones que deberás realizar al llegar a Ciudad de México y todos los movimientos que deberás tramitar a tu regreso a Jalisco

HOMOLOGACIÓN EN JALISCO Y OTROS ESTADOS

Cada estado es libre y soberano (Art. 40 constitucional)

Si tu Estado no tiene legislación, no podrás realizar el resguardo de tu acta primigenia, lo que significa que no podrás dar de baja tu **CURP** y te puedes enfrentar a trámites burocráticos para homologar tus documentos ante la **SEP, SAT, IMSS, ISSSTE, INFONAVIT, AFORES, PASAPORTE, LICENCIAS DE MANEJO** y todo documento que tengas a tu nombre anterior.



- Trámites a nivel Federal: **INE, CURP, SAT, IMSS, ISSSTE, SEP, SRE.** (sin problema se están generando actualizaciones, se va a necesitar el Expediente).
- Trámites a nivel estatal: Resguardo de Actas de nacimiento, CURP, Bancos, Tarjetas

Qué sigue después de que ya hice mi Trámite?:

1. La notificación que se te dio en Ciudad de México dirigida a tu registro hay que llevarla para que la sellen, y posteriormente enviarla por paquetería a Ciudad de México.

Recomendación: Es importante te quedes con una copia de la notificación, y de preferencia que sea copia certificada por notario.

2. El único trámite que sale sin que tu tengas que hacer nada es la **CURP**.
3. Una vez que llegue tu acta de nacimiento y tu **CURP** este en el sistema de la **RENAPO**, ya puedes seguir con tu actualización de **INE**.
4. Con tu **Acta, CURP e INE**, puedes proceder a actualizar tu **RFC** al **SAT**.
5. Con tu **Acta, CURP, INE y RFC**, puedes proceder a actualizar tu Número de Seguro Social.
6. Otros trámites como documentos escolares, pasaporte y varios, deberás de conocer si es una instancia Estatal o Federal, los federales ya deberán de tener conocimiento en sus bases de datos de que tú realizaste un cambio, en los estatales les estarás notificando por primera vez pues sus bases no están enlazadas al sistema federal, por lo que te recomendamos asistas con copia de la notificación (solicita copia del expediente que se genera en el registro al que asistas sobre las notificaciones que van dirigidas a todas las instancias gubernamentales) del cambio de identidad que fue enviada a esa instancia y mucha paciencia pues a muchos servidores públicos aún no se les ha dado capacitación sobre estos temas y aún no saben cómo actuar (no tienen protocolos), que esto no significa que permitas una acción de discriminación por parte del servidor público.

Para tomar en cuenta:

La homologación de tus datos en Jalisco o tu Estado **ES TU RESPONSABILIDAD**, **Impulso Trans AC.** te brindará toda la orientación Jurídica que requieras para actualizar tu documentación en el Estado de Jalisco pero solo tu deberás de hacerlo.

Todo “**NO**” que recibas es una violación a tus derechos.

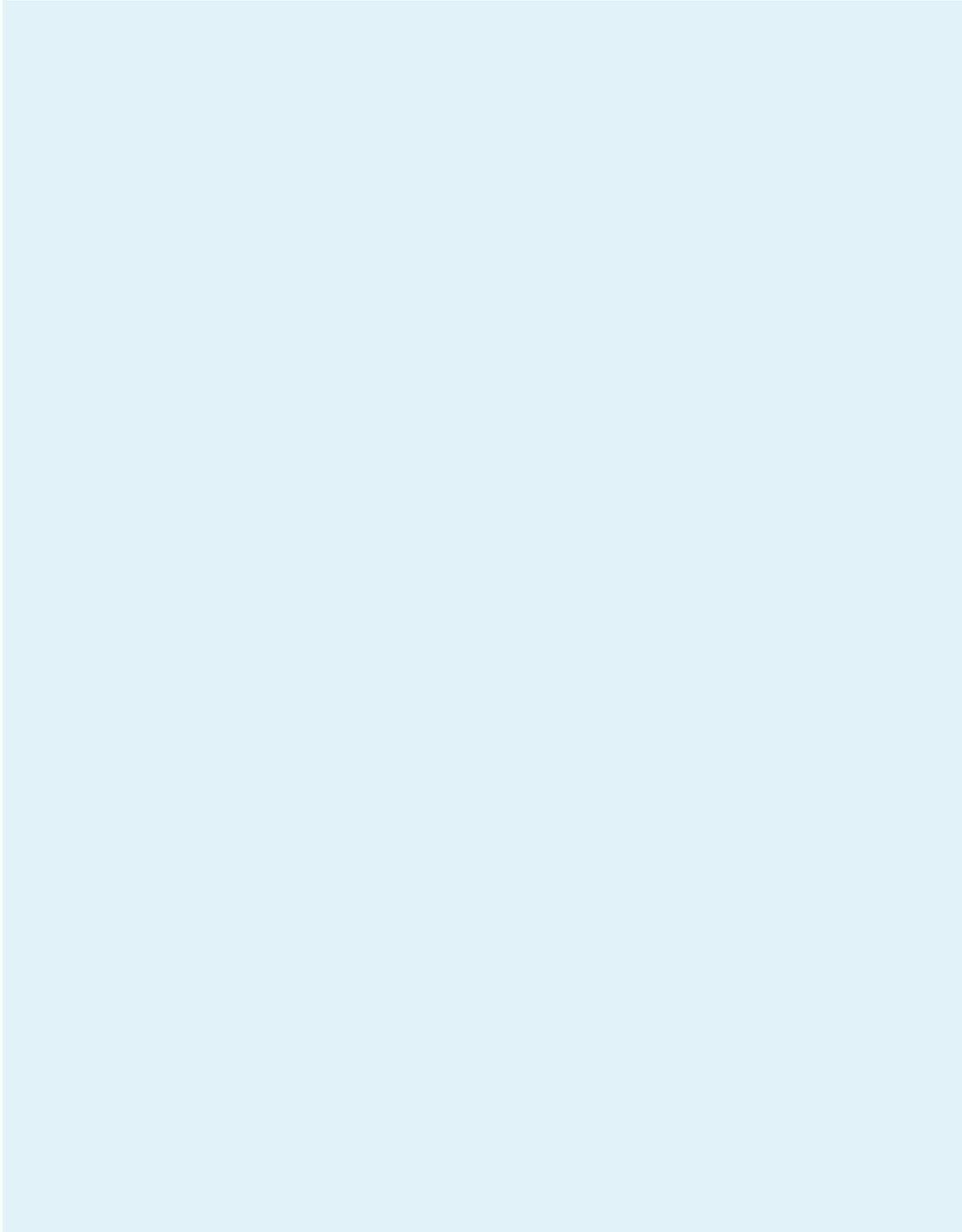
En Jalisco ya puedes generar el resguardo de acta, por lo que se recomienda te dejes una o dos copias del acta primigenia para efectos legales.

*Si tienes cualquier duda, comunicarte a **Impulso Trans A. C.** o solicitar una consejería al número celular 3310382509. También puedes asistir a nuestras instalaciones ubicadas en Francisco Villa #29, en la colonia División del Norte en Zapopan, Jalisco; o buscarnos en Facebook como Impulso Trans A. C.*

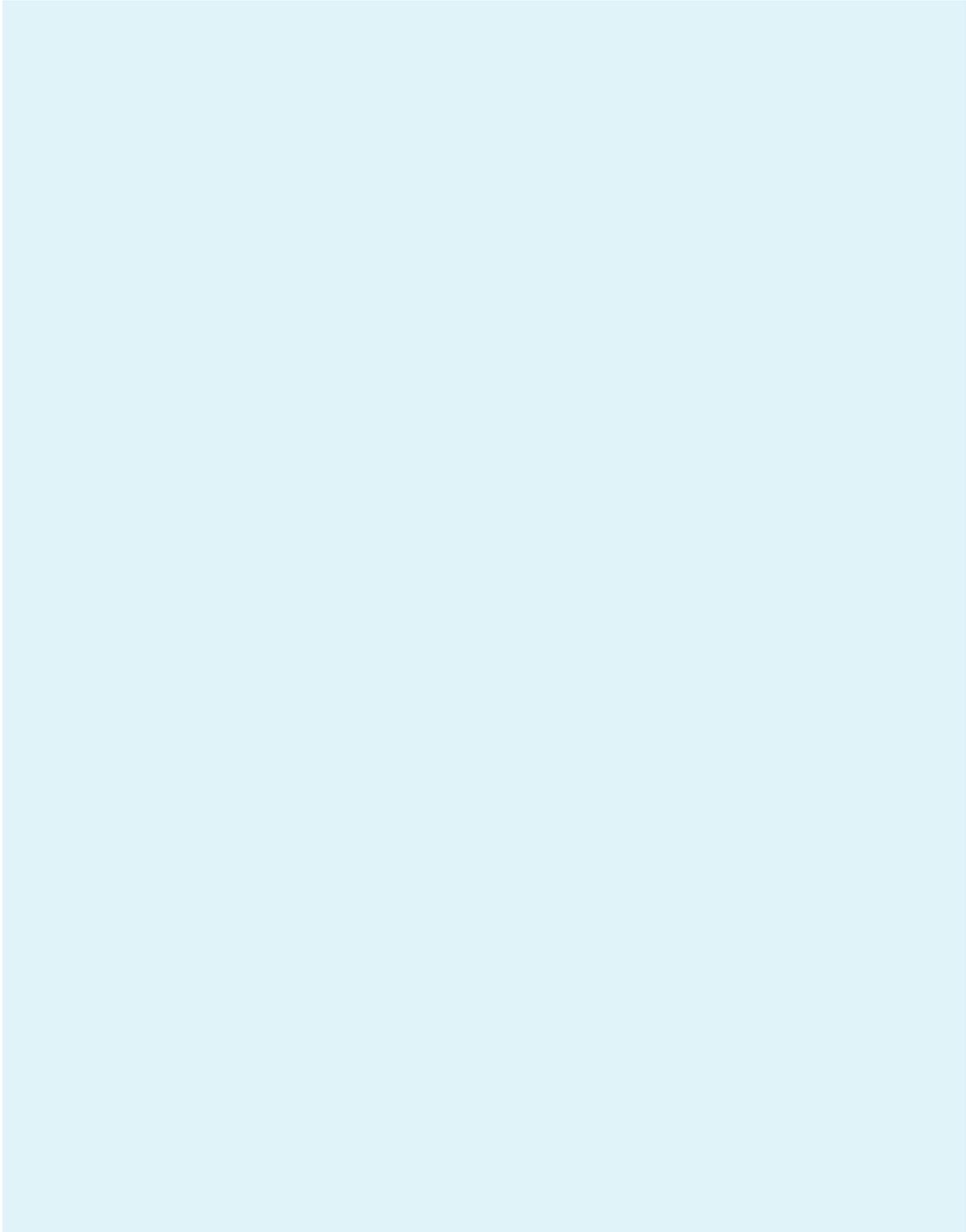
Te deseamos mucho éxito en tu proceso de transición, en **Impulso Trans A. C.** estamos para acompañarte en cada paso que decidas realizar, para ti tenemos muchos servicios, consejeros, profesionales en el área de la salud física y mental, cirujanos, abogados, trabajadores sociales y la oferta de espacios seguros donde puedes conocer a personas como tú y a todas aquellas personas que sabemos que lo más importante es el amor, estamos gustosos de compartir contigo estos procesos tan importantes de tu vida. Somos una familia.

**IMPULSO TRANS A.C.
IMPULSANDO A LA POBLACIÓN TRANS**

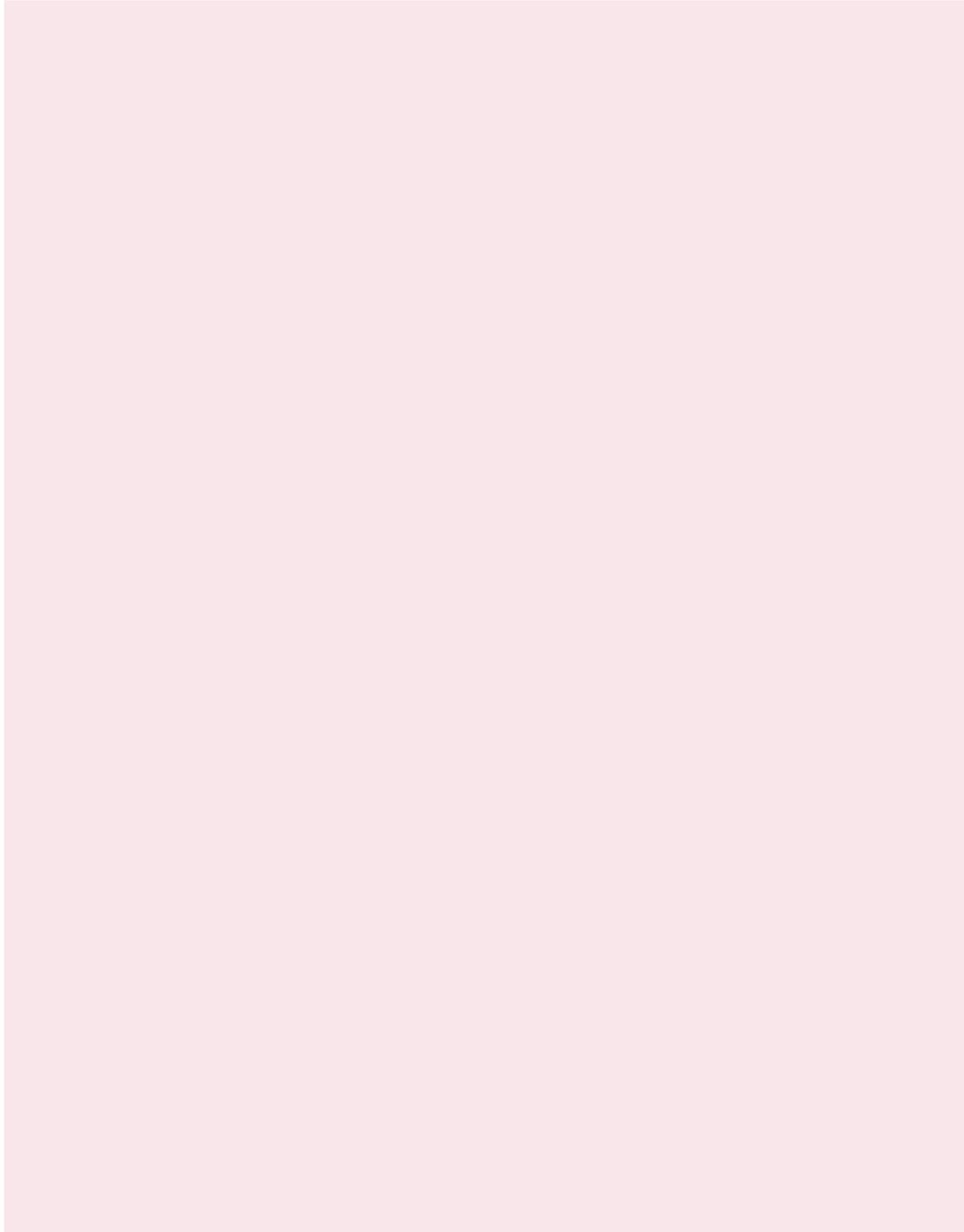
NOTAS IMPORTANTES



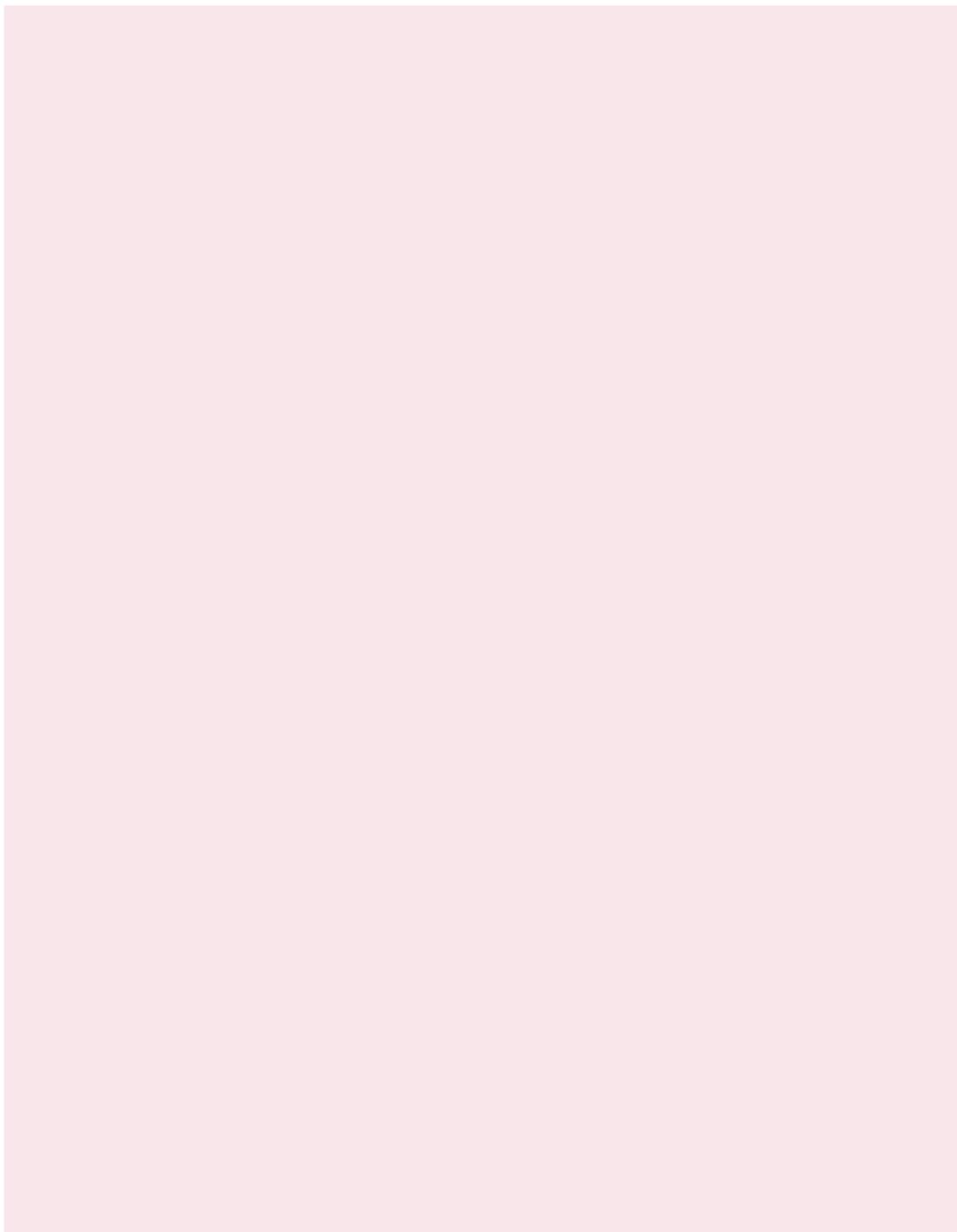
NOTAS IMPORTANTES



NOTAS IMPORTANTES



NOTAS IMPORTANTES





**Igualdad Sustantiva
entre Mujeres y Hombres**



"Este proyecto se realiza con el recurso público de los programas sociales de la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres del Gobierno del Estado de Jalisco, ejercicio 2019."



IMPULSO
TRANS[®]A.C.