

# POR LA IGUALDAD DESDE LA DIVERSIDAD

Infórmate sobre qué es la LGTBifobia, cómo afecta a las personas y la forma de actuar si eres víctima o testigo

Se conoce como LGTBifobia al conjunto de acciones discriminatorias que se producen hacia aquellas personas que representan la diversidad sexual y/o de género, por considerarlas contrarias, diferentes o inferiores.

Las víctimas de esta forma de rechazo son las personas Lesbianas, Gais, Bisexuales, Transexuales, No Binarias, Intersexuales y Personas Queer.

Se manifiesta a través de discursos de odio, pequeñas discriminaciones y/o agresiones físicas o verbales, pero también mediante acciones menos explícitas y difíciles de detectar.



Fundación  
Manuela Saborido  
Manolita Chen

Campaña informativa y de concienciación sobre los derechos de las personas en materia de diversidad afectivo-sexual, y de género y prevención de la LGTBifobia 2024.

Subvencionado por:



SERVICIOS SOCIALES, FAMILIAS  
E IGUALDAD  
Igualdad

## ¿CÓMO AFECTA LA LGTBIFOBIA A LAS PERSONAS?

El miedo a ser discriminadas, a sufrir una agresión, hace que muchas personas LGBTBI no desarrollen su vida con normalidad y lleguen a sufrir problemas de salud mental.

Algunas de las consecuencias psicológicas de la LGTBifobia son:

- Ansiedad y estrés.
- Tendencia a la depresión y otras alteraciones del estado del ánimo.
- Indefensión, culpabilidad.
- Mayor posibilidad de llevar a cabo conductas de autolesión e intentos de suicidio.
- Tendencia al aislamiento.
- Frustración.
- Problemas de autoestima, autoimagen y de seguridad.
- Absentismo escolar y reducción del rendimiento académico.
- Tendencia al abuso de sustancias.

## ¿CUÁLES SON LOS PRINCIPALES EJEMPLOS DE LGTBIFOBIA?

- Uso de expresiones vejatorias, comentarios y/o bromas mal intencionadas.
- Rechazo y aislamiento.
- Dañar objetos o propiedades.
- Impedir acceso a lugares por la apariencia o expresión de género.
- Obstaculizar la realización de trámites.
- Agresiones de todo tipo.
- Incitación al odio.
- Discriminación múltiple que afecta a personas LGBTBI que también se identifican con otras minorías vulnerables.



## ¿CÓMO PODEMOS COMBATIR O EVITAR LA LGTBIFOBIA?

- Debemos estar alerta ante estas señales para actuar y proteger a las personas que sufren y son despreciadas por ser quienes son.
  - Modificar nuestro lenguaje y esas acciones cotidianas que pueden resultar más dañinas de lo que parecen.
- A través de la información, conociendo los derechos de las personas LGBTBI.
- Cumpliendo y denunciando el incumplimiento de las leyes que protegen a las personas LGBTBI.

## TODAS LAS PERSONAS TIENEN DERECHO

- A que se respete su orientación sexual y su identidad de género.
- A construir para sí una autodefinición con respecto a su cuerpo, identidad sexual, género y orientación sexual.
- A no ser discriminadas en el disfrute de sus libertades y sus derechos por razón de su orientación sexual, identidad o expresión de género.
- A la protección frente a represalias por motivo de orientación sexual, identidad de género o sexo.

Más información aquí



## ¿CÓMO ACTUAR ANTE UN CASO DE LGTBIFOBIA?

Si eres víctima:

- Llama al 028 -teléfono contra la LGTBifobia-. Ponlo en conocimiento de la Policía o la Guardia Civil.
- Acude a entidades especializadas, donde pueden prestarte atención legal y psicológica de forma gratuita y confidencial.
- No reacciones de forma violenta.

Si eres testigo:

- Auxilia o acompaña a la persona agredida.
- No seas cómplice, ni seas indiferente.
- Denuncia.

Si necesitas ayuda o asesoramiento contacta con la  
Fundación Manuela Saborido. Manolita Chen.

Tfno/ 623966215



[www.fundacionmanolitachen.com](http://www.fundacionmanolitachen.com)



@fundacionmanolitachen



Fund Manolita Chen



@FundacionMChen