



## La salud sexual es parte del ser humano.

Al igual que las demás mujeres, como mujer transgénero quiere sentirse bien con a su cuerpo. Usted quiere tener sexo que sea seguro, agradable y gratificante.

## Cada mujer transgénero es diferente.

- Usted puede haber o no tenido una cirugía.
- Usted puede tomar o no tomar hormonas.
- Lo que a usted le guste hacer al tener sexo es único para usted.

**Cuide su cuerpo. Esto es importante si quiere ser una mujer saludable.**



## ¿Tiene más preguntas?

Todas las mujeres transgénero tienen sus propias inquietudes y preguntas. Los siguientes son algunos recursos que le pueden ayudar:

**Center of Excellence for Transgender Health**

[transhealth.ucsf.edu](http://transhealth.ucsf.edu)

**National Center for Transgender Equality**

[www.transequality.org](http://www.transequality.org)

**Transgender Law Center**

[www.transgenderlawcenter.org](http://www.transgenderlawcenter.org)

**National Center for Lesbian Rights**

[www.nclrights.org](http://www.nclrights.org)

Para encontrar una clínica de planificación familiar, vaya a:

[www.hhs.gov/opa](http://www.hhs.gov/opa)



This publication was made possible by Grant Number FPHPA092020 from the Office of Population Affairs. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the Office of Population Affairs, or HHS.

*All photos courtesy of Center of Excellence for Transgender Health except baby photo by Andrew Vargas.*

# SALUD TRANS



## salud sexual PARA mujeres transgénero



## La cirugía es una opción.

Es saludable y normal usar el pene para el sexo. Pero para mantener una erección, necesita un poco de testosterona (T) en

su cuerpo. Si está tomando hormonas femeninas, puede ser difícil mantener una erección. Pregunte a su médico qué dosis de hormona es la mejor para usted.



## ¿Qué se puede decir de las STDs?

Al igual que todas las personas que tienen sexo, las mujeres transgénero corren el riesgo de contraer una enfermedad de transmisión sexual STD.

Las personas contraen STDs por tener sexo oral, anal y vaginal. Pero puede protegerse:

- **Use un condón o un protector de látex cada vez que tenga sexo.**
- **Hágase pruebas para STDs y VIH. Pregunte a su médico qué tan seguido debe hacerse las pruebas.**
- **Si tiene una STD, busque tratamiento de inmediato.**

## ¿Qué se puede decir de mi fertilidad?

Las mujeres transgénero que toman hormonas todavía pueden tener esperma suficiente para causar un embarazo. Si no quiere tener un bebé, use un método anticonceptivo.

Si desea tener un hijo propio en el futuro, es mejor que esté preparada. Puede dejar de tomar hormonas para producir suficiente esperma. O puede poner su esperma en un banco, antes de empezar a tomar hormonas. De esa forma puede usar su esperma con su pareja cuando estén listos para tener hijos.

## ¿Qué se puede decir de la salud de mis senos?

Si toma hormonas, sus senos le empezarán a crecer. Hable con su médico sobre qué debe esperar.

Cualquier persona puede padecer cáncer de seno. Dígale a su su médico sobre cualquier historial familiar de cáncer de seno. Informe a su médico si tiene dolor, bultos o cualquier otro cambio en los senos que le preocupe.



## Hablemos acerca de las inyecciones.

Algunas mujeres se inyectan silicona, para tener las curvas deseadas: senos redondos y grandes, caderas y muslos.

Las inyecciones puede causar graves problemas de salud. Los productos inyectados pueden endurecer, causar dolor y moverse para otras partes del cuerpo. Esto puede causar infecciones, y cambios no deseados y permanentes en el cuerpo. Incluso, muchas mujeres fallecen debido a las inyecciones.

Hable con un médico calificado sobre las maneras seguras para obtener el cuerpo que desea. No lo haga por su propia cuenta. No vaya con alguien que no sea médico profesional.

## Hablemos sobre el montar.

El montar es una manera que las mujeres transgénero usan para guardar sus genitales debajo de la ropa.

Se empuja suavemente los testículos hacia adentro del cuerpo y luego estirar el pene hacia atrás entre las piernas. Todo esto se sujeta en su lugar con ropa interior apretada o se detiene con cinta adhesiva quirúrgica.

Aquí hay algunas cosas que puede hacer:

- **Use solo cinta adhesiva quirúrgica. Otras cintas adhesivas le pueden pelar la piel cuando se quitan.**
- **Corte los bellos muy corto en el área de la ingle. Le será más fácil quitar la cinta.**
- **Durante el día, pase algún tiempo sin montar.**

El montar por mucho tiempo puede causar rozaduras y ampollas. También puede bajar su conteo de esperma. Recuerde esto si quiere tener un hijo.