



# APOYO PARA JÓVENES TRANS

Cuando un joven le diga que es trans, genderqueer, no binario, o utilice otro lenguaje para hablarle de sí mismo, tómese un momento para reflexionar sobre lo que significa para esa persona haber compartido tal información con usted.

Recuerde: su afirmación, atención y apoyo será muy beneficiosa para esa persona, aunque usted no entienda del todo sus experiencias. Los adolescentes están formando sus identidades e incluso formas sutiles de rechazo (desestimar pronombres, nombres preferidos, no querer hablar sobre el tema) pueden ser perjudiciales para la salud mental.

Adoptar las preferencias de su hijo(a) sin oponer resistencia es una manera sencilla de apoyar y demostrar amor. Es normal y previsible cometer errores; lo más importante es brindar apoyo y afirmación con cariño. A continuación, se incluyen algunas recomendaciones para ayudar a las familias a brindar apoyo a sus jóvenes con perspectiva de género amplia.

## COMPRENDER LA IDENTIDAD DE GÉNERO

---

A menudo, los miembros de la familia u otros adultos en la vida de un(a) joven actuaron con diferentes ideas, normas o creencias sobre la identidad de género. Puede ser útil que los adultos intenten comprender la experiencia del(a) joven, sin esperar que nadie les dé explicaciones.

Sugerimos que lea, vea, escuche y aprenda con estos recursos:

- Para las familias que intentan encontrar apoyo [🔗](#)
- Recursos para entender el género [🔗](#)
- La comunidad transgénero en general [🔗](#)
- Recursos adicionales de Seattle Children's [🔗](#)

# RECURSOS



## SERVICIOS DE AFIRMACIÓN DE GÉNERO EN WHITMAN-WALKER HEALTH (WWH)

---

- [Guía de nuestros servicios de afirmación de género en WWH](#) 

## GRUPOS WWH PARA JÓVENES TRANS Y SUS FAMILIAS

---





- **Gender & Us** (Nosotros y los géneros) (para jóvenes de 13 a 17 años de género expansivo)
- **Families in Transition** (Familias en transición) (para padres y cuidadores de jóvenes trans)
- **Trans Stress Reduction** (Reducción del estrés en personas trans) (para ayudar a los adultos transgénero a controlar la ansiedad)
- **Trans Peer Support Groups** (Grupos de apoyo de pares para personas trans) (grupos transmasculinos, transfemeninos y no binarios)
- A continuación, encontrará más información sobre los grupos de WWH:  
[Terapia](#)  [Apoyo de pares](#) 

## TERAPIA LOCAL PARA ADOLESCENTES TRANS + APOYO FAMILIAR



---

*\*Se trata de una lista no exhaustiva para quienes necesiten un punto de partida.*

### TERAPIA INDIVIDUAL






- **Across Counseling Center**, Vienna, VA 
- **Anne Edwards**, Springfield, VA 
- **Shir Wolf** 
- **Timothy Elliott** 

### TERAPIA GRUPO

- **Cabush, Paul & Associates** 
- **Heather Kirby**, Fairfax, VA 

## GRUPOS LOCALES DE APOYO DE PARES

---

- **SMYAL** : Apoyo, divulgación y defensa de la juventud LGBTQIA+ para jóvenes de 13 a 24 años. Programas presenciales y virtuales sin necesidad de inscripción previa en Washington, D. C.
- **Grupos de personas transgénero del área metropolitana de DC**: Grupo de apoyo y creación de comunidad transgénero facilitado por pares, un espacio seguro para explorar la identidad de género. Grupos para: Padres y tutores/ Preadolescentes, adolescentes y jóvenes adultos / Cónyuges/ Hijos.  
Contacto: [RevEmmaChattin@gmail.com](mailto:RevEmmaChattin@gmail.com) 
- **The Maryland Center for Gender & Intimacy** : Grupos gratuitos de apoyo a la comunidad ofrecidos por la organización sin fines de lucro de defensa y apoyo a la comunidad LGBTQ+ de Frederick. Algunos grupos: Transfamily (Adultos 18+), Transteens (de 14 a 18 años) y Youth Jr. (de 9 a 13 años)
- **Fairfax Trans Families (PFLAG)**: Envíe un correo electrónico para obtener más información.  
Contacto: [TransFamiliesVA@gmail.com](mailto:TransFamiliesVA@gmail.com) 
- **NOVA TransYouth**: Grupo de apoyo de pares para personas de 18 a 35 años.  
Contacto: [novatransyouth@gmail.com](mailto:novatransyouth@gmail.com) 

## APOYO EN LÍNEA PARA JÓVENES Y FAMILIAS

---

- **The Trevor Project** [↗](#): Apoyo a la salud mental para la juventud
- **Colage** [↗](#): Comunidad virtual de pares para jóvenes y padres

## GRUPOS EN FACEBOOK

---

- **Parents Supporting Parents of Trans Children** (Padres que apoyan a padres de niños trans) [↗](#)
- **Parents of Transgender/Non-Binary Kids** (Padres de niños transgénero/ no binarios) [↗](#)
- **Concerned Parents of Transgender/Non-binary Kids, Teens, or Young Adults** (Padres de niños, adolescentes y jóvenes adultos transgénero/ no binarios que se interesan por sus hijos) [↗](#)
- **Support Network for Cis Parents of Trans Kids** (Red de apoyo para padres Cis de niños trans) [↗](#)

## LOS 5 MEJORES GRUPOS DE APOYO EN LÍNEA PARA PERSONAS TRANSGÉNERO

---

- **Ver una lista completa** [↗](#)
- **Mejor valor general:** Trans Lifeline [↗](#)
- **El mejor para los jóvenes en crisis:** The Trevor Project [↗](#)
- **El mejor para apoyar la transición quirúrgica:** Transbucket [↗](#)
- **El mejor para los adolescentes y sus padres:** Gender Spectrum [↗](#)
- **El mejor para la salud mental:** The Tribe - LGBTQ+ Group [↗](#)

## CLÍNICAS DE GÉNERO Y CENTROS DE SALUD PARA JÓVENES DE LA REGIÓN METROPOLITANA DE WASHINGTON

---

- **Children's National Hospital** [↗](#): Apoyo a los pacientes LGBTQ+ mediante diversos programas y servicios: Clínica del Orgullo Juvenil, Programa de Desarrollo de Género y Programa de Género y Autismo.
- **University of Maryland Medical Center** [↗](#): Atención primaria especialmente diseñada para apoyar la salud de personas transgénero, incluido el acceso y la gestión de terapia hormonal y bloqueadores de la pubertad.
- **Chase Brexton - GenderJOY Program** [↗](#): Ofrece servicios sanitarios especializados a niños y adolescentes transgénero y con diversidad de género, y a sus familias.
- **Johns Hopkins - Emerge Gender & Sexuality Clinic** [↗](#): Atención médica y mental y apoyo psicosocial cultural y clínicamente competentes.
- **Mary's Center** [↗](#): Profesionales de la salud del comportamiento que ofrecen terapias cortas a niños, adolescentes y adultos que estén explorando sus identidades de género.
- **University of Virginia (UVA) Children's Hospital** [↗](#): Proveedores con experiencia de un equipo multidisciplinario trabajan con jóvenes de diversas identidades sexuales y de género para que tengan acceso a una atención afirmativa.
- **Whitman Walker Health** [↗](#): Evaluación médica y conductual de jóvenes transgénero y sus familias.

## RECURSOS PARA SALIR DEL ARMARIO EN LA FAMILIA Y LA ESCUELA

---

- **Recurso Human Rights Campaign** [↗](#)
- **Recurso Gender Spectrum** [↗](#)