

**G**UILHERME **A**LMEIDA, **S**ILVANA **M**ARINHO, **M**ÁRCIA **B**RASIL, **D**ANIELA **M**MURTA E **M**ÁRCIA **V**IANA

**AGORA**

QUE ME VEJO

COMO **TRANS**

Guia de possibilidades e serviços no RJ

# Ficha Catalográfica

## CIP BRASIL – CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO

---

AL447a ALMEIDA, Guilherme. —

Agora que me vejo como trans:  
guia de possibilidades e serviços no RJ/  
Guilherme Almeida; Silvana Marinho;  
Márcia Brasil; Daniela Murta; Márcia  
Viana. 1ª edição/Salvador - BA. Editora  
Devires, 2018.

168p.; PUBLICAÇÃO ELETRÔNICA

ISBN 978-85-93646-21-8

1. Transgêneros 2. Direitos 3. Cidadania  
4. Ciências sociais I. Título.

CDD 300

CDU 159.9:39

---

**G**UILHERME **A**LMEIDA, **S**ILVANA **M**ARINHO, **M**ÁRCIA **B**RASIL, **D**ANIELA **M**MURTA E **M**ÁRCIA **V**IANA

# **AGORA** QUE ME VEJO COMO **TRANS**

Guia de possibilidades e serviços no RJ

PROJETO GRÁFICO  
Aline Paiva

ILUSTRAÇÕES  
Laerte Coutinho

REVISÃO  
Marisy da Silva

# Agradeci- mentos

Agradecemos a cartunista Laerte Coutinho que gentilmente cedeu suas tiras de Muriel e Estênio que embelezam e provocam quem lê esse Guia.

Agradecemos a equipe de profissionais do Nudiversis/Defensoria Pública pela disponibilidade de nos receberem e pelas informações prestadas durante a vigência dos projetos de pesquisa: Lívia Casseres (Defensora Pública), Marina Villar (psicóloga) e Thalita dos Santos (Assistente Social).

Agradecemos à assistente social Patrícia Mosquedare do Instituto Estadual de Diabetes e Endocrinologia Luiz Capriglione (IEDE) pela participação em grupo focal da pesquisa realizado no HUPE/UERJ.

Agradecemos a Anna Uziel, coordenadora do Laboratório Integrado de Diversidade Sexual e de Gênero, Políticas e Direitos (LIDIS/UERJ) pela leitura prévia e apoio à publicação.

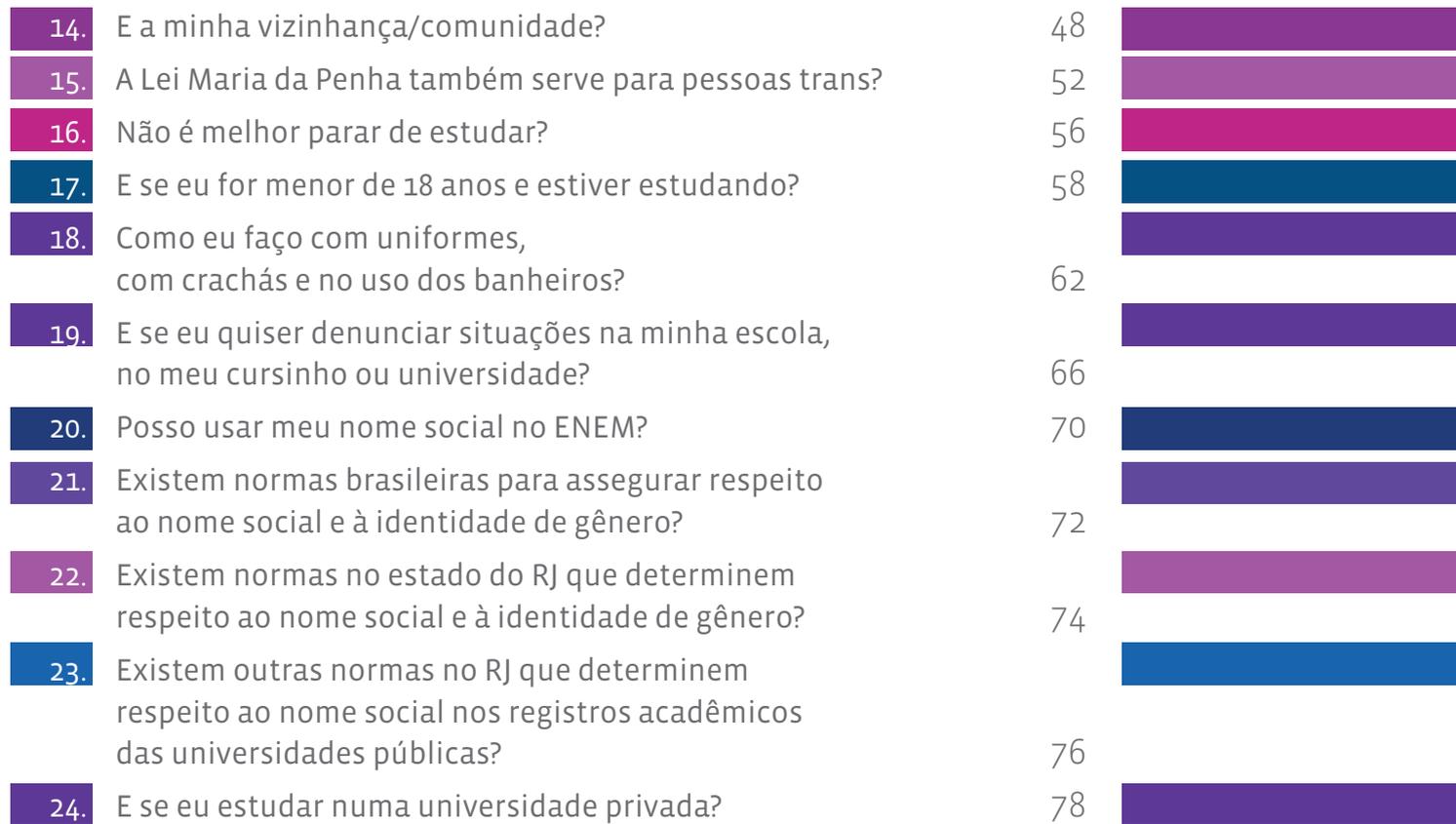
Agradecemos a todos/as os/as usuários/as trans de diferentes serviços em que atuamos, que nos ensinaram sobre suas vidas, necessidades e estratégias de sobrevivência.

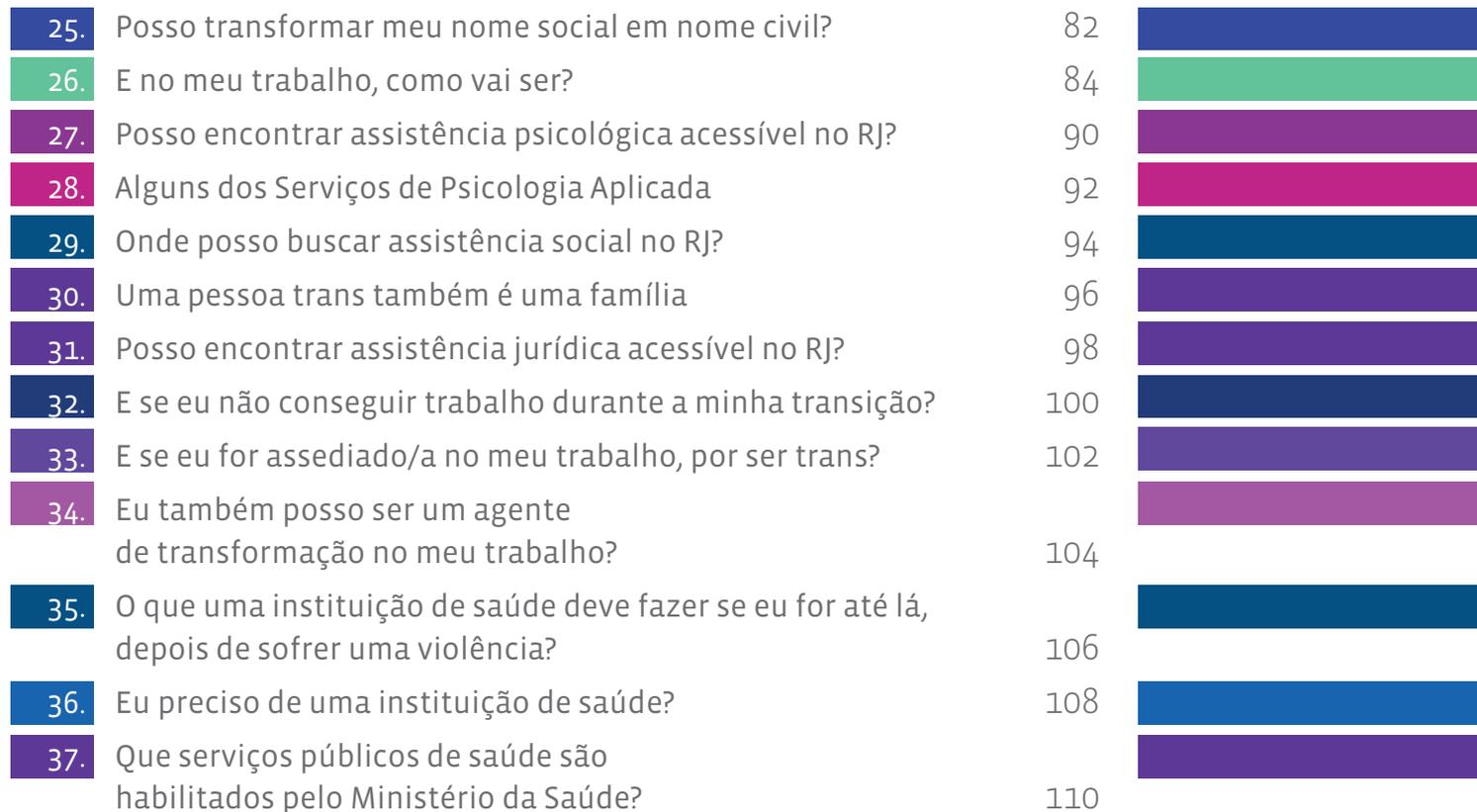
Agradecemos ao CNPq e à FAPERJ pelo apoio material durante as pesquisas que possibilitaram essa iniciativa.

# Sumário

(interativo)

01.	Apresentação	12
02.	Esperamos que este guia também possa ser útil	14
03.	Se você está lendo este guia, é possível que você...	16
04.	Quem é você?	18
05.	Um pouquinho de história	20
06.	Se você está lendo este guia, pelo menos uma vez se perguntou: “será que eu sou trans?”	22
07.	E a minha sexualidade, muda?	26
08.	E com a minha família?	30
09.	E na minha religião, como é que fica?	36
10.	Alguns exemplos de instituições religiosas no RJ que apreciam a presença de pessoas trans	38
11.	E se eu for discriminado pela minha religião?	40
12.	E se eu for desrespeitado numa instituição religiosa, como usuário/a?	42
13.	E as minhas amizades?	44





38.	Como faço para ter acesso ao processo transexualizador?	112	
39.	Em quais as instituições públicas de saúde eu posso ter acesso ao processo transexualizador?	114	
40.	E se eu tiver um plano ou seguro privado de saúde?	116	
41.	O que devo fazer quando o/a profissional de saúde se recusar a me encaminhar para o processo transexualizador?	120	
42.	Como o processo transexualizador, muitas vezes, é?	122	
43.	Como o processo transexualizador deveria ser?	124	
44.	O que eu posso fazer para o processo transexualizador melhorar no SUS?	126	
45.	Quais as unidades de saúde do processo transexualizador no RJ?	128	
46.	Posso escolher os procedimentos que quero realizar e os que não quero, assim como as técnicas e os/as profissionais?	132	
47.	O que posso fazer para me preparar para as cirurgias?	134	
48.	Se eu for uma travesti, posso ser atendida, mesmo que eu não queira cirurgias?	136	

49.	Se eu for uma travesti, o que posso buscar no processo transexualizador?	138	
50.	E se eu for um homem trans, poderei realizar uma faloplastia? Vale a pena?	140	
51.	E se eu quiser ter filhos/as?	144	
52.	E depois que eu conseguir fazer a mudança dos meus documentos, o que devo fazer?	148	
53.	E se as instituições não quiserem retificar meus dados, mesmo depois que mudar os documentos?	150	
54.	E se eu for menor de 18 anos, como faço para ter acesso à assistência à saúde e a todo resto?	152	
55.	E agora que fiz todos os procedimentos de que necessitei?	156	
56.	Será que eu posso me arrepender?	158	
57.	Eu preciso esquecer o passado e construir tudo de novo?	162	
58.	Depois que eu passar por tudo isto, vou ficar feliz?	164	
59.	Alguns filmes que podem te ajudar a pensar sobre sua condição e sobre possíveis caminhos	166	

01

Apresentação



Este guia foi produzido como resultado de dois Editais de Pesquisa e Extensão desenvolvidos por Guilherme Almeida (FSS/UERJ): CHAMADA MCTI/CNPQ/MEC/CAPES Nº 22/2014 – CIÊNCIAS HUMANAS, SOCIAIS E SOCIAIS APLICADAS e FAPERJ – E-26/010.001861/2014 – Ref. 210.281/2014.

Os projetos tiveram entre seus objetivos o fortalecimento da rede de atendimento a pessoas trans no estado do Rio de Janeiro (RJ).

O contato da pesquisa com os/as profissionais de saúde foi revelador da própria natureza da rede assistencial em saúde, de seus limites e possibilidades. Ele também permitiu que os/as profissionais pensassem em um material socioeducativo que auxiliasse

o/a usuário trans que acabou de assumir essa identidade a se engajar na rede assistencial, tanto em busca dos cuidados que julgar necessários quanto como agente de transformação dessa rede.

Importante: esta não é uma cartilha sobre como uma pessoa trans deve agir, mas um guia de possibilidades, ou seja, é um conjunto de dicas e sugestões para que cada pessoa avalie e decida sobre sua vida através da obtenção de outros conhecimentos.

02

Esperamos  
que este guia  
também possa  
ser útil



A pessoas cisgêneras (que não são trans) que não são profissionais de saúde, mas querem contribuir para que as pessoas trans se sintam mais confortáveis nos seus caminhos.

A profissionais de serviços de saúde, da assistência social, do campo dos direitos humanos, da educação, entre outros executores/as e gestores/as de políticas sociais, para auxiliá-los na tarefa de terem as pessoas trans em perspectiva em suas atividades.

03

Se você está  
lendo este guia,  
é possível que  
você



Já esteja se afirmando como uma pessoa trans e prefira ser chamado/a de travesti, de mulher transexual, de transexual, de homem transexual ou de outras maneiras. Talvez tenha outras formas de se reconhecer ou esteja em busca. Não importa a palavra que você usa e não importa também se você ainda não usa uma palavra para se definir: o que faz de você uma pessoa trans é não ter ficado (totalmente ou parcialmente) satisfeito/a com o gênero que lhe deram quando você nasceu e reivindicar uma outra condição. Em outras palavras: te chamaram de menino e você não se sente assim ou te chamaram de menina e você não se sente assim.

04

Quem é você?



É possível também que muitas pessoas já saibam que você é trans e que você tenha inclusive modificado seu corpo através de roupas, acessórios, corte de cabelos e de outros cuidados que te fizeram mais parecido/a com o que realmente é. É possível também que você já tenha começado a modificar seu corpo tomando hormônios e até fazendo cirurgias.

Também pode ser que você não tenha feito nada disso e esteja começando a conversar com as pessoas a respeito e a pensar nos caminhos a percorrer.

Se o seu caso for este último, este guia será certamente mais útil. Se não for o caso, talvez contribua para alguma das suas decisões.

05

Um pouquinho  
de história



Há um tempo no Brasil (e não faz muito tempo!!) pouco se falava da experiência de ser trans e a maioria das pessoas desconhecia esta possibilidade ou considerava que se afirmar como trans era renunciar à possibilidade de uma vida comum. Muitas pessoas trans sofriam por não ver pessoas trans em todos os espaços sociais.

No passado, também, era comum que só fossem vistas como trans, as pessoas que queriam modificar cirurgicamente seus corpos. As outras pessoas, muitas vezes, não podiam retificar seus nomes e sexos porque elas não eram consideradas “transsexuais verdadeiras”. Hoje, entre profissionais críticos/as e estudiosos/as do tema, essas pessoas são tão trans quanto as que desejam cirurgias.

Felizmente, isso vem mudando nos últimos 10 anos e mais pessoas vêm se afirmando e vivendo suas vidas das mais diferentes maneiras. Hoje é sabido que existem pessoas trans que desejam realizar todas as transformações físicas que puderem, há outras tantas que não querem fazer nenhuma modificação corporal cirúrgica e nem hormonal e outras que só querem fazer algumas modificações corporais, mas não querem outras.

Pessoas trans estão nas redes sociais, nas mídias, nas artes, nas instituições públicas, na política, nas ruas, nas escolas e universidades, nas empresas, nas instituições de saúde etc.

Isto não significa que a transfobia tenha acabado (muito pelo contrário!), mas significa que é mais difícil, hoje, negar a existência e os direitos de pessoas, só porque são trans.

06

Se você está lendo este guia, pelo menos uma vez perguntou: “será que eu sou trans?”

Você pode ter se feito essa pergunta mais de uma vez na infância, na adolescência, na idade adulta ou até já com mais de 60 anos. Não existe uma única fase da vida para se afirmar como trans. Há pessoas que sempre souberam o que eram, mas só puderam (ou quiseram) reivindicar outra identidade em fases avançadas da vida.

Antigamente, o protocolo biomédico dizia quem era ou não um/a “transexual verdadeiro/a” e, ainda hoje, existem instituições e profissionais que exigem laudos para admitir que alguém seja transexual ou travesti, por exemplo. Mas cresce cada vez mais o número de instituições e profissionais para os quais o importante é como a pessoa se vê. Em outras palavras: ninguém

tem mais competência do que você para dizer quem você é. O/a profissional pode apenas auxiliar você na autodescoberta.

É importante que durante a autodescoberta você possa compartilhar seus sentimentos e se sentir confortável ao fazer isso. Para isso, procure pessoas de sua confiança, como um/a professor/a, um/a amigo/a, um/a familiar, um/a psicoterapeuta ou outro/a profissional de saúde, uma pessoa trans ou um grupo de pessoas trans que você já conheça, entre outros/as. Procure mais de uma pessoa, compare opiniões, considere o que têm a dizer, analise o que cada uma lhe diz, peça apoio.

Procure e compartilhe também informações a respeito: leia sites, blogs, livros, revistas, veja programas de TV, filmes e tudo mais que cair em suas mãos a respeito e construa, aos poucos, suas próprias ideias.

É cansativo gastar tempo fazendo isso, mas também pode ajudar a você e a outras pessoas trans no caminho de afirmarem a sua identidade de gênero, que pode ser muito difícil, solitário e amedrontador.



07

E a minha  
sexualidade,  
muda?

Você já deve saber que uma pessoa trans é como qualquer outra em relação à sexualidade. Ela pode ser heterossexual, homossexual, bissexual, pansexual, assexual etc. Pode se sentir satisfeita ou insatisfeita sexualmente. Pode ter muita necessidade de fazer sexo, alguma necessidade ou nenhuma. Pode gostar de determinadas práticas sexuais e não de outras. Não há regras.

No passado, os protocolos médicos consideravam que para alguém ser trans de verdade, deveria ter dificuldades sexuais e/ou a sensação de repúdio ou nojo de seus genitais, não sendo aceitável ter qualquer tipo de prazer sexual com eles. Por isso, muitas pessoas trans acabavam concordando em dizer que não tinham interesse sexual, mesmo quando tinham.

Algumas pessoas trans, de fato, têm dificuldades para se relacionar sexualmente e podem procurar ajuda, se desejarem. Outras pessoas trans não têm esse tipo de dificuldade.

Algumas pessoas trans podem apresentar dificuldades sexuais até conseguirem modificar seus corpos e/ou fazerem cirurgias. Algumas delas têm dificuldades porque veem seus corpos como inadequados ou porque sofreram violações sexuais motivadas pela transfobia.

Mas existem outras que não têm qualquer dificuldade sexual, mesmo sem realizarem cirurgias genitais.



UAU! ... FOI BEM LOUCO, VERÔ... E VOCE, GOZOU?

... O QUÊ?  
QUERIA QUE VOCÊ ME CHAMASSE DE ESTÊNIO...

O QUE ESTA' HAVENDO, EIN? ANDO ESTRANHANDO O SEU JEITO.

NÃO OUVI.  
EU ME SINTO UM HOMEM, QUERIA TER UM PAU...

QUE BOBAGEM! NÃO ACHO QUE FAÇA A MENOR FALTA!

FALA, MAIS ALTO.

ESTOU CAGANDO PRO QUE VOCÊ ACHA!

EU E MINHA BOCA MINÚSCULA...



Muitas pessoas trans se prostituem como forma de ganhar a vida (por não terem acesso a outros meios de sobrevivência), mas também há as pessoas que apreciam ser trabalhadoras sexuais, porque isso permite que se sintam valorizadas e/ou porque têm prazer nessa atividade.

Também é importante dizer que existem pessoas trans que se casam e são monogâmicas e outras que não querem isso.

Não existe uma verdade sobre as práticas sexuais nem antes nem depois de qualquer procedimento cirúrgico. Qualquer pessoa trans ou cis, tendo realizado cirurgia genital ou não, não precisa necessariamente

adotar práticas sexuais consideradas normativas ou abandonar práticas sexuais anteriores. Por exemplo, uma mulher trans que antes da transgenitalização fazia sexo anal, não precisa passar a só fazer sexo vaginal, por ser mais respeitado socialmente. Ou, no caso de um homem trans que antes de iniciar seu processo de identificação fazia sexo vaginal, ele não precisa necessariamente deixar de realizar essa prática.

De qualquer forma, as modificações corporais, psicológicas e sociais também têm grandes efeitos sobre a sexualidade das pessoas trans e de seus/suas parceiros/as. Ainda há poucos trabalhos científicos sobre isso no Brasil, por isso o diálogo sobre o tema é muito importante.

08

E com  
a minha  
família?

A maioria das pessoas vive numa família desde criança e quando decide afirmar sua identidade de gênero, muitas vezes, ainda vive assim ou mantém vínculos com ela. Se esse é o seu caso, é possível que seus familiares tenham se acostumado com uma certa “esquisitice” da sua parte e também com uma certa aparência sua. Além disso, pode ser que seus familiares tenham medo de que você sofra com as mudanças, ou ainda, que tenham medo de também serem discriminados por ter alguém como você por perto. Por isso, é possível que reajam negativamente quando você afirmar que vai afirmar publicamente a sua identidade de gênero.

Algumas famílias vivem um processo que é quase um luto, até aceitarem a nova identidade. Outras lidam com maior facilidade

e outras, ainda, jamais aceitam. Por isso mesmo (assim como você), muitas vezes, sua família poderá precisar de ajuda. Não esqueça que algumas mudanças são processuais e que sua família poderá precisar de um determinado tempo e auxílio para absorver sua transformação. Não se precipite, achando que eles/as vão agir sempre do mesmo jeito.

Para ajudar seus familiares, você pode: conversar o mais francamente possível com eles de uma maneira que não se sintam ameaçados e se sintam importantes. Comece por aquelas pessoas que você sabe que podem te escutar e entender melhor. Pode ser até uma avó ou tia que não mora com você. Não se apresse e nem se precipite. Surpresas boas também podem

acontecer. Você também pode convidá-los para ver um filme com você ou comentar sobre uma novela e, a partir daí, conversar.

Pode ser que algumas pessoas não consigam dizer o seu novo nome ou não consigam te chamar do jeito que gostaria. Isso pode ser mudado com o passar do tempo com diálogo e reflexão.

De qualquer forma, tente dar a elas boas informações e indicações sobre como podem se informar melhor sobre o assunto e siga seu caminho.

Que tal apresentar a elas outras pessoas trans que você considera interessantes?

Que tal levar algum familiar mais aberto até um grupo de pessoas trans para que converse?

Que tal dar de presente para elas um ou mais livros escritos por pessoas trans?

Que tal escrever um diário sobre como as relações com sua família têm acontecido a cada dia?



Para conversar e ter mais informações sobre como lidar com sua família, veja:

**ABRAFH** – Associação Brasileira de Famílias Homotransafetivas:  
[www.abrafh.org.br](http://www.abrafh.org.br)

**GPH** – Grupo de Pais de LGBTI que funciona em SP:  
[www.gph.org.br/home.asp](http://www.gph.org.br/home.asp)

No Rio de Janeiro, você também pode conhecer o trabalho do **MÃES PELA DIVERSIDADE**, através do Facebook:  
[www.facebook.com/MaesPelaDiversidade/](http://www.facebook.com/MaesPelaDiversidade/)

Alguns outros espaços virtuais e **presenciais** onde você pode trocar informações e refletir com outras pessoas trans, além de trabalhar politicamente pelos DIREITOS DE PESSOAS TRANS:

**GAI** – Grupo Arco-Íris fundado em 1993:  
[www.facebook.com/grupoarcoiris.perfilii](http://www.facebook.com/grupoarcoiris.perfilii)

**GDN** – Grupo Diversidade Niterói, fundado em 2004: [www.facebook.com/groups/655982391149049](http://www.facebook.com/groups/655982391149049)

**Conexão G** – Grupo LGBT nas Favelas, fundado em 2006: [www.facebook.com/GrupoConexaoG/](http://www.facebook.com/GrupoConexaoG/)

**Grupo Transrevolução**, fundado em 2014:  
[www.facebook.com/transrevolucao](http://www.facebook.com/transrevolucao)  
[grupotransrevolucao.blogspot.com.br/](http://grupotransrevolucao.blogspot.com.br/)



**IBRATH** – Instituto Brasileiro de Transmasculinidades, fundado em 2013: [www.facebook.com/institutoibrat](http://www.facebook.com/institutoibrat)

**CASA NEM** – espaço de acolhimento, passagem e ações voltadas às pessoas LGBTI, sobretudo pessoas trans e travestis em situação de vulnerabilidade, fundada em 2015: [www.facebook.com/pages/Casa-Nem/1090307731030189](http://www.facebook.com/pages/Casa-Nem/1090307731030189)

Em Caxias, Nova Iguaçu, Cabo Frio e em outras cidades do estado do RJ existem outros grupos. Você pode se informar sobre eles através dos grupos acima.

09

E na minha  
religião, como  
é que fica?



Vivemos num país onde o Estado é constitucionalmente laico. Mas muitas religiões têm dificuldades para admitir a existência de pessoas trans e, algumas, de respeitar sua condição.

Algumas pessoas trans não têm religião e não sentem necessidade dela. Outras têm e querem se manter em contato com sua religião de origem ou conhecer outras religiões.

Se você é uma dessas pessoas que sentem a necessidade de ter religião, procure se informar das alternativas que aceitam pessoas trans, para que seu processo de afirmar sua identidade possa ocorrer sem ser culpabilizada, sem tentarem mudar sua identidade com argumentos religiosos e sem privar você da sua fé. Converse, experimente e só fique em espaços em que você possa ser respeitado/a.

# 10

Alguns exemplos de instituições religiosas no RJ que apreciam a presença de pessoas trans



Igreja Cristã Contemporânea:

[www.igrejacontemporanea.com.br/site](http://www.igrejacontemporanea.com.br/site)

Casa de Candomblé Ilê Omi Ojuarô:

[www.ileomiojuaro.com.br/](http://www.ileomiojuaro.com.br/)

Grupo Diversidade Católica

[www.diversidadecatolica.com.br/](http://www.diversidadecatolica.com.br/)

Se informe e descubra outras.  
Descubra novos espaços que  
te façam bem e evite os espa-  
ços religiosos que não conse-  
guem lidar bem com a existên-  
cia da população LGBT.

11

E se eu for  
discriminado/a  
pela minha  
religião?



Entre em contato com a  
Comissão de Combate às  
Discriminações e Preconceitos  
de Raça, Cor, Etnia, Religião  
e Procedência Nacional:

[www.aloalerj.rj.gov.br/comissoes/preconceitos](http://www.aloalerj.rj.gov.br/comissoes/preconceitos)

e tel: 08002820802

# 12

E se eu for des-  
respeitado/a  
numa institui-  
ção religiosa,  
como usuá-  
rio/a?



Existem hospitais, abrigos e outras instituições que prestam serviços à população e que também são religiosas. Algumas vezes, quando pessoas trans se tornam usuárias desses espaços, ocorre desrespeito à sua identidade (imposição do nome documental, de uniformes de acordo com o sexo documental, internação em enfermarias contrárias à identidade de gênero, imposição de quartos e banheiros contrários à identidade de gênero, entre outras violações de direitos).

Se isso acontecer com você: relate a situação a um/a profissional e contate também a direção da instituição. Se não funcionar, faça a denúncia em outras instituições da sua cidade, como o Conselho de Saúde, de

Assistência Social, de Educação, a Defensoria Pública, as secretarias municipais e até as delegacias de polícia. Busque orientação e lembre que, mesmo que estejam prestando serviços filantrópicos, as instituições e seus profissionais não têm o direito de desrespeitar a população usuária, seja ela qual for.

13

E as minhas  
amizades?

Pode ser que você comece a discutir sobre sua identidade primeiro com seus/suas amigos/as e antes de falar com alguém da sua família. Amigos/as fiéis e solidários/as podem te ajudar muito ao longo do processo de afirmação da sua identidade.

Se você tiver dificuldade de conversar com todos/as os/as amigos/as ao mesmo tempo, converse separadamente, discuta, valorize e esclareça suas dúvidas, peça apoio, permita que colaborem.

Pode ser que algum/alguma amigo/a desista de você por isso. Se isso acontecer, respeite a sua decisão e siga em frente. Quem sabe, com o tempo repensem?

Valorize quem te oferecer amizade e esteja aberto/a para fazer novos/as amigos/as trans e cisgêneros/as ao longo do caminho. Evite o isolamento.

É frequente que algumas pessoas cisgêneras se interessem pelo tema e desenvolvam admiração pela coragem que as pessoas trans demonstram. Faça com que isso conte a seu favor. Lembre-se de que viver a vida a seu lado e compartilhar dos problemas não é só um desafio: **todo mundo pode crescer e se tornar melhor a partir da sua experiência.**

Pode ser que você também faça amigos/as trans, o que pode ser muito bom e ajudar muito a sua trajetória e a deles/as.

Tenha cuidado, no entanto, para não modelar sua vida somente a partir da vida de algumas pessoas trans conhecidas, fazendo comparações com o seu próprio caminho. Não é porque seu/sua amigo/a trans optou por uma técnica cirúrgica ou porque age de uma determinada maneira com a família (por exemplo), que você tem que fazer exatamente o mesmo.

Inspire-se nas experiências ricas que encontrar, mas aprimore o seu jeito de lidar com a vida.

Lembre-se: não existe um caminho de vida igual a outro e ninguém sabe mais das suas necessidades e possibilidades do que você e os/as profissionais que te atendem.



14

E a minha  
vizinhança/  
comunidade?

Nenhum ser humano é uma ilha, em consequência, toda pessoa trans também não é. O processo de afirmar sua identidade de gênero é importante para você, mas repercute e recebe a influência do lugar em que você vive e das pessoas com quem você convive.

É comum que uma pessoa trans, por isso, decida mudar de lugar de moradia durante a transição, para viver em um espaço em que sua identidade não gere muito estranhamento nem provoque comentários e violências.

Se você não quer ou não pode se mudar, é importante que você tenha muita atenção ao lugar em que vive e às pessoas que vivem lá. Se você considera que o seu bairro ou comunidade é violenta e lida mal com as diferenças, talvez seja importante evitar por um tempo que as pessoas do entorno percebam sua decisão, até que você esteja mais forte e seguro para fazer isso.

Pode ser importante também pensar (principalmente nos primeiros momentos da sua transição) em usar estratégias de sobrevivência mesmo:

- buscar caminhos alternativos para evitar passar nos mesmos lugares e nos mesmos horários;

- andar sempre em companhia de outras pessoas,
- evitar lugares escuros e desertos;
- mapear os lugares em que você possa buscar ajuda em caso de emergência etc;
- fazer sempre com que pessoas amigas saibam por onde você anda;
- evitar exposição pessoal nas redes sociais.

Levar a sério se sofrer ameaças e denunciar à delegacia mais próxima, assim que acontecerem. Para isso, também existe o Disque 100.

EU ME SINTO UM HOMEM,  
MESMO — NÃO UMA MULHER  
MASCULINA OU CASA ASSIM...



GOSTARIA QUE ME  
RECONHECESSEM  
COMO HOMEM...



SE LIGA, Ô VIADO!!



NÃO DEIXA DE SER  
UM RECONHECIMENTO...



15

A Lei Maria  
da Penha  
também serve  
para pessoas  
trans?

## Travestis e transexuais em situação de violência doméstica e familiar também podem ser protegidas pela Lei Maria da Penha

A Lei Maria da Penha (Lei Federal 11.340/2006) configura como violência doméstica e familiar contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero. Com o entendimento de que o gênero feminino decorre da liberdade de autodeterminação individual, as instituições do Poder Judiciário já orientam a aplicação da Lei Maria da Penha para travestis e transexuais.

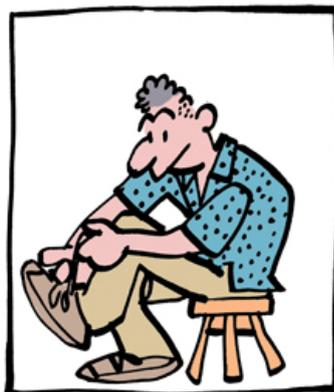
## Fique sabendo:

Desde 2016, o Conselho Nacional de Procuradores-Gerais decidiu que todas as procuradorias estaduais podem aplicar a Lei Maria da Penha para travestis e transexuais que ainda não se submeteram nem à cirurgia de redesignação sexual, nem à retificação do nome civil.

No Rio de Janeiro, a Secretaria de Estado de Segurança Pública publicou em Diário Oficial a Resolução SESEG nº 1110, de 07/08/2017, segundo a qual as Delegacias Especiais de Atendimento à Mulher (DE-AMs) passam a ter atribuição para atendimento e orientação à pessoa transexual que se identifique com o gênero feminino.

## O que isso quer dizer?

Que mulheres transexuais e travestis podem procurar uma DEAM para denunciar casos de violência ocorrida no âmbito doméstico e familiar por seus companheiros, ex-companheiros, namorados, irmãos, tios, pais, por exemplo, podendo também obter medidas protetivas previstas na Lei Maria da Penha e ter o Juizado de Violência Doméstica e Familiar como órgão competente para julgar os casos de violência.



16

Não é  
melhor  
parar de  
estudar?



Quando você começar a afirmar sua identidade, é possível que enfrente problemas para continuar a estudar. É comum que pessoas trans sejam discriminadas por colegas de turma e professores/as que, por vezes, recusam a nova identidade e se negam a utilizar o nome social (que é o nome que você pode escolher para ser chamado/a).

No país, existe um conjunto de normas que regulam o direito de usar o nome social tanto por escrito quanto oralmente para todas as pessoas com mais de 18 anos, além de assegurarem o direito a ser tratado/a no gênero que afirmar.

Por isso, você pode declarar na sua escola, cursinho ou universidade que quer o seu nome social e identidade de gênero respeitados nas chamadas orais, nos alojamentos,

nos banheiros e, também, na carteirinha de identificação e em outros documentos (onde for juridicamente possível) e nos cartões em que constar seu nome.

**Faça isso por escrito com uma cartinha** para a direção da instituição escolar ou universitária em duas vias, guardando uma via por escrito com a data e o carimbo de recebido da pessoa responsável. Isso pode ajudar a fazer com que te respeitem. Mas, se não funcionar, denuncie, leve adiante, reivindique seus direitos, não apenas nas redes sociais e/ou na imprensa. A carta deve ser protegida pela direção da instituição e deve ser divulgada apenas aos trabalhadores da instituição implicados com a situação, que também devem zelar pelo sigilo e privacidade. Assim, não é necessário que você pare de estudar.

17

E se eu for  
menor de 18  
anos e estiver  
estudando?

Se você for um/a adolescente menor de 18 anos e estiver estudando, a situação é um pouco mais difícil, porque conforme a Resolução do Ministério da Educação e Cultura n. 1, de 19/01/2018, para solicitarem às instituições educacionais o uso do nome social, os/as menores de 18 anos não podem fazer isso sozinhos/as. Precisam da concordância dos seus responsáveis legais.

Foi uma postura conservadora assumida pelo MEC, pois não reconheceu que, no caso dos/as adolescentes, é bastante razoável que já saibam como desejam ser chamados/as e que respeitar o nome social e a identidade, poderia diminuir as agressões sofridas nas escolas.

Se, no seu caso, os/as responsáveis legais não concordarem em solicitar o uso do seu nome social, você não precisa se desesperar. Se você sente que não poderá suportar essa situação até completar 18 anos, converse abertamente com seus/suas responsáveis, explique com calma suas razões e, caso a resistência se mantenha, procure outros/as adultos/as em quem confie (professor/a, médico/a, avós/avôs) e busque auxílio no CONSELHO TUTELAR da sua cidade ou bairro, ou ainda, na DELEGACIA DE PROTEÇÃO À CRIANÇA E AO ADOLESCENTE.

Não esqueça que o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), estabelece que a proteção à criança e ao adolescente é prioritária sobre o direito da família, ou seja, a família não tem o direito de maltratar crianças e adolescentes em nome da sua proteção (ver artigo 101 e outros artigos do Estatuto). Portanto, antes de mais nada, converse com sua família num diálogo franco.

Existem algumas escolas em que também já é possível usar o uniforme de acordo com sua identidade de gênero. Se você puder escolher, priorize estudar em uma delas.



18

Como eu faço  
com uniformes,  
com crachás  
e no uso dos  
banheiros?

Algumas instituições educacionais exigem uniformes femininos diferentes dos masculinos. Você também tem o direito de reivindicar o uso do uniforme que te dá conforto, na mesma cartinha em que solicitou o uso do nome social. Se tiver que usar crachá, exija que nele conste apenas o seu nome social. Isso pode tornar sua vida bem mais confortável.

Quase todas as instituições escolares têm banheiros e alojamentos femininos ou banheiros e alojamentos masculinos. Algumas também vêm criando banheiros neutros (sem gênero). Independente de haver ou não um banheiro neutro, você pode usar o banheiro de acordo com a sua identidade de gênero. Ainda que possam te dizer que é perigoso fazer isso, exija como todas as demais pessoas, que a instituição assegure sua privacidade, segurança e higiene (espaços que podem ser trancados de acordo com sua necessidade). Não prenda o xixi nem suas demais necessidades.





Algumas instituições têm atividades e modalidades desportivas diferentes entre mulheres e homens. Não existem diferenças biológicas entre homens e mulheres que sejam válidas para todos os homens e mulheres, portanto, não tem que haver impedimento para a participação de indivíduos de sexos ou gêneros diferentes nas atividades. Inclusive o Comitê Olímpico Internacional revisou seu posicionamento a respeito, não exigindo mais exame genético para determinação sexual, como requisito para as competições. Converse, negocie e explique.

# 19

E se eu quiser  
denunciar  
situações na  
minha escola,  
no meu cursi-  
nho ou universi-  
dade?

Você pode comunicar à direção do estabelecimento, pessoalmente, por escrito e/ou via ouvidoria e, além disso, você pode:

- Até o 9º ano do ensino fundamental, procurar a Secretaria Municipal de Educação e o Conselho Municipal de Educação da sua cidade.
- Sempre que tiver menos de 18 anos, procurar o Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente e o Conselho Tutelar.
- Caso se trate do Ensino Médio ou de universidades estaduais, procurar a Secretaria Estadual de Educação e o Conselho Estadual de Educação: Av. Prof. Pereira Reis, 119, Santo Cristo, Rio de Janeiro (RJ), tel. (21)

23809055 ou a Central de Relacionamento da Secretaria Estadual de Educação: [www.rj.gov.br/web/seeduc/exibeconteudo?article-id=1580331](http://www.rj.gov.br/web/seeduc/exibeconteudo?article-id=1580331)

- Defensoria Pública do Estado, telefone 129 ou [www.defensoria.rj.def.br/Cidadao/Atendimento-On-line](http://www.defensoria.rj.def.br/Cidadao/Atendimento-On-line)
- Caso se trate de colégio ou universidade federal: Ministério da Educação no FALE CONOSCO DO MEC, telefone 0800616161 e [www.portal.mec.gov.br/index.php](http://www.portal.mec.gov.br/index.php), bem como a Defensoria Pública da União [www.dpu.def.br](http://www.dpu.def.br)

- O Ministério Público do Estado do Rio de Janeiro, telefone 127. Página eletrônica: [www.mprj.mp.br](http://www.mprj.mp.br). Ou ainda: [ass.dhm@mprj.mp.br](mailto:ass.dhm@mprj.mp.br) (Assessoria de Direitos Humanos e de Minorias)
- Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro (ALERJ) – Comissão de Educação: 08002821559.
- Você pode também procurar Delegacias de Polícia e registrar a ocorrência, além de outros canais públicos de combate à discriminação.

É importante lembrar que você pode denunciar as práticas tanto de estabelecimentos públicos quanto de escolas, colégios e universidades particulares.



20

Posso usar  
meu nome  
social no  
ENEM?



Sim, pode. Foi a partir de muita demanda do movimento de pessoas trans que o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) passou a ter um campo para utilização do nome social. Isto ocorreu porque muitas pessoas trans deixavam de realizar o Exame porque temiam ser (ou foram) efetivamente constrangidas. A cada ano, o Instituto Nacional de Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP), instituição que organiza o ENEM, disponibiliza no seu site um campo para o/a candidato/a solicitar o uso do nome social previamente. Atenção: existe um prazo para a solicitação e você precisa estar atento/a.

Para mais informações, acompanhe:

<http://enem.inep.gov.br>

Telefone 0800616161.

Você também poderá utilizar o nome social no Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (ENADE) que eventualmente será exigido durante sua graduação. A esse respeito, ver: [www.brasil.gov.br/noticias/educacao-e-ciencia/2018/09/pedido-para-uso-de-nome-social-no-enade-deve-ser-encaminhado-ate-esta-segunda-10](http://www.brasil.gov.br/noticias/educacao-e-ciencia/2018/09/pedido-para-uso-de-nome-social-no-enade-deve-ser-encaminhado-ate-esta-segunda-10)

21

Existem normas  
brasileiras para  
assegurar o  
respeito ao  
nome social e  
à identidade  
de gênero?



Sim, elas existem. Consulte as referências abaixo, se quiser saber mais:

Página 25 e 31 do Plano Nacional de Promoção da Cidadania e Direitos Humanos de LGBT, resultado da 1ª Conferência Nacional LGBT de 2008: [www.arco-iris.org.br/wp-content/uploads/2010/07/planolgbt.pdf](http://www.arco-iris.org.br/wp-content/uploads/2010/07/planolgbt.pdf).

Página 121 do Programa Nacional de Direitos Humanos III de 2010: [www.pndh3.sdh.gov.br/portal/sistema/sobre-o-pndh3](http://www.pndh3.sdh.gov.br/portal/sistema/sobre-o-pndh3)

Carta dos Direitos dos Usuários do SUS: <http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2015/abril/17/AF-Carta-Usuarios-Saude-site.pdf>.

Decreto Federal n.8727 de 28 de abril de 2016 – Dispõe sobre o uso do nome social e o reconhecimento da identidade de gênero de pessoas travestis e transexuais no âmbito da administração pública federal direta, autárquica e fundacional: [www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2015-2018/2016/decreto/D8727.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2016/decreto/D8727.htm).

Política Nacional de Saúde Integral de LGBT: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_saude\\_lesbicas\\_gays.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_saude_lesbicas_gays.pdf)

22

Existem normas no estado do RJ que determinem respeito ao nome social e à identidade de gênero?



Sim, existem. Confira o Decreto Estadual n.43.065, de 08/07/2011, pois ele:

- Assegura às pessoas transexuais e travestis capazes, mediante requerimento, o direito à escolha de utilização do nome social nos atos e procedimentos da Administração Direta e Indireta do estado do Rio de Janeiro.
- Entende por nome social o modo como as pessoas travestis e transexuais são reconhecidas, identificadas e denominadas na sua comunidade e meio social.
- Inclui o campo nome social em destaque em todos os registros do sistema de informação, cadastro, programas, projetos, ações,

serviços, fichas, requerimentos, formulários, prontuários e congêneres da Administração Pública Estadual, fazendo-se acompanhar do nome civil, que será utilizado apenas para fins internos administrativos.

- Estabelece que o pedido da inclusão do nome social pela pessoa transexual ou travesti poderá ocorrer a qualquer tempo

Observação: O Decreto não deixa de considerar o nome civil da pessoa travesti ou transexual nos documentos oficiais ou nos casos em que o interesse público exigir, inclusive para salvaguardar direitos de terceiros (podendo fazer-se acompanhar do nome social, se requerido pelo/a interessado/a).

23

Existem outras normas no RJ que determinem respeito ao nome social nos registros acadêmicos das universidades públicas?



Sim, elas existem. Veja abaixo quais são:

Carta-compromisso da Reitoria da **UERJ**, de 16 de maio de 2008: <https://extra.globo.com/noticias/brasil/veja-integra-da-carta-compromisso-assinada-pelo-reitor-da-uerj-539768.html>. O requerimento para solicitação do nome social por travestis e transexuais alunos/as da UERJ está disponível no link: [www.daa.uerj.br/wp-content/arquivos/forms/requerimento\\_basico\\_DAA.doc](http://www.daa.uerj.br/wp-content/arquivos/forms/requerimento_basico_DAA.doc)

Resolução n.160, de 2013 do Conselho Universitário da **UFF**: [www.conselhos.uff.br/cuv/resolucoes/2013/160-2013.Pdf](http://www.conselhos.uff.br/cuv/resolucoes/2013/160-2013.Pdf). A UFF também tem uma Instrução de Serviço do Departamento de Administração Escolar de Graduação da **UFF** – DAE/GRAD n. 01/2013 que explica as normas para incluir o nome social de travestis e transexuais nos registros acadêmi-

cos dos/as alunos/as de graduação: [www.noticias.uff.br/noticias/2013/11/instrucao-nome-social\\_is\\_BS1662013\\_secao-iv\\_300out.pdf](http://www.noticias.uff.br/noticias/2013/11/instrucao-nome-social_is_BS1662013_secao-iv_300out.pdf)

Orientação Normativa n.9722, de setembro de 2013 da Pró-Reitoria de Pessoal da **UFRJ**: <https://pessoal.ufrj.br/index.php/maisinformes/181-nome-social-2>. Em fevereiro de 2015, o Conselho de Ensino de Graduação (CEG) da UFRJ aprovou normas para assegurar o uso do nome social por travestis e transexuais nos registros acadêmicos. Conferir a Normativa n. 9722/2013 da Pró-Reitoria de Pessoal da UFRJ no link: <https://pessoal.ufrj.br/index.php/22-inicio/181-nome-social-2>

Resolução n.4781, da **UNIRIO** de 2017: [www.unirio.br/prae/resolucao-nome-social](http://www.unirio.br/prae/resolucao-nome-social)

24

E se eu estudar  
numa universi-  
dade privada?

As normas abaixo asseguram a possibilidade de você solicitar seus direitos:

- A Resolução n. 12, de 16 de janeiro de 2015 da SECRETARIA DE DIREITOS HUMANOS da PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA e do CONSELHO NACIONAL DE COMBATE À DISCRIMINAÇÃO E PROMOÇÃO DOS DIREITOS DE LÉSBICAS, GAYS, BISSEXUAIS, TRAVESTIS E TRANSEXUAIS, publicada no DOU de 12/03/2015 (nº 48, Seção 1, pág. 3), possibilitou o uso do nome social em todas as instituições e redes de ensino do país, incluindo as UNIVERSIDADES PRIVADAS.
- Em 2015, a PUC-RJ reconheceu o uso do nome social, após solicitação de uma alu-

na trans que, durante quatro anos, insistiu com a instituição para que o fizesse. Em 2015, o direito foi regulado para qualquer aluno/a, mediante solicitação formal de alteração do registro acadêmico.

- A Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis da Universidade Veiga de Almeida (UVA) instituiu o campo nome social no Portal do Aluno, em 16/03/2018. Maiores informações: [www.uva.br/content/uva-ado-ta-nome-social](http://www.uva.br/content/uva-ado-ta-nome-social)
- Entre os dias 7 e 11 de novembro de 2016, o curso de Direito da UNISUAM fez uma Semana Acadêmica que teve uma das mesas sobre nome social, mas até o momento em que este guia foi terminado as páginas eletrônicas da própria UNISUAM,

bem como as das demais principais universidades com cursos presenciais no RJ, não continham informações sobre a admissão e regulamentação interna do uso do nome social: Universidade Estácio de Sá - UNESA, a Universidade Cândido Mendes - UCAM, o Centro Universitário Anhanguera de Niterói - UNIAN e a Universidade do Grande Rio – UNIGRANRIO.



© MERTÉ

25

Posso transformar meu nome social em nome civil?



Pode ser que você não queira mais utilizar o seu nome apenas como nome social e deseje transformá-lo, também, em seu nome civil, constando apenas ele nos seus documentos. Além do nome, muitas pessoas trans desejam mudar o gênero nos documentos.

Em 01 de março de 2018, o STF (Superior Tribunal Federal) autorizou a mudança de prenome e gênero em registro civil sem necessidade de cirurgia de mudança de sexo, sem decisão judicial autorizando o ato e sem necessidade de laudos médicos e psicológicos.

A decisão foi regulamentada recentemente. As pessoas trans que desejarem, devem procurar diretamente os cartórios de registro civil para efetivarem a mudança. Para saber mais, veja: [www.cnj.jus.br/noticias/cnj/87092-corregedoria-normaliza-troca-de-nome-e-genero-em-cartorio](http://www.cnj.jus.br/noticias/cnj/87092-corregedoria-normaliza-troca-de-nome-e-genero-em-cartorio)

Existem algumas pessoas trans que não desejam alterar seus documentos. Existem também aquelas que só desejam alterar o nome, mas não o sexo. Isso ocorre porque essas pessoas querem evitar dificuldades que podem ocorrer após a mudança de sexo civil, pois existem direitos e deveres atreladas ao sexo civil, como o alistamento militar dos homens, o direito à pensão no caso das filhas de militares, o direito à aposentadoria (que é diferenciado em número de anos pelo sexo) e até o direito a continuar realizando a mesma atividade de trabalho (pois existem cargos em instituições que são exclusivos de um sexo). Esses são elementos a serem considerados quando se decide ou não pela alteração dos documentos e podem ser discutidos com advogados/as, assistentes sociais, entre outros profissionais que atuem no campo dos direitos humanos.

26

E no meu  
trabalho,  
como  
vai ser?

O trabalho é uma forma de sobreviver economicamente e também pode ser uma forma de realização pessoal muito importante para nossa vida e saúde.

Muitas pessoas trans têm dificuldades para obter empregos porque: são discriminadas em razão da sua suposta aparência, como se sua competência fosse medida aí. Isso ocorre, muitas vezes nos processos seletivos, sob o argumento de que não conseguiram reemitir seus documentos e isso traria complicações para a instituição empregadora, seja porque sua aparência é considerada incompatível com o gênero afirmado, ou ainda por

desconfiança quanto à saúde mental das pessoas trans, entre outros argumentos. Esses argumentos são transfóbicos.

As entrevistas e os exames de saúde admissionais são de fato momentos difíceis, porque nem sempre os reais motivos são explicitados. A discriminação, por vezes, é sutil, ocultada por desculpas. Em outras, a instituição nem convoca para um segundo momento depois que descobre que se trata de uma pessoa trans.

Por isso, é muito comum encontrar pessoas trans desempregadas, em trabalhos informais (muitas vezes perigosos e insalubres), mal remunerados e desprotegidos ou ainda trabalhando fora da sua área de competência, apenas para sobreviver.



Algumas pessoas trans ficam desempregadas porque desejam um emprego que tenha a ver com as características da sua identidade de gênero e não conseguem obter. Em outras palavras: mudar de emprego, algumas vezes, faz parte do processo de assumir uma outra identidade, pois o novo trabalho pode ter mais a ver com a nova identidade e isso ajuda muito a lidar com as dificuldades.

Outras pessoas trans sofrem para permanecer nos empregos que já tinham, porque as instituições empregadoras têm dificuldade para aceitar a nova identidade, sendo algumas vezes assediadas, isoladas, sobrecarregadas e humilhadas, o que, muitas vezes, leva as pessoas trans a pedirem

demissão ou a abandonarem vagas de trabalho duramente conquistadas.

Pessoas trans podem decidir não buscar trabalho remunerado durante a transição de gênero e viverem do auxílio de familiares. Esta é uma alternativa válida, mas vale lembrar que o tempo de afirmar sua identidade pode se estender por anos e, depois de concluído, pode ser mais difícil para retornar ao mercado de trabalho, em função do tempo longo em que ficaram afastadas.

Outras pessoas decidem trabalhar por conta própria. Se esta for a sua alternativa, é importante que contribua para a previdência social, registrando-se através do **MEI (Microempreendedor Individual)**, a fim de

que tenha um CNPJ, possa emitir notas fiscais e gozar de direitos como o afastamento por problemas de saúde (mantendo a remuneração), salário-maternidade, pensão por morte e aposentadoria.

Seja qual for o seu caminho, se você está no processo de afirmar sua identidade de gênero, é bom que você considere as possíveis alternativas para conseguir sobreviver economicamente e para ficar satisfeito com seu trabalho.

Novamente, é bom que possa contar com profissionais de saúde e com outros/as profissionais, como assistentes sociais, psicólogos/as, advogados/as e outros/as, que te auxiliem a planejar como fará a sua transição e sobre o que fará depois que tiver obtido o que deseja e precisa. Também vale conversar com a família e os/as amigos/as sobre esse assunto, pensando junto em estratégias para lidar com essa nova fase da sua vida.



27

Posso encontrar assistência psicológica acessível no RJ?



Você pode buscar espontaneamente esse tipo de assistência diretamente na rede de atenção primária em saúde do SUS: postos de saúde, centros municipais de saúde, clínicas da família e equipes da Estratégia de Saúde da Família, Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). Se você mora na cidade do Rio de Janeiro, encontra a relação dos CAPS no endereço: [www.rio.rj.gov.br/web/sms/caps](http://www.rio.rj.gov.br/web/sms/caps).

Caso você esteja matriculado/a num dos centros de atendimento à saúde do RJ (IEDE, HUPE/UERJ ou HUGG/UNIRIO) ou já receba outro tipo de atendimento na saúde, você pode solicitar aos próprios psicólogos/as ou assistentes sociais desses programas um encaminhamento para psicoterapia regular gratuita ou com um preço acessível.

Além disso, você poderá receber assistência psicológica acessível nos Serviços de Psicologia Aplicada (SPAs) das principais universidades públicas e privadas, como a UERJ, a UFRJ, a UFF, entre outras.

28

Alguns dos  
Serviços de  
Psicologia  
Aplicada



- **SPA UERJ**

Rua S. Francisco Xavier, 524, sala 10006, bloco D, Maracanã, Rio de Janeiro (RJ), tel. 23340033 e [www.psicologia.uerj.br/SPA.html](http://www.psicologia.uerj.br/SPA.html)

- **SPA UFF**

Rua Prof. Marcos Waldemar de Freitas Reis, s/n, Campus do Gragoatá, Niterói (RJ), tel. 26292951 e [www.spa.uff.br](http://www.spa.uff.br)

- **SPA UFF PURO**

Rua Recife s/n, Jardim Bela Vista, Rio das Ostras (RJ), tel. (22) 27649604

- **SPA UFRRJ**

BR 465, km 9, Seropédica (RJ), tel.37873983 e <http://cursos.ufrrj.br/grad/psicologia/servico-de-psicologia-aplicadaspa>

- **Divisão de Psicologia Aplicada UFRJ**

Av. Pasteur 250, Botafogo, Rio de Janeiro (RJ), tel. (21) 22958113 e <http://dpa.psicologia.ufrj.br/>

29

Onde posso  
buscar Assis-  
tência Social  
no RJ?



Toda pessoa que está sem renda e/ou vivendo situações extremas de pobreza tem direito a auxílio público através da Política Nacional de Assistência Social (PNAS).

O lugar correto para buscar assistência social (abrigo, programas de transferência de renda, microcrédito, encaminhamento a outras instituições assistenciais, entre outros assuntos) são os CRAS – Centros de Referência de Assistência Social do seu município.

Na PNAS e na NOB-SUAS (Norma Operacional Básica do Sistema Único de Assistência Social), já existe uma visão plural do que é família. Baseado nesses documentos, é possível afirmar que uma pessoa trans sozinha já é uma família, uma família unipessoal.

Toda família que não tenha o mínimo necessário a sua sobrevivência, deve ser incluída nos programas e projetos que fazem parte da PNAS, como por exemplo, o PROGRAMA BOLSA FAMÍLIA (PBF).

30

Então uma  
pessoa trans  
também é  
uma família



Sim, se você estiver vivendo sozinho/a, estará incluído no que é chamado de família unipessoal.

Independentemente de estar sozinho/a ou com outras pessoas, você pode levar os documentos que tiver, para que seja preenchido em seu nome o CAD Único da Assistência Social.

Além de dar acesso ao Programa Bolsa Família (caso atenda aos requisitos), o CAD Único pode permitir acessar outros serviços do CRAS, tais como: tarifa social de telefone, isenção da taxa de inscrição em con-

ursos públicos e, se for idoso/a ou pessoa com deficiência (PCD), o Benefício de Prestação Continuada (BPC).

Além dos CRAS, os CREAS (Centros de Referência Especializados de Assistência Social) oferecem serviços especializados e continuados a famílias e indivíduos em situação de ameaça ou violação de direitos, tais como: violência física, psicológica, sexual, tráfico de pessoas, cumprimento de medidas socioeducativas em meio aberto etc.

Procure saber onde fica o CRAS ou CREAS mais próximo da sua casa.

31

Posso encontrar assistência jurídica acessível no RJ?



Sim. Você pode procurar qualquer núcleo da DEFENSORIA PÚBLICA DO ESTADO DO RJ, a partir do local de sua preferência. Para saber os lugares e como fazer: [www.defensoria.rj.def.br/Cidadao/Enderecos-para-Atendimento](http://www.defensoria.rj.def.br/Cidadao/Enderecos-para-Atendimento)

O NUDIVERSIS é o Núcleo de Defesa dos Direitos Homoafetivos e Diversidade Sexual e trata de assuntos mais diretamente ligados à condição trans e também possui uma equipe técnica multidisciplinar composta de advogados/as, psicólogos/as e assistentes sociais. Lá você pode encontrar outros serviços, além de orientação jurídica e acesso à Justiça. Para saber mais, veja: [www.defensoria.rj.def.br/Cidadao/NUDIVERSIS](http://www.defensoria.rj.def.br/Cidadao/NUDIVERSIS)

32

E se eu não  
conseguir tra-  
balho durante  
a minha tran-  
sição?



Você pode (como a população em geral) buscar os postos do SINE – Sistema Nacional de Empregos. Saiba mais: <https://sine.net.br/sine-rj-vagas-abertas-cadastrar-curriculo.html>

Além disso, há algumas alternativas que envolvem mais diretamente o público trans:

O projeto TransEmpregos é um site não-governamental que visa facilitar a colocação de pessoas trans (travestis e transexuais) no mercado de trabalho, e possibilitar que possíveis empregadores/as contatem

essas pessoas. Para quem é uma pessoa trans e está em busca de emprego, pode cadastrar o currículo. Mais informações: [www.transempregos.com.br](http://www.transempregos.com.br) e [www.facebook.com/transempregos/](https://www.facebook.com/transempregos/)

Para encontrar trabalho, pode ajudar se você comunicar às outras pessoas a sua necessidade de trabalhar, suas habilidades e trocar informações sobre vagas e oportunidades. Mais uma vez é importante que você não se isole: frequente grupos organizados (mesmo que sejam grupos virtuais) e troque ideias sobre as dificuldades que esteja enfrentando, denuncie discriminações, cobre e proponha mais iniciativas do Estado e das empresas para que promovam o acesso das pessoas trans a seus direitos.

33

E se eu for  
assediado/a  
no meu trabalho  
por ser trans



Diante de uma situação de discriminação no trabalho, você sempre pode se calar, mas se você agir assim, é possível que chegue um momento em que não suporte permanecer ali e acabe saindo e perdendo direitos, o que também é uma forma de expulsão.

Você também pode contatar as instâncias superiores na própria empresa e apresentar o problema, de modo que possam apurar as responsabilidades e buscar eliminar o problema. Se for por esta via, apresente **POR ESCRITO** o problema, através de um e-mail, de uma carta, de um formulário na ouvidoria da empresa. Sempre procure ter um comprovante de que fez a denúncia.

Você também pode denunciar formalmente a uma delegacia do trabalho ou outra delegacia e a outras instâncias às quais a instituição em que você trabalha esteja ligada. Outro caminho possível é a denúncia através do NUDIVERSIS (Núcleo da DEFENSORIA PÚBLICA) e do MINISTÉRIO PÚBLICO.

Quando efetivar a denúncia, procure também buscar elementos que provem a **DISCRIMINAÇÃO** ocorrida, como testemunhas, documentos, e-mails etc. Isto não é obrigatório, mas pode ajudar.

34

Eu também  
posso ser um  
agente de trans-  
formação no  
meu trabalho?



Mesmo que você seja a primeira pessoa trans que é admitida no seu lugar de trabalho, é possível que você acabe encontrando, aos poucos, um lugar de respeito. Algumas pessoas trans preferem antes de mais nada, quando chegam num trabalho novo, demonstrar que podem ser trabalhadoras eficientes como as demais. A partir daí, vão conversando sobre a sua condição com seus chefes, colegas e até mesmo clientes, a fim de que possam se acostumar a ela. Assim, muitas vezes, os ambientes de trabalho se tornam melhores.

Outras pessoas trans preferem se expor o menos possível e não revelam sua condição no ambiente de trabalho. Mas, ainda assim, alguns ambientes de trabalho podem se tornar insuportáveis em razão de piadas, maus tratos, cochichos e outras formas de desrespeito. Por isso, é importante que, se puder, você denuncie as empresas e instituições que maltratam trabalhadores/as trans, para que possam rever sua conduta.

35

O que uma  
instituição de  
saúde deve  
fazer se eu for  
até lá, depois  
de sofrer uma  
violência?



O Sistema de Informação de Agravos de Notificação (SINAN) recolhe informações sobre as violências que ocorrem por motivação homo/lesbo/bi/transfóbica. As pessoas trans que procuram atendimento em unidades de saúde públicas ou privadas depois de sofrerem violência transfóbica terão que ser ouvidas por profissionais de saúde que deverão notificar compulsoriamente a violência relatada com o preenchimento da ficha do SINAN.

A ficha do SINAN já possui um campo para o nome social da vítima de violência e sua identidade de gênero e outro para sua orientação sexual.

## Por que isso é importante?

Porque revelar a natureza e os tipos de violência contra pessoas trans, caracterizando a motivação, as vítimas e os autores da agressão e os principais locais de sua ocorrência, servirá para subsidiar intervenções futuras e as políticas públicas. O que não tem registro, não aconteceu.

36

Eu preciso de  
uma instituição  
de saúde?



Nem todas as pessoas trans precisam de uma instituição de saúde para afirmarem sua identidade de gênero. Para elas, esse processo não passa necessariamente por medicação ou cirurgias, por exemplo.

Há também pessoas que não têm acesso a instituições de saúde, embora desejem ser assistidas. No Brasil, há atualmente cinco unidades públicas de saúde habilitadas para realizar todos os procedimentos disponíveis para pessoas trans que são parte do PROCESSO TRANSEXUALIZADOR.

Isto não quer dizer que essas instituições tenham realmente todos estes recursos disponíveis. Muitas não dispõem de recursos materiais e de profissionais de saúde em número suficiente. O resultado são longas filas e uma espera que pode se estender por anos.

Além das instituições habilitadas para realizar todos os procedimentos, existem outras também públicas que fazem alguns procedimentos ambulatoriais. Também não é fácil obter uma vaga numa delas. Além das instituições do SUS, existem profissionais que atendem pessoas trans na rede privada de saúde, através de convênios com o sistema público de saúde, de planos ou seguros privados de saúde, ou ainda, através de pagamento direto.

37

Que serviços  
públicos de  
saúde são ha-  
bilitados pelo  
Ministério da  
Saúde?



Os serviços mais antigos do país e que são habilitados para todos os procedimentos são: Hospital de Clínicas de Porto Alegre (RS), que pertence à Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS); o Hospital Universitário Pedro Ernesto, da Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ); o Hospital de Clínicas da Faculdade de Medicina da USP; o Hospital das Clínicas de Goiânia, da Universidade Federal de Goiás (UFG) e o Hospital das Clínicas, da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

Em janeiro de 2017, o Ministério da Saúde habilitou novos centros de atendimento que já realizavam há algum tempo os procedimentos ambulatoriais: o Hospital das Clínicas de Uberlândia; o Instituto Estadual de Diabetes e Endocrinologia do Rio de Janeiro (IEDE), o Centro de Referência e Treinamento DST/AIDS (SP) e o CRE Metropolitano, localizado em Curitiba (PR).

38

Como faço  
para ter acesso  
ao processo  
transexua-  
lizador?



Procure um/a médico/a, um/a psicólogo/a, um/a assistente social ou qualquer outro profissional de saúde. Diga claramente suas necessidades e do que precisa. Solicite que o/a profissional te encaminhe para as instituições e/ou especialidades que se façam necessárias.

Se você é usuário/a do SUS, o ideal é você buscar no município em que mora a rede de atenção básica (posto de saúde, centro municipal de saúde, clínica de saúde da família ou Estratégia de Saúde da Família), solicitando encaminhamento para um/a profissional de saúde no próprio município. Cada município tem suas próprias características.

É importante lembrar que a saúde de pessoas trans não se resume a modificações corporais. Por isso, é importante que você consiga se inserir nos serviços de atenção primária do seu município, para que monitore sua saúde da melhor forma possível e cuide dela.

39

Em quais as instituições públicas de saúde eu posso ter acesso ao processo transexualizador no RJ?



Só existem, atualmente, 3 instituições de saúde pública que são especializadas no processo transexualizador no estado do RJ. São elas:

Instituto Estadual de Diabetes e Endocrinologia Luiz Capriglione (IEDE), Hospital Universitário Pedro Ernesto da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (HUPE/UERJ) e Hospital Universitário Gaffrée e Guinle da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (HUGG/UNIRIO).

Se você mora no município do Rio de Janeiro, também pode buscar, caso deseje, a hormonização na rede de atenção primária

do SUS: nos postos, centros municipais de saúde, clínicas da família e equipes da Estratégia de Saúde da Família. Nos demais municípios, é preciso pressionar para que ela também seja disponibilizada.

É importante que as pessoas trans do RJ se organizem politicamente para reivindicarem a ampliação desses serviços, de modo que todas as pessoas trans que necessitam tenham direito a um atendimento público e de qualidade.

40

E se eu tiver  
um plano ou  
seguro privado  
de saúde?

Você pode procurar um/a profissional de saúde que possa oferecer laudos que recomendem as modificações corporais (cirurgias e hormonioterapia). Os laudos ainda são necessários para justificar a realização de alguns procedimentos cirúrgicos.

Após a obtenção do laudo, você pode procurar um/a ou mais cirurgiões/cirurgiãs de sua preferência, um/a profissional que realize a hormonioterapia e as demais especialidades.

Nem sempre a rede privada de saúde permite a realização de procedimentos cirúrgicos facilmente.

É importante que você saiba que não houve ainda nenhuma pactuação entre a Agência

Nacional de Saúde (ANS) e a rede privada de saúde no que diz respeito aos procedimentos dirigidos às pessoas trans, mas existem DECISÕES JUDICIAIS favoráveis às pessoas trans referentes a mastectomias, oforectomias, hysterectomias, depilação definitiva etc.

Então, procure a ANS e outros órgãos, denuncie o plano de saúde que não autorizou o procedimento e, se não der certo, procure o NUDIVERSIS da Defensoria Pública.

É importante lembrar que na rede privada não existe um processo transexualizador, mas acompanhamentos quase sempre isolados e fragmentados. Os/as profissionais podem não ter uma clara percepção do que isso significa em todos os aspectos da vida da pessoa trans.

Além disso, nem sempre na rede privada existe um investimento na qualificação do/a profissional de saúde para tratar das especificidades das pessoas trans. Apesar de existirem deficiências, nos hospitais universitários públicos, tende a haver maior investimento na qualificação técnica dos/as profissionais de saúde envolvidos.



41

O que devo  
fazer quando  
o/a profissional  
de saúde se  
recusar a me  
encaminhar  
para o processo  
transexua-  
lizador?



A sugestão é que você pergunte a ele/a claramente porque se recusa a fazer. É possível que o/a profissional não tenha informação a respeito (e deverá buscar a informação), que tenha medo de fazer, que ache que esta não é uma atribuição dele/a ou que não é algo importante. É possível que seja motivado/a pelo preconceito, entre outros motivos.

Se o/a profissional é irredutível em sua posição, você pode procurar a chefia imediata do mesmo/a na própria instituição (pessoalmente ou através de e-mail) e a direção da instituição de saúde e/ou ouvidoria. Caso as providências não sejam tomadas, você pode entrar em contato com a ouvidoria do SUS em seu município, estado ou mesmo a

ouvidoria do Ministério da Saúde, além dos conselhos municipais, estaduais e o Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Pode também denunciar a uma delegacia como crime contra a saúde, procurar a Defensoria Pública, o Ministério Público ou outra instituição que acolha denúncias de violação de direitos. Além disso, sempre é possível que utilize as redes sociais e as mídias para denunciar a um maior número de pessoas e pedir auxílio na luta por seu direito. É importante dizer que até para que a sua denúncia seja levada a sério, você tenha denunciado nos canais oficiais, antes de gritar nas redes sociais.

42

Como o processo transexualizador,  
muitas vezes,  
é?



O processo transexualizador, apesar de estar previsto pela Portaria 2.803, de 2013 do Ministério da Saúde, é uma política frágil e em contraditória construção. Assim, são poucas as unidades de saúde habilitadas para realizar todos os procedimentos que as pessoas trans podem demandar (consultas, exames, avaliação das condições de saúde, emissão de pareceres, cirurgias, reparação de cirurgias, acompanhamento pós-cirúrgico, fornecimento de medicamentos, atendimento psicológico, atendimento social, entre outros). A maior parte das unidades de saúde existentes realiza apenas uma parte dos procedimentos. Além disso, muitas unidades de saúde não têm vagas para novos/as usuários/as, por falta de recursos tanto

materiais quanto de pessoal. Os serviços funcionam geralmente com profissionais contratados em condições muito precárias (baixos salários, sem vínculo empregatício etc); não há informações muito claras sobre seu funcionamento; há pouco apoio do Ministério da Saúde e das secretarias estaduais e municipais para sua execução e ampliação. Também existem instituições de saúde em que as pessoas trans jamais são ouvidas em suas demandas e críticas, inclusive, o que piora as condições de saúde e contraria os princípios do SUS.

43

Como o processo transexualizador deveria ser?



Vemos que o processo transexualizador para de fato garantir o direito à saúde de pessoas trans, deveria:

- Estar presente em todas os estados e municípios do país;
- Ter um quantitativo de vagas suficiente;
- Ter profissionais de saúde com formação técnica aprimorada frequentemente, concursados e bem remunerados;
- Ter instituições de saúde com recursos financeiros suficientes e específicos para isso;
- Ter acolhimento de todas as demandas de modificação corporal das pessoas trans, sem a preocupação de diagnosticar/patologizar a travestilidade, a transexualidade ou outras expressões de gênero;
- Ter em cada instituição um CONSELHO DE USUÁRIOS/AS TRANS que opine sobre a qualidade da assistência à saúde que recebem e participem para aprimorá-la;
- Ter a população trans atendida o mais perto possível de sua região de residência e de trabalho, sem grandes deslocamentos. Para isso, as secretarias municipais e estaduais de saúde precisam se envolver BEM MAIS, não só oferecendo vagas pelo sistema de regulação, como também disponibilizando o Tratamento Fora do Domicílio (TFD) nos casos em que couber.
- Ter estudos, pesquisas e divulgação de dados sobre a saúde da população trans pelo Ministério da Saúde, a fim de que as pessoas trans, as instituições e os grupos políticos trans tenham acesso.

44

O que eu posso fazer para o processo transsexualizador melhorar no SUS?



- Conhecer a Portaria n.2803, a Política Nacional de Saúde Integral LGBT (PNSILGBT) e outros instrumentos normativos do Ministério da Saúde que regulam o processo.
- Conhecer como o processo transexualizador vem acontecendo na sua cidade e no país.
- Montar ou participar de grupos de usuários/as trans do processo transexualizador no país e no lugar em que reside.
- Cobrar dos/as gestores/as de saúde informações sobre o funcionamento e os dados sobre o processo transexualizador (inclusive orçamento).
- Participar dos conselhos de saúde, LGBT e outros conselhos e fóruns que houver na sua cidade.

45

Quais as unidades de saúde do processo transexualizador no estado do RJ?

Unidades de Saúde	Instância responsável	Serviços oferecidos	Endereços	Acesso para novas pessoas atualmente?
Postos de saúde, Centros Municipais de Saúde, Clínicas da Família, Equipes da Estratégia de Saúde da Família (ESF) e hospitais municipais	Prefeituras através das secretarias municipais de saúde	Variam, mas deveriam incluir: clínica geral, hormonioterapia, assistência à saúde mental (psiquiatria e psicologia), ginecologia, fonoaudiologia, cirurgias como raspagem de Pomo de Adão, penectomia/orquiectomia/uretroplastia/neocolpoplastia, neoclitoroplastia, mamoplastia masculinizadora, histerectomia e salpingo/oforectomia (exceto faloplastias), correções cirúrgicas secundárias, serviço social, entre outros	Devem ser buscados na página eletrônica de cada secretaria municipal de saúde do seu município	Sim. Mas nem sempre é fácil obter encaminhamento e disponibilidade de todos os serviços demandados.
Instituto Estadual de Diabetes e Endocrinologia Luiz Capriglione (IEDE)	Secretaria de Estado de Saúde (SES-RJ)	Clínica médica, assistência à saúde mental (psiquiatria e psicologia), endocrinologia/hormonioterapia e serviço social	Rua Moncorvo Filho n.90, Centro, Rio de Janeiro (RJ)	Sim. Através do SER (Sistema Estadual de Regulação), procurando unidade de saúde do município de residência, que faz o agendamento.

Unidades de Saúde	Instância responsável	Serviços oferecidos	Endereços	Acesso para novas pessoas atualmente?
Hospital Universitário Pedro Ernesto (HUPE)	Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), SECTIDS (Secretaria de Estado de Ciência, Tecnologia e Desenvolvimento Social) e Secretaria de Estado de Saúde (SES-RJ)	Variam, mas deveriam incluir: psicoterapia e assistência à saúde mental (psiquiatria e psicologia), hormonioterapia, urologia, fonoaudiologia, cirurgias de transgenitalização (incluindo faloplastias), ginecologia	Boulevard 28 de Setembro n.77, sala 7 dos ambulatórios, Vila Isabel, Rio de Janeiro (RJ)	Não. Dado o desfinanciamento da UERJ, novos/as usuários/a não vem sendo admitidos/as a alguns anos.
Hospital Universitário Gaffrée e Guinle	Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)	Setor de Cirurgia Plástica. Serviço Multidisciplinar de Cirurgia Genital e cirurgias de transgenitalização.	Rua Mariz e Barros, 775, Tijuca. Tels.: (21) 2264-4742/ 2264-5844. hugg@unirio.br	Não há informações oficiais na página do hospital, apenas na imprensa, com previsão de começo do serviço no segundo semestre de 2018.



446

Posso escolher os procedimentos que quero realizar e os que não quero, assim como escolher as técnicas e os/as profissionais?



Esses são direitos assegurados pela Carta dos Direitos dos/as usuários/as do SUS e por grande parte da base legal e normativa do SUS. No entanto, as dificuldades da rede de saúde dificultam pôr esse direito em prática.

É importante deixar claro que não existe uma ordem pré-determinada de realização dos procedimentos de modificação corporal nas instituições de saúde (por exemplo, cirurgia genital teria que vir antes do restante). A ordem de realização dos procedimentos precisa ser discutida pela equipe de profissionais com o/a usuário/a, levando em conta as necessidades subjetivas dele/a, as necessidades objetivas (por exemplo, necessidade de trabalho e possibilidade de dispor de alguém para cuidar no pós-cirúrgico) e os recursos que o serviço de saúde tenha.

Vale lembrar que alguns/algumas profissionais de saúde que atenderam pessoas trans ao longo da vida, têm dificuldades de abrir mão de uma atitude autoritária na relação com elas, porque, por muito tempo, não houve muito questionamento dessa postura. Esse cenário mudou e é importante que cada pessoa trans, com habilidade e assertividade, também ensine a esses/a profissionais como podem se transformar.

47

O que posso  
fazer para me  
preparar para  
as cirurgias?



Infelizmente, quando se fala em transexualidade, ainda hoje o que primeiro passa pela cabeça das pessoas são as cirurgias de transgenitalização. É importante frisar que nem todas as pessoas trans desejam fazer cirurgias de transgenitalização e, entre as que desejam, muitas têm outras prioridades em relação a elas. Elas precisam se hormonizar, fazer as chamadas cirurgias complementares (raspagem de Pomo de Adão, mamoplastia masculinizadora, histerectomia, colocação de próteses mamárias e outras próteses de silicone, plásticas de rosto, procedimentos para depilação definitiva, entre outras), resolverem questões familiares, jurídicas, de trabalho, entre outras. Muitas vezes a realização desses outros procedimentos já possibilita uma enorme aquisição de conforto social a

uma pessoa trans, que uma cirurgia de transgenitalização pode ou não complementar.

De qualquer forma, ao optar por uma ou mais cirurgias, o mais importante é que você tenha antes um período de reflexão, que varia de pessoa para pessoa. Esse período é importante para você poder avaliar cuidadosamente os riscos e os efeitos de sua decisão, diminuindo a possibilidade de arrependimentos.

Poder contar com equipes de saúde multiprofissionais é essencial, receber informações técnicas, ser percebido/a como um sujeito que pode concordar ou não com uma técnica, escolher o momento mais adequado de sua vida pessoal para realizar, poder se organizar para dispor de cuidados domésticos no período pós-cirúrgico, são seus direitos.

48

Se eu for uma  
travesti, posso  
ser atendida,  
mesmo que  
eu não queira  
cirurgias?



As travestis, assim com as transexuais, são consideradas como sujeitos da atenção em todos os documentos da Política de Saúde que se referem à população LGBT, principalmente na Política Nacional de Saúde Integral para LGBT, mas quando o processo transexualizador foi regulamentado em 2008, não ficava claro se ele era também para as travestis.

A Portaria do Ministério da Saúde n.2803, de 2013 estabeleceu no parágrafo único do segundo artigo que “compreende-se como usuário(a) do processo transexualizador os transexuais e travestis”.

Ainda não está claro em todas as unidades de saúde que prestam assistência a pessoas trans, que também devam acolher as tra-

vestis em suas necessidades. Elas podem ter demandas para os/as diferentes profissionais de saúde que compõem o processo transexualizador, além dos/as médicos/as (psicologia, enfermagem, fisioterapia, serviço social, entre outros).

49

Se eu for  
uma travesti,  
o que posso  
buscar no pro-  
cesso transe-  
xualizador?



Você poderá ter diferentes demandas, como foi dito antes. Toda instituição de saúde ligada ao processo transexualizador deve ter um protocolo específico para as travestis.

O movimento de travestis e os/as profissionais de saúde que já trabalham com esse público, vêm mostrando há tempos que é comum que as travestis também queiram modificar seus corpos. Elas buscam realizar, por exemplo: hormonioterapia adaptada para as suas necessidades, retirada de sili-

cone industrial, laringoplastia (raspagem de pomo de Adão), cirurgias plásticas variadas, depilação definitiva, modulação vocal, entre outros recursos de saúde. O mais importante é que você comunique aos profissionais de saúde o que VOCÊ precisa e não aceite imposições.

50

Se eu for um  
homem trans,  
poderei realizar  
uma faloplastia?  
Vale a pena?

Até 2010, as mamoplastias masculinizadoras eram proibidas no Brasil, exceto se fossem realizadas em algumas poucas instituições universitárias. Até 2013, os procedimentos do processo transexualizador para os homens trans especificamente, também não tinham sido regulamentados pelo Ministério da Saúde.

Atualmente, muitos homens trans já são atendidos pelo SUS e realizam procedimentos biomédicos como a hormonioterapia, as mamoplastias masculinizadoras e a remoção dos órgãos reprodutores femininos (histerectomia e salpingo/forectomia).

Alguns homens trans também desejam realizar as chamadas FALOPLASTIAS. Faloplastia é uma cirurgia para construir um

pênis. Existem diferentes técnicas cirúrgicas para isso. Todavia, a história da assistência a pessoas trans no Brasil, aliada ao machismo, impediu que essas cirurgias fossem realizadas em larga escala.

Poucos homens trans já conseguiram realizar a cirurgia na rede de saúde pública brasileira.

É importante que você leia bastante sobre o tema, veja vídeos e fotografias de homens trans que foram cirurgiados. Se puder, converse com eles. E, principalmente, estabeleça uma relação de muita franqueza com o/a cirurgião/cirurgiã, deixando claras suas necessidades, apreensões e dúvidas.





Pesquise sobre a história do/a cirurgião/cirurgiã nas redes sociais, sites de busca e junto às sociedades médicas especializadas (de urologia, cirurgia plástica, ginecologia e outras).

E isso vale para todos os procedimentos (cirúrgicos ou não): só faça quando se sentir completamente esclarecido e seguro.

É importante dizer que a decisão por uma faloplastia, assim como por toda cirurgia de caráter definitivo, demanda:

- Muita informação prévia sobre as alternativas e consequências.
- Uma relação de confiança com a equipe de saúde (que inclua um diálogo franco, claro e tranquilo).

- Planejamento da vida prática para uma recuperação segura.

Portanto, se você está começando a realizar suas transformações, saiba que você pode realizar uma faloplastia, mas não se apresse em responder se você quer ou não fazer.

51

E se eu quiser  
ter filhos/as?

Muitas pessoas trans já têm filhos/as quando afirmam sua identidade publicamente. Assim como a sexualidade, por muito tempo, os protocolos médicos acreditavam que pessoas trans de verdade não tinham filhos/as biológicos/as. Hoje, isso vem sendo reconsiderado. Algumas questões podem ocorrer diante da mudança de nome e sexo, por exemplo, pois o Poder Judiciário tem a tendência a reconhecer o nome e sexo nos documentos da própria pessoa trans, mas não nos de seus/suas filhos/as. Por isso, orientação jurídica, psicológica e social específica poderá ser importante, se esse for o seu caso.

Mesmo que os/as filhos/as não sejam biológicos/as, mas por adoção ou filhos/as dos/as parceiros/as, a orientação de um/a profissional pode ser importante.

Se você ainda deseja ter filhos/as biológicos/as, é importante que discuta a questão com a equipe de saúde, pois alguns procedimentos ligados ao processo transexualizador podem ser esterilizantes, limitar as possibilidades de engravidamento (próprio ou de parceiras) e/ou as de amamentação, por exemplo.

Assim, se deseja manter um vínculo biológico com um/a filho/a, é importante considerar a possibilidade de conservação em laboratório de espermatozoides ou óvulos. Essa possibilidade ainda não existe na rede pública.

Se você não tem a necessidade de vínculo biológico com futuros/as filhos/as, também poderá fazer uso do seu direito de adoção.

Por lei, não há qualquer empecilho para a adoção de crianças por transexuais e travestis, mas é importante considerar a possibilidade de que ocorra transfobia também nessa esfera.

Assim, uma sugestão é que você lance mão do mais recente direito conquistado pelas pessoas trans e modifique seu nome e sexo em cartório antes de pleitear a adoção. Isso pode não impedir, mas atenuará a possibilidade de transfobia.



52

Depois que eu conseguir fazer a mudança dos meus documentos, o que devo fazer?



A retificação da certidão de nascimento é apenas o primeiro passo de uma jornada de retificações. De posse da nova certidão, você precisará emitir uma nova identidade (RG), atualizar as informações do CPF junto à Receita Federal, emitir um novo título eleitoral, prestar informações novas na Junta Militar, além de outros documentos e vínculos que você possa ter, tais como: carteira de habilitação, passaporte, diplomas e certificados, títulos de propriedade, direitos autorais, contas bancárias, cartões de crédito, contratos de prestação de serviços...

... Enfim, é importante que você saiba que ainda terá que se justificar nas mais diferentes instituições públicas e privadas para

que possa ajustar todos os sistemas de cadastro de dados à sua nova condição. Esse processo pode ser bastante cansativo e, enquanto ele acontece, podem ocorrer situações dolorosas e ostensivas de transfobia. É importante que para realizá-lo você se informe, antes de tudo, do que precisa a cada passo, converse com outras pessoas trans que já tenham passado por isso e construa suas próprias estratégias de comunicação, negociação e pressão.

53

E se as instituições não quiserem retificar meus dados, mesmo depois que eu mudar os documentos?



Peça para falar com um/a superior (gerente, diretor/a, coordenador/a).

- Envie um ou mais e-mails bem detalhados para a ouvidoria, o Serviço de Atendimento ao Cliente (SAC) ou outro canal institucional que aceite reclamações (o e-mail é importante porque registra sua reclamação, caso futuramente decida judicializar). É muito comum que a situação se resolva com a interferência desses órgãos.
- Se não der certo, procure uma instituição que acolha sua denúncia (centros de referência LGBT, defensorias públicas ou delegacias, entre outras).

54

Se eu for  
menor de 18  
anos, como faço  
para ter acesso  
à assistência  
à saúde e  
a todo resto?

A Portaria n. 2803/13 do Ministério da Saúde não incorpora a possibilidade de adolescentes poderem modificar seus corpos hormonal e cirurgicamente através do SUS, mas isso não quer dizer que você ficará totalmente desamparado/a, caso se veja como trans.

Provavelmente, você não conseguirá ter acesso a serviços especializados para realizar a hormonioterapia, pois, por enquanto, apenas a cidade de São Paulo dispõe desse recurso por meio de um protocolo de pesquisa no Hospital das Clínicas/USP e que não está dando conta de atender a crescente demanda.

Mas você tem o direito de ser acolhido/a e assistido/a por profissionais de saúde na rede de atenção básica e até em algumas

unidades de saúde do processo transexualizador. Nesses locais, você poderá discutir com profissionais as suas demandas e esclarecer suas dúvidas. Além disso, poderá solicitar encaminhamento para psicoterapia em diferentes locais, caso deseje ter um espaço para discutir essas questões.

No Rio de Janeiro, você poderá ser atendido/a dos 12 aos 20 anos pelo

NESA (Núcleo de Estudos da Saúde do Adolescente/UERJ), localizado no HUPE/UERJ, na Av. 28 de Setembro, 109 – fundos . Vila Isabel, Rio de Janeiro – RJ, Tel: (21) 2868-8456 | 2868-8457 | 2868-8458. E-mail: [nesa@uerj.br](mailto:nesa@uerj.br)

Há adolescentes que cometem violências contra si mesmos/as por não conseguirem esperar para realizarem modificações corporais. Isso é motivo de muito sofrimento para eles/as. Também é comum que sofram violências quando decidem se afirmar como trans. Há também muitos/as que vão aos poucos (mesmo que com muitas dificuldades) construindo um caminho feliz como trans ou não. Geralmente, a presença atenta e o diálogo franco com as famílias faz muita diferença, contribuindo para que o/a adolescente, que está se vendo como trans, possa ultrapassar essa fase com menor sofrimento e correndo menos riscos.

O mais importante é que você se mantenha firme no seu desejo de viver e que vá aos poucos se preparando para as modificações da sua vida. Converse sobre o assunto com adultos/as de confiança, com familiares nos quais confie, com um/a professor/a ou profissional de saúde. Não se apresse.

E lembre também de que se a barra pesar para você, procure ajuda nos mesmos lugares que recomendamos ao longo deste guia.



QUERO ESCLARECER QUE NÃO ESTOU USANDO "FANTASIA DE MULHER" - EU ME VISTO ASSIM SEMPRE, COMO FORMA DE EXPRESSAR MINHA CONDIÇÃO TRANSGÊNERA.



55

E agora que fiz  
todos os pro-  
cedimentos de  
que necessitei?



Percebemos que algumas pessoas trans ficam vivendo por muito tempo lutando pelo reconhecimento de sua identidade e quando já estão com sua imagem e sua condição legal resolvidas, sentem um vazio.

Agora, pode ser um bom momento para se reinventar! Que tal retomar projetos do passado, abandonados até então? Que tal se engajar na luta por mais direitos de todas as pessoas trans? Que tal se engajar em outras lutas sociais? Que tal descobrir novos projetos e possibilidades que até então não tinha pensado?

Lembre-se também de que continuar falando da sua condição é um direito, não uma obrigação.

Afinal, agora que você se vê como trans, também vê que é muito mais do que isso.

56

Será que eu  
posso me  
arrepender?

Muitas pessoas trans se perguntam se poderão se arrepender e, por isso, hesitam muito antes de modificar seus corpos e/ou de mudar seus documentos, por exemplo. Hesitar faz parte e pode ser muito importante para que possam se organizar intimamente.

Sim, o arrependimento existe para algumas pessoas que podem desejar reverter o processo transexualizador. Entretanto, nem todos os procedimentos podem ser revertidos. Além disso, esse processo de reversão também pode ser muito penoso.

Por isso, é muito importante que você considere algumas dicas deste guia, principalmente, a de que busque apoio de bons/boas profissionais durante seu processo de decisão, além de todas as outras sugestões.

Você já deve ter ouvido falar de pessoas trans que se suicidaram, antes, durante e após o processo transexualizador.

No Brasil, há poucas pesquisas sobre isso, mas a experiência de profissionais e lideranças trans, tem mostrado que parte considerável das pessoas trans que se suicidaram, o fizeram não porque “erraram de identidade”. Elas se suicidaram, não porque escolheram um caminho que não era o seu, mas porque encontraram tantas dificuldades no caminho de afirmar quem eram, que não suportaram continuar a viver.

É importante que diante das dificuldades inevitáveis, você procure se cercar de pessoas queridas e busque ajuda.

Em outras palavras, pessoas trans que se suicidaram, frequentemente, estavam solitárias, sem apoio familiar e de amigos, não conseguiam modificar seus documentos, estavam sem alternativas de trabalho (trabalhando em condições precárias ou sofrendo assédio moral ou violência nos locais de trabalho), sem habitação, sem assistência à saúde, sem apoio à saúde mental, sem recursos econômicos para sua

sobrevivência. Elas sofriam violências variadas, entre outras condições sociais que comprometeram sua sobrevivência.

Portanto, prevenir o suicídio de pessoas trans é lutar por melhores condições de vida para elas, é promover sua organização política, é oferecer suporte a elas dentro de todas as políticas e instituições sociais. É reconhecer suas demandas, potencialidades variadas e a contribuição que dão à sociedade.



57

Eu preciso  
esquecer o  
passado e  
construir tudo  
de novo?



Esquecer e até esconder o passado é o desejo de algumas pessoas trans e, como tal, precisa ser respeitado. Essas pessoas preferem ter uma nova profissão, novas relações e novos lugares para viver.

Nem sempre isso é possível, porque vivemos numa sociedade binária e, frequentemente, o passado bate à porta das pessoas trans, revelando sua condição.

Assim, para outras pessoas trans, o caminho é reconhecer, narrar o passado e seguir em frente, com orgulho da própria trajetória e de seus feitos.

Não existe, portanto, um caminho único. Encontre o seu.

58

Depois que  
eu passar por  
tudo isto, vou  
ficar feliz?



Embora a sociedade em que vivemos trate a felicidade como um produto a ser consumido, sabemos que ela é uma conquista diária para todas as pessoas. Por isso, é possível que você se sinta muito mais feliz do que antes, mas também é possível que você se sinta insatisfeito/a e frustrado/a em outros momentos, como todas as outras pessoas cisgêneras.

A identidade de gênero é um aspecto da vida muito importante e podemos dizer que quem não está feliz com ela, encontra bem mais dificuldade para encontrar satisfação em outros aspectos da vida, mas não podemos dar garantia de satisfação para ninguém.

O que podemos dizer, é que depois de passar por tudo isso, provavelmente, você ficará muito mais forte para enfrentar outros desafios da sua vida e construir outras estratégias para se sentir mais feliz.

# 59

Alguns filmes  
que podem te  
ajudar a pensar  
sobre sua con-  
dição e sobre  
possíveis  
caminhos:



**A garota dinamarquesa**, de Tom Hooper  
(Alemanha e outros, 2015)

**Amanda e Monick**,  
de André da C. Pinto (Brasil, 2008)

**A morte e a vida de Marsha P. Johnson**,  
de David France (EUA, 2017)

**Divinas divas**,  
de Leandra Leal (Brasil, 2016)

**Entre-laços**,  
de Naoko Oigigami (Japão, 2017)

**Elvis & Madonna**,  
de Marcelo Laffitte (Brasil, 2010)

**Laerte-se**, de Eliane Brum e  
Lygia Barbosa da Silva (Brasil, 2017)

**Meninos não choram**,  
de Kimberly Peirce (EUA, 1999)

**Meu amigo Cláudia**,  
de Dácio Pinheiro (Brasil, 2009)

**Meu nome é Ray**,  
de Gaby Dellal (EUA, 2015)

**Olhe pra mim de novo**, de Claudia Priscilla  
e Kiko Goifman (Brasil, 2010)

**Questão de gênero**,  
do Coletivo Catarse (Brasil, 2013)

**Transamérica**,  
de Duncan Tucker (EUA, 2005)

**Tudo sobre minha mãe**, de Pedro  
Almodóvar (Espanha/França, 1999)



LidiS

LABORATÓRIO INTEGRADO EM  
DIVERSIDADE SEXUAL E DE  
GÊNERO, POLÍTICAS E DIREITOS



Conselho Nacional de Desenvolvimento  
Científico e Tecnológico



Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo  
à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro

AGÊNCIA BRASILEIRA DO ISBN  
ISBN 978-85-93646-21-8



9 788593 646218