

Transgender  
Network  
Switzerland

# Trans\*

**Opuscolo informativo  
da persone trans\*  
per persone trans\*  
e per tutti**

## **Contenuto**

- 3 Prefazione
- 7 Che cosa significa trans\*?
- 13 Primi passi verso il proprio Io
- 19 Vivere con il proprio corpo
- 25 Coming out
- 31 Come mi comporto nei confronti delle persone trans\*?
- 37 Persone trans\* nelle varie fasi della vita
  - 37 Bambini e giovani trans\*
  - 38 Persone trans\* come genitori
  - 40 Persone trans\* in età avanzata
- 45 Parenti di persone trans\*
  - 45 Partner di persone trans\*
  - 46 Genitori di persone trans\*
- 53 Opzioni mediche
  - 53 In generale
  - 55 Opzioni per la femminilizzazione del corpo
  - 57 Opzioni per la mascolinizzazione del corpo
- 63 Situazione legale in Svizzera
- 71 Libri e film
- 72 Glossario
- 80 Transgender Network Switzerland (TGNS)

# Prefazione

Cari\_e lettori\_ici, lettori\_ici? No, avete letto correttamente e non si tratta di un errore di battitura: il trattino basso, anche chiamato *gender gap* – vuole rappresentare «lo spazio» per tutti coloro che non sono né donne, né uomini. E con ciò eccoci già immersi nel tema di questo opuscolo.

Le persone trans\* sono un gruppo variopinto di persone che non si sente di appartenere al sesso assegnato loro alla nascita. Alcuni s'identificano con gli uomini (trans\*), altri con le donne (trans\*), altri ancora ritengono di non appartenere ad alcuna di queste categorie. In questo opuscolo cerchiamo di tener conto di tutti, anche attraverso un uso particolare della lingua. Tutti coloro che non hanno familiarità con lo specifico lessico trans\* possono consultare il glossario alla fine dell'opuscolo, che spiega i termini specifici impiegati.

Forse stai sfogliando questo opuscolo informativo perché tu stesso\_a sei trans\* oppure perché ritieni che potresti esserlo. Oppure perché una persona a te cara è trans\* e vorresti saperne di più. Oppure perché sei semplicemente curioso\_a di sapere di più su un tema ancora poco conosciuto. Indipendentemente dal motivo che ti ha portato al tema trans\*, ci auguriamo che in questo opuscolo troverai le risposte alle tue domande. Se così non fosse, nell'opuscolo sono menzionati alcuni indirizzi ai quali ti potrai rivolgere per ottenere maggiori informazioni.

Questo documento è stato elaborato dall'organizzazione Transgender Network Switzerland (TGNS). Tante persone (trans\*) vi hanno collaborato scattando fotografie, scrivendo, traducendo o correggendo gli articoli o progettandone l'impaginazione. A tutti loro vanno i nostri più calorosi ringraziamenti!

Siamo contenti che tu abbia scelto di consultare questo opuscolo informativo e ti auguriamo una buona lettura.

*Henry Hohmann*  
Co-presidente TGNS

*Alecs Recher*  
Responsabile consulenza  
legale TGNS

*Hannes Rudolph*  
Responsabile Centro  
di competenza  
per persone trans\*



**Trans\***

**i vostri diritti sono i**



Transgender  
Network  
Switzerland

**i nostri diritti**

**SO  
TRANS  
SO  
WHAT**



## Che cosa significa trans\*?

**Si parla di trans\* quando una persona sa con certezza, nel proprio intimo, che la propria identità di genere non coincide con il sesso assegnatole alla nascita. Vengono utilizzati anche altri termini, come «transgender» oppure «identità trans\*». Vi è anche chi usa ancora il termine «transessualità», che però è superato.**

Gli uomini trans\* sono stati definiti femmine alla nascita, le donne trans\* invece maschi. Vi sono poi le persone trans\* non binarie, che alla nascita possono essere state definite maschi o femmine.

Le persone trans\* vivono in vari modi nel genere che ritengono giusto per sé. Non fa alcuna differenza se hanno l'aspetto chiaramente maschile o femminile, se sono operati o se si comportano in maniera particolarmente «maschile» o «femminile»: infatti non è trans\* soltanto chi si è sottoposto a un intervento di allineamento di genere.

Essere trans\* non è una malattia. Tuttavia alcune persone trans\* soffrono talmente tanto che sviluppano malattie psichiche, come ad esempio la depressione, o tentano addirittura il suicidio. Non si conosce il motivo per cui alcune persone sono trans\*. Il fatto di essere trans\* non può essere stabilito attraverso esami medici. L'unica «prova» che una persona trans\* può fornire è la percezione che lei stessa ha del proprio Io.

Le persone che non sono trans\* (la maggior parte delle persone) vengono definite «persone cis».

### **Perché non si tratta di «un uomo che vuole diventare donna»**

Spesso si sente dire che le persone trans\* vogliono «diventare dell'altro sesso». A ben vedere, però, per le persone trans\* si tratta proprio del contrario: esse infatti sanno esattamente a quale genere appartengono. E vi appartengono senza alcun dubbio, indipendentemente dal coming out, dagli ormoni, dal cambio di nome o dagli interventi chirurgici. Le persone trans\* non diventano una «vera donna» oppure un «vero uomo» solamente dopo essersi sottoposte a interventi chirurgici: le persone trans\* sono sempre stati una donna o un uomo. Per questo motivo parlare di «cambiamento del sesso» non è così corretto. Bisognerebbe infatti usare l'espressione «allineamento del genere».

Il sesso delle persone trans\* non è un desiderio ma un dato di fatto, a prescindere dall'aspetto esteriore. Perciò anche parlare di «sesso desiderato» non è appropriato, poiché anche le persone trans\* non scelgono il proprio sesso.

**«Trans\* per me è la consapevolezza che la natura da me ha sbagliato l'imballaggio»** Mauro, 68

**«Ormai il mio destino è essere una donna trans\*. Ogni tanto è più difficile, ogni tanto meno»** Livia, 42

**«Transessualità per me è una diagnosi che serve ai miei medici e alle autorità per aiutarmi. A me non serve questa parola. Io sono semplicemente una ragazza»** Lara, 17

**«Essere queer per me è un atteggiamento socio-politico. A volte definisco la mia identità di genere trans\*, a volte queer e a volte semplicemente maschile. Io sono semplicemente me stesso, Ivan»** Ivan, 27



## **Sovrapposizione con e altre forme di trans\***

Per le persone a cui piace l'abbigliamento e lo stile del sesso nel quale non vivono costantemente, i confini verso l'essere trans\* sono fluidi. Alcune si definiscono trans\*, altre no. Vi sono molti termini usati in questo senso, come per esempio *crossdresser*, *travestito\_a* o *drag queen* (rispettivamente *drag king*).

Quando si parla di «travestitismo» non bisogna pensare all'abitudine di interpretare un ruolo dell'altro sesso sul palcoscenico (rappresentazione in cui l'interprete viene definito anche come *drag queen* oppure *drag king*). Questo comportamento infatti non ha niente a che fare con l'identità di genere.

## **Il concetto di trans\* non dev'essere confuso con altri concetti, quali:**

**Comportamento di genere:** il ruolo di genere viene vissuto in vari modi, sia dalle persone trans\* sia dalle altre. Una donna trans\* è quindi una donna, a prescindere che s'interessi per il lavoro a maglia o per il calcio.

Invece, una persona che non si comporta in maniera tipica per il suo sesso non è automaticamente trans\*: una ragazzina che si arrampica volentieri sugli alberi e ripara biciclette può sentirsi perfettamente femminile. Analogamente, né l'abbigliamento né la pettinatura sono indicatori certi per definire se qualcuno sia maschio o femmina.

**Orientamento sessuale:** l'orientamento sessuale esprime da quale sesso rispettivamente da quali sessi si è attratti (bi-, pan-, omo- ed eterosessualità). Anche tra le persone trans\* si contemplan tutte le varianti di orientamento sessuale.

**Intersex (intersessualità):** le persone intersex hanno, alla nascita, un corpo che non corrisponde alle norme mediche che definiscono un sesso «maschile» o «femminile».

## **La varietà di generi**

Molte persone trans\* hanno una chiara identità di genere, che può essere «donna» rispettivamente «uomo». Vi sono però anche persone che si situano tra i due sessi oppure che si sentono di appartenere a entrambi. Altre ancora rifiutano per se stesse qualsiasi categoria.

Il fatto che ci siano persone che non si definiscono né donna né uomo è da noi poco conosciuto. In altre culture, invece, ci sono tradizionalmente più di due sessi. Esistono anche Paesi in cui, nel passaporto, è possibile inserire «X» nella definizione di sesso al posto di «M» o «F».







# Primi passi verso il proprio Io

**Solitamente, la domanda che ogni persona trans\* si pone dall'inizio è: «Come posso e come voglio vivere»? L'unica cosa da fare è provarci! Vedrai che a poco a poco le risposte alle tue domande arriveranno da sole. Nessuno infatti ti obbliga a deciderci per una cosa o per un'altra.**

Qui di seguito alcune proposte su che cosa potresti cambiare, per provare un po':

- l'abbigliamento, lo stile, la pettinatura (ad esempio con una parrucca);
- il viso, con il trucco o con barba di un giorno;
- il nome.

Per cambiare il tuo aspetto ci sono parecchi oggetti pratici, molti dei quali possono essere comprati online. In Internet si trovano numerosi indirizzi utili interessanti e vi sono anche molti video ben fatti, utili e con le istruzioni, su temi come trucco, binder, ecc.

## Consigli pratici per tutti

- Sperimenta con i gioielli (anche per uomini, ad esempio con collane in stile «surfista»), borsette, zaini e altri accessori
- Utilizza profumi, deodoranti oppure docciaschiuma da donna, da uomo oppure unisex
- Acquista vestiti nel reparto donna rispettivamente uomo; vi sono molte opzioni per quanto riguarda vestiti e combinazioni
- Fatti fare un taglio di capelli che puoi pettinare in maniera diversa

**«Sogno di essere completamente donna un giorno, ma non voglio andare troppo in fretta. Al momento sto cercando ancora lo stile che mi si addice»** Livia, 42

## Consigli pratici per apparire più femminile

**Indossare una parrucca:** esistono svariate qualità di parrucche, quelle più realistiche sono costose.

**Indossare protesi:** i seni in silicone hanno un effetto più naturale e possono essere usate come inserto nel reggiseno o applicate mediante autoadesivo.

**Nascondere il pene** (*push down/tucking*): usare una guaina elastica stretta con calzoncino, un cosiddetto *gaffslip* o una protesi vaginale di silicone. In questo modo anche andare in bagno diventa più agevole.

**Truccarsi:** nascondere l'ombreggiatura della barba, rendere più fine la carnagione e rendere i contorni del viso più femminili usando fondotinta e cipria.

«È assolutamente fantastico che, con il mio nuovo stile e il mio binder, la maggior parte delle persone mi rivolge la parola da uomo» Ivan, 27

## Consigli pratici per apparire più maschile

**Usare un binder:** il binder è un corpetto che si porta sotto i vestiti in modo che il seno risulti (più) piatto

**Indossare un packer:** pene in plastica che si porta nelle mutande in modo che si crei una protuberanza nei pantaloni; esiste anche una versione che permette di urinare in piedi. L'effetto «rigonfiamento» può però essere ottenuto facilmente anche usando una calza o altro materiale.

**Usare un dispositivo di minzione:** per poter urinare in piedi; occorre un po' di allenamento per usare con disinvoltura l'urinale.

## E ora?

Si sconsiglia di andare da subito al lavoro con il nuovo abbigliamento. Ci sono molti luoghi e possibilità dove muovere i primi passi e sperimentare: a casa, in Internet (attenzione: meglio restare anonimi o creare un nuovo account), nella cerchia di amici più stretti, a una serata con conoscenti o in un gruppo di persone trans\* (vedi ad esempio [www.transgender-network.ch/agenda/](http://www.transgender-network.ch/agenda/) o [www.tg-agenda.ch](http://www.tg-agenda.ch)), a un convegno trans\* ([www.transtagung.ch](http://www.transtagung.ch) o [www.congres-trans.ch](http://www.congres-trans.ch)) oppure in vacanza.

Come ci si sente a essere chiamati con un nuovo nome? Cerca persone con le quali ti puoi confidare e che ti chiamano con il nome da te scelto. Così puoi provare diversi nomi per poi capire quale meglio ti si addice.

Come ci si sente indossando altri vestiti? Sperimentare con vestiti e stili diversi può essere molto utile. Prova a indossarli in occasioni sicure come una serata trans\*, o mostrali ai tuoi amici più stretti. Si possono trovare utili consigli anche nelle riviste di moda.

Se ti senti insicuro\_a, parlane con altre persone trans\*. In genere trovi sempre qualcuno disposto ad accompagnarti a un incontro, che ti aiuta a truccarti o che ti accompagna a fare la spesa.

### **Tu sei tu**

La gamma dei modi di vivere come persona trans\* è molto variata. Indipendentemente dal proprio corpo, ogni persona ha il diritto di stabilire come desidera essere chiamata e come vivere. Ascolta te stesso\_a e non lasciarti costringere o fermare da nessuno, soprattutto quando si tratta di misure mediche.

La definizione del proprio corpo può cambiare nel corso della vita. In particolare per quanto concerne le persone trans\*, l'auto-definizione può cambiare più volte: alcuni sono e si definiscono chiaramente uomo rispettivamente donna, altri no. Ognuno decide personalmente ciò che è giusto per sé.









## Vivere col proprio corpo

**Per tante persone trans\* non è facile sentirsi a proprio agio nel proprio corpo. Ti consigliamo però di provare a vivere bene nel tuo corpo per quanto sia possibile. Prenditi il tempo che ti serve. Osa sperimentare cose nuove e prova a goderti le cose a cui forse avevi rinunciato! Qui di seguito ti proponiamo qualche suggerimento.**

Apprezza anche i lati belli del tuo corpo: anche una nuova pettinatura, occhi affascinanti oppure una mente sveglia sono parte di te. E se qualche volta ti risulta difficile sopportare il tuo corpo, proteggilo e prenditene cura comunque.

Forse stai riflettendo se assumere ormoni o sottoporsi a interventi chirurgici. Sappi che questa decisione puoi prenderla soltanto tu. Solo tu, infatti, senti ciò che è giusto per te. Allineare il proprio corpo può essere qualcosa di fantastico. Tuttavia anche la medicina ha i suoi limiti: il tuo corpo non sarà mai esattamente uguale a quello delle persone cis. Le cicatrici e l'assunzione di ormoni, infatti, ti ricorderanno sempre che sei trans\*.

Non bisogna poi dimenticare di sottoporsi regolarmente a controlli preventivi: ciò infatti è consigliato sia per le donne trans\* (prostata), sia per gli uomini trans\* che hanno ancora l'utero e/o le ovaie.

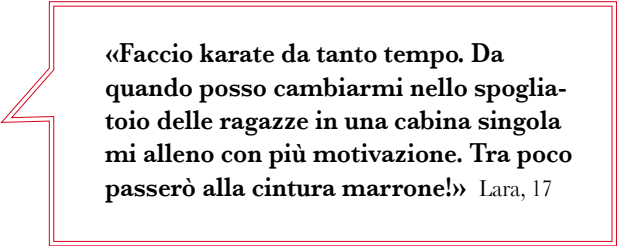
«La nostra società di ginnastica tutti gli anni va a fare un weekend di benessere. Quest'anno è la prima volta che ho osato parteciparvi!» Livia, 42

### **(Nessun) *passing*?**

Vivere da persona visibilmente trans\* può essere una sfida avvincente. Può però anche essere estremamente stancante o semplicemente snervante. A prescindere che la visibilità sia una scelta, che i motivi medici non permettano l'allineamento oppure non si completi il *passing*, ci saranno sempre situazioni nelle quali bisogna mostrare di avere la pelle dura. Essere rimproverati per aver sbagliato il bagno è un tipico esempio. Può essere un

vantaggio prepararsi alcune risposte standard per reagire con disinvoltura a questo tipo di situazioni. Puoi anche consultarti con altre persone trans\* per sapere come reagiscono in situazioni simili: insieme, infatti, molte cose risultano più facili. Può inoltre essere d'aiuto affrontare situazioni difficili con altre persone trans\*, ad esempio andare a nuotare oppure farsi accompagnare da qualcuno dal medico.

Indipendentemente da quanti interventi hai fatto o da quanti ne vorrai fare: sentirti bene nel tuo corpo non è solamente una questione medica, ma è anche una questione di testa.



**«Faccio karate da tanto tempo. Da quando posso cambiarmi nello spogliatoio delle ragazze in una cabina singola mi alleno con più motivazione. Tra poco passerò alla cintura marrone!»** Lara, 17

## **Sessualità**

Anche persone trans\* fanno sesso – e si divertono. Il sesso è così variato come le persone che lo praticano. L'importante è che tutti gli interessati si sentano a proprio agio. Anche non voler fare sesso è una soluzione assolutamente normale.

Il sesso è una combinazione di desiderio e passione. Indipendentemente dalle operazioni di allineamento dei genitali, le persone trans\* possono divertirsi in svariati modi. Il modo di vivere la propria sessualità non dipende dall'identità di genere. Tuttavia ci sono momenti nei quali molte persone trans\* soffrono perché non possono fare tutto quello che desidererebbero. Così come le persone cis, le persone trans\* hanno preferenze e cose che non gli piacciono, e ciò è assolutamente normale. Si possono sempre trovare altre strade per avere una vita sessuale appagante: la miglior cosa è lasciar correre la fantasia e spassarsela insieme.

Ciò che avviene tra partner dev'essere discusso tra partner. Infatti, questa è una situazione in cui è coinvolta anche un'altra persona, e non solo la persona trans\*. Infatti fare sesso con una persona trans\* è pur sempre emozionante e non una cosa di tutti i giorni, soprattutto se si tratta della prima volta.

In tutto questo non dimenticate ovviamente che le regole per il sesso sicuro valgono anche per le persone trans\*. Né le persone trans\* né i loro partner rappresentano infatti un'eccezione.

Oltre al pericolo di contagio con malattie sessualmente trasmissibili, occorre ricordarsi che gli uomini trans\* possono rimanere incinti se hanno ancora l'utero e le ovaie, e che le donne trans\* potrebbero essere in grado di procreare.

**«Il mio corpo non mi corrisponde appieno, però sono comunque indeciso se assumere testosterone. Per questo motivo sono molto nervoso prima di un appuntamento...»**

Ivan, 27









## Coming out

**Quando sai di essere trans\* arriva probabilmente il momento nel quale vuoi comunicarlo ad altre persone. Per il coming out bisogna essere coraggiosi. È dunque normale essere preoccupati prima di farlo. Rifletti bene su come e con chi vuoi confidarti.**

Se sei in una terapia d'accompagnamento, puoi parlarne in questa occasione e pianificare i tuoi coming out più importanti. Per molti è più semplice non cominciare dai genitori o dalle persone più vicine, perché loro potrebbero inizialmente reagire in modo negativo per paura o per ignoranza. È meglio sapere con chi poterne parlare nel caso ciò dovesse accadere. Per il primo coming out le persone più adatte sono i buoni amici, cioè le persone che probabilmente accolgono la notizia in modo positivo. Inizialmente è importante trovare degli «alleati», ovvero delle persone che ti accettano e ti sostengono.

Soprattutto con le persone più vicine è meglio non parlare di ormoni e interventi chirurgici durante il primo dialogo in merito. Racconta loro piuttosto che ti senti meglio da quando sai che cosa accade dentro di te, come ti senti e come ti sei avvicinato\_a al tema trans\*. Lascia che la persona si renda conto di quanto sia importante questo tema per te.

A scuola oppure al lavoro è consigliabile parlarne prima con una persona con un particolare influsso sulle altre, come ad esempio un'insegnante che mostra comprensione per la situazione oppure con il tuo superiore.

Ci saranno sempre delle persone che cercheranno di dissuaderti dall'essere trans\*. Non farti rendere insicuro\_a. Forse anche tu hai avuto bisogno tempo per abituarti all'idea, e quindi non sarà diverso per alcuni tuoi parenti o conoscenti.

«La gente in campagna è più aperta di quanto si pensi» Livia, 42

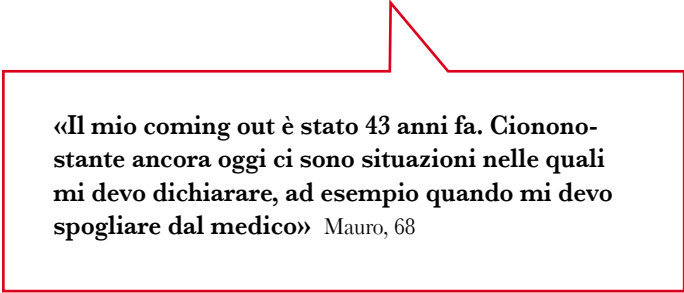
## Consigli pratici

- I coming out possono avvenire di persona, al telefono o tramite un'e-mail oppure una lettera, a seconda della situazione. Meno adatti sono ad esempio gli SMS
  - Fai attenzione a dove e a chi informi del fatto che sei trans\* su Facebook, Twitter, Instagram, Whatsapp o in Internet in generale. Controlla chi può vedere le tue immagini, i tuoi stati e i tuoi post
  - Il passo di dichiararsi sul lavoro o a scuola deve essere ben ponderato e preparato. Rivolgiti in ogni caso a TGNS per una consultazione, in modo da evitare un disastro e il mobbing che spesso ne risulta
  - Non tutte le persone devono ricevere la stessa informazione. Dì alla persona che hai di fronte che cosa cambia per lui/lei e che cosa ti aspetti, ad esempio che vuoi essere chiamato\_a con il tuo nuovo nome. Solo poche persone devono essere al corrente dei dettagli riguardanti interventi chirurgici e altri cambiamenti del tuo corpo. Anche il tuo passato non è importante per persone che non ti conoscono bene
  - Spesso è d'aiuto cercare consigli tra chi ci è vicino. Parla ad esempio con la tua zia preferita o con un fratello o una sorella di come vuoi informare i tuoi genitori. Puoi anche discutere e farti dare dei consigli sul tuo coming out in gruppi o forum di autoaiuto online
  - A volte altre persone sono disposte ad assumersi il compito di comunicare il tuo coming out ad altri: ad esempio i genitori, che possono parlare con i parenti, oppure il tuo superiore, che può occuparsi dei clienti
  - Per il coming out sul luogo di lavoro, puoi affidarti anche ai vari opuscoli del TGNS, che possono essere scaricati o comandati sul sito Internet
- Quasi tutte le persone trans\* raccontano che in realtà la paura prima del coming out era peggio del momento del coming out stesso.

**«Anche se i miei colleghi di lavoro sono fantastici non ho ancora avuto il coraggio di dichiararmi. Mi stressa il fatto di dover essere una persona diversa durante il lavoro rispetto a quella che sono di solito»** Ivan, 27

### **Coming out senza fine?**

Col tempo, le persone trans\* sviluppano una strategia personale in merito a ciò che dicono a chi, quando e come. Alcuni parlano apertamente del fatto di essere trans\* per tutta la vita, altri invece ne parlano soltanto con i nuovi partner e gli amici più stretti. In alcune situazioni il coming out è pressoché inevitabile: ad esempio durante visite mediche oppure contatti sessuali.



**«Il mio coming out è stato 43 anni fa. Ciononostante ancora oggi ci sono situazioni nelle quali mi devo dichiarare, ad esempio quando mi devo spogliare dal medico» Mauro, 68**





MIX  
YOUR  
OWN  
GENDER



# Come mi comporto nei confronti delle persone trans\*?

**Per le persone estranee al mondo trans\*, il fatto di essere trans\* è una cosa nuova e difficile da capire. Questo può essere destabilizzante, e spesso non si sa bene come bisogna comportarsi. In linea di principio – come ovunque nella vita – bisogna rivolgersi alle persone con rispetto.**

## **Tre regole fondamentali**

- Accetta il sesso della persona, ovvero la sua identità di genere, e rivolgiti a lei in modo conforme
- Rispetta la *privacy* della persona trans\* e non rivelare a nessuno la sua identità di genere, a meno che non ti sia stato richiesto esplicitamente dalla persona trans\* stessa
- Mantieni la discrezione e il rispetto, come fai per tutte le altre persone

## **Come sostenere facilmente persone trans\***

Accetta il fatto che è la coscienza interiore (ovvero l'identità di genere) e non l'aspetto esteriore che decide il sesso di una persona trans\*, a prescindere dal fatto che sia maschile, femminile o non binaria. Non aspettarti che gli uomini trans\* siano esageratamente maschili, e che le donne trans\* invece si comportino o si vestano come il tipico stereotipo di donna.

Utilizza il nome e i pronomi (lui, lei, loro, ecc.) che usa anche la persona trans\*, anche se lei non è presente. L'unica eccezione è quando altre persone presenti non sono a conoscenza del fatto che la persona in questione sia trans\*.

È sempre meglio chiedere una volta di troppo piuttosto che fare ipotesi. Le domande molto personali, soprattutto per quanto riguarda gli interventi medici di allineamento del genere, non sono opportune. Rifletti a quanto bene tu conosca la persona trans\*: se l'hai appena conosciuta, forse non è il momento adeguato per chiedere tutto ciò che ti è sempre interessato sapere riguardo al tema trans\*.

Devi capire che le persone trans\* sono diverse tra loro, così come lo sono le persone cis.

### **Attenzione alle figuracce!**

- Chiedere informazioni in merito al passato oppure mettere in discussione l'identità di genere. Evita di porre domande come: «Qual era il tuo vecchio nome?» / «Ma... in realtà sei un uomo, no?» / «Ma non è possibile. Come vuoi diventare un vero uomo se sei alto solo 1,60m?»
- Fare domande troppo personali: «Sei operato\_a?» / «Come fai a fare sesso?»
- Guardare insistentemente le persone trans\*
- Chiedere alle persone il loro sesso quando non è necessario saperlo
- Fare di tutta l'erba un fascio: «Ho visto una trasmissione alla televisione, deve essere una cosa terribile» / «Ahh, come Caitlyn Jenner?»
- Giudicare il sesso secondo l'aspetto esteriore: «Già, effettivamente hai l'aspetto di un mezzo uomo» / «Non sembri poi così femminile»
- Confondere il tema trans\* con altri temi: «Non ho nessun problema a riguardo. Anche io ho un amico omosessuale»

Ti sei accorto di aver fatto una figuraccia? Non ti preoccupare, una semplice parola di scusa è sempre ben apprezzata, anche dalle persone trans\*.

**«Nel nostro ufficio lei non ha alcuno stato speciale. Ma è un'ottima collaboratrice»** Signora Reyes, 60, superiore di Livia

**«Una volta gli ho chiesto a quali interventi si è sottoposto e se non fosse stata una faccenda cara. Lui non ha detto niente. Mamma mia, dopo ero veramente imbarazzato...»** Martino, 58, collega di coro di Mauro

### **Come posso io, come persona trans\*, rendere più facile la situazione alle persone a me vicine?**

Vi sono molte persone che non sono ben informate in merito al tema trans\*. Tanti non sanno come gestire la situazione, e molte delle cose che dicono non le intendono in modo offensivo. Dà loro il tempo di abituarsi al cambiamento. Non offenderti se, per sbaglio, ti rivolgono la parola in modo incorretto.



Spesso tu sei la prima persona trans\* che conoscono. Nonostante ciò non ti devi sentire in obbligo di rispondere a tutte le domande che ti pongono. Puoi consigliare loro, ad esempio, di leggere dei libri sul tema, informarsi su Internet oppure consultare questo opuscolo.

Incontrerai sempre persone che saranno sorprese quando racconti loro di essere trans\*. In momenti come questi potrai dire loro tranquillamente che ne sei consapevole, e dichiarare, ad esempio: «Posso immaginarmi che Lei sia sorpresa. Ma La prego gentilmente di chiamarmi «Signor Regazzoni» d'ora in poi».







# Personne trans\* nelle varie fasi della vita

## *Bambini e giovani trans\**

**Un\_a bambino\_a può accorgersi molto presto, spesso già all'età di 3-4 anni, che il genere a cui sente di appartenere e il proprio corpo non corrispondono. La famiglia dovrebbe prendere questo fatto sul serio, indipendentemente dall'età del\_la bambino\_a.**

Non ogni comportamento atipico di un\_a bambino\_a significa che sia trans\*: a un ragazzo può semplicemente piacere il colore rosa, e una bambina può comportarsi da maschiaccio.

In ogni caso occorre ricordare che l'identità di genere non è una cosa che può essere insegnata o «disimparata». Sicuramente non nuoce se ai bambini viene data l'opportunità di vestirsi o esprimersi come vogliono. Se invece non hanno la possibilità di essere ciò che realmente sono possono soffrirne. Tra i\_le bambini\_e e i\_le ragazzi\_e che non si sentono a proprio agio nel sesso attribuitogli, il tasso di suicidio è molto elevato. Può essere quindi utile, sia per i genitori sia per le persone che si occupano dei bambini, cercare consiglio da specialisti o consultarsi con altri genitori di bambini\_e trans\*.

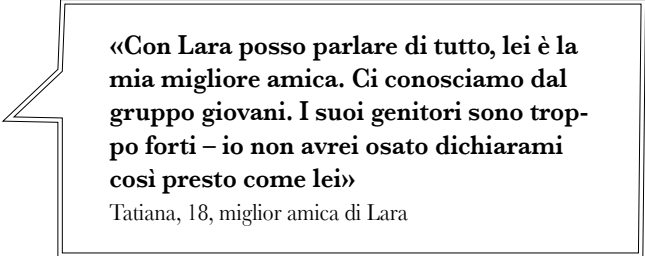
**«Quando ero piccola per me era terribile dover indossare vestiti da maschio. Perlomeno ho potuto lasciar crescere i capelli»** Lara, 17

Se il comportamento del\_la bambino\_a rimane costante, può essere d'aiuto (e forse potrebbe risparmiargli\_le tanto dolore) se i genitori chiedono all'asilo, alla scuola e alle persone che gravitano attorno alla famiglia di utilizzare il nuovo nome e di accettare il nuovo genere.

In seguito sarà possibile ritardare l'inizio della pubertà tramite dei medicinali che bloccano i cambiamenti fisici. In questo modo è possibile evitare che alle ragazze trans\* cambi (in modo irreversibile) la voce e che spunti loro la barba, oppure che ai ragazzi trans\* cresca il seno. Anche

se si possono assumere questi bloccanti della pubertà, tutti devono però essere consapevoli del fatto che il corpo non sarà mai identico a quello delle persone cis.

Per molte persone trans\*, e soprattutto per le donne trans\*, l'assunzione di questi bloccanti è l'unica possibilità per non essere involontariamente percepite come trans\*. In ogni caso, è fondamentale che i\_le ragazzi\_e trans\* e i loro genitori si facciano consigliare e accompagnare da specialisti. Non appena i giovani possono decidere autonomamente, è possibile cominciare con l'allineamento del genere tramite ormoni.

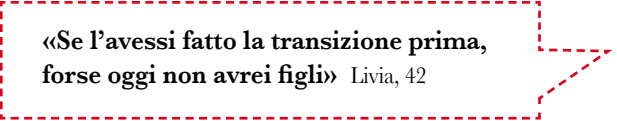


**«Con Lara posso parlare di tutto, lei è la mia migliore amica. Ci conosciamo dal gruppo giovani. I suoi genitori sono troppo forti – io non avrei osato dichiararmi così presto come lei»**

Tatiana, 18, miglior amica di Lara

## ***Persone trans\* come genitori***

**Le persone trans\* possono diventare genitori in svariati modi, come tutte le altre persone. Possono già avere dei figli quando si dichiarano. Possono però anche fare una transizione e formare una famiglia in un secondo momento, con bambini biologici, con l'adozione o l'affidamento di bambini oppure attraverso una donazione di sperma. In un modo o nell'altro, a un certo punto una domanda sorge spontanea: «Come lo dico a mio figlio/a mia figlia?»**



**«Se l'avessi fatto la transizione prima, forse oggi non avrei figli»** Livia, 42

Spesso il coming out di un genitore viene percepito come una cosa inaspettata dai figli, che mai si sarebbero immaginati che papà potesse vivere da donna oppure la mamma potesse vivere da uomo. Le reazioni dei figli

a un coming out possono essere molto diverse. I bambini piccoli spesso hanno meno problemi rispetto agli adolescenti. Ma, indipendentemente dall'età dei figli, ricordate che:

**I bambini hanno tante domande e hanno il diritto di ricevere una risposta sincera e idonea alla loro età. E devono avere la certezza che non perderanno la propria mamma/il proprio papà. .**

Alcune persone trans\* si chiedono se, per il bene dei propri figli, sia meglio rinunciare al coming out oppure alla transizione. Questo non è necessario. I bambini capiscono istintivamente se i loro genitori non sono felici, e quindi anche se mamma o papà sono costretti a ricoprire il ruolo di genere a loro attribuito. Insegnare ai bambini che la diversità fa parte della vita e che vale la pena essere fedeli a se stessi li arricchisce e li fortifica.

L'esperienza mostra che, spiegando la situazione e con la giusta educazione, ad esempio a scuola oppure presso una società sportiva, si può riuscire a evitare commenti sgraditi o addirittura mobbing nei riguardi dei bambini. Ciononostante, sapere come comportarsi da genitore è una cosa difficile. Può aiutare in ogni caso chiedere l'aiuto di uno/una specialista.

**«Durante le vacanze ho insegnato ai gemelli del mio coinquilino ad andare in bicicletta. Essere «zio» mi diverte un sacco! In un qualche modo forse vorrei anche io avere dei figli in futuro. Come, però, non ne ho ancora la minima idea»** Ivan, 27

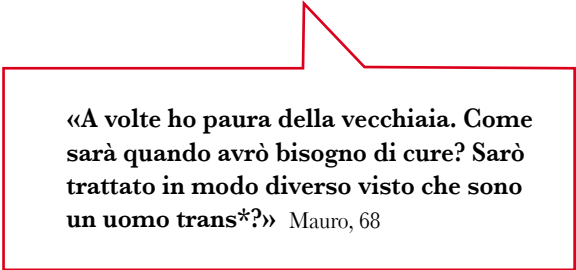
## ***Persone trans\* in età avanzata***

**Un coming out può avvenire in qualunque momento, anche in età avanzata – quando i figli sono fuori di casa, quando la vita lavorativa è terminata o quando ci si rende conto che il momento è quello giusto.**

### **Coming out in età avanzata**

Un coming out in età avanzata può essere una liberazione: ogni sforzo vale la pena, anche se gran parte della propria vita è forse già alle spalle. Tuttavia le incertezze e le paure legate al fatto di osare fare questo passo in età avanzata sono diverse rispetto a quelle che incontrano le persone più giovani. Alcune persone sono preoccupate perché immaginano di incontrare pregiudizi e ignoranza nell'ambiente che li circonda. E forse temono che i cambiamenti dovuti agli ormoni avanzino solo lentamente oppure che non producano l'effetto desiderato. Inoltre, i tempi di recupero dopo un intervento possono essere più lunghi per le persone trans\* in età avanzata. Ciononostante, l'allineamento del genere grazie alla medicina può contribuire notevolmente a ritrovare una nuova felicità.

Da un lato, i decenni trascorsi cercando un equilibrio tra i propri bisogni e la dedizione nei confronti della famiglia o della carriera possono essere un dilemma interiore e fonte di stress. Dall'altro lato, però, la fiducia in se stessi e la più grande esperienza di vita possono facilitare il percorso.



**«A volte ho paura della vecchiaia. Come sarà quando avrò bisogno di cure? Sarò trattato in modo diverso visto che sono un uomo trans\*?»** Mauro, 68

### **Cura e assistenza di persone trans\* in età avanzata**

Prima o poi tutti invecchiamo: il corpo diventa più fragile, e possiamo arrivare a un punto in cui non riusciamo più a prenderci cura di noi stessi. Non esistono ancora case di cura o case per anziani specializzate nella cura di persone trans\*. Neanche la Spitex o altre organizzazioni per la cura degli anziani sono attrezzate in modo specifico per le persone trans\* che necessitano di assistenza. La paura di non venir trattati secondo la propria



identità di genere è molto grande, soprattutto tra le persone trans\* che non si sono sottoposte a interventi chirurgici per l'allineamento del genere.

Per comportarsi correttamente nei confronti delle persone trans\* anziane, è fondamentale che il personale medico o di cura sia debitamente istruito, se possibile già durante la formazione di base. Il rispetto professionale è dovuto a tutte le persone bisognose di cure, anche se hanno un corpo trans\*. In particolare alle persone con demenza bisogna rivolgere la parola correttamente, ed è una violazione della privacy rivelare a terzi che una persona è trans\*. Prima di entrare in una casa di cura oppure per anziani è necessario che la persona trans\* oppure i suoi famigliari informino la struttura sulla particolare situazione. Può essere ugualmente utile inserire una nota aggiuntiva nelle disposizioni del paziente.

**«Durante la mia formazione da infermiera non avevo mai sentito parlare delle persone trans\* e dei loro bisogni. Attraverso la storia di Livia mi sono resa conto di quanto invece sarebbe stato importante»** Daniela, 41, cognata di Livia







# Parenti di persone trans\*

## *Partner di persone trans\**

**Il coming out e la transizione concernono anche i partner delle persone trans\*. La paura di perdere la persona amata è generalmente molto grande, per entrambe le parti. Per questo motivo il coming out è legato a molte domande e preoccupazioni.**

«Come cambierà il mio partner o la mia partner? Che cosa significa per me stare adesso con una donna, con un uomo, oppure con una persona non binaria?» I partner eterosessuali possono chiedersi come ci si potrebbe sentire a essere visti dalle altre persone come una coppia omosessuale. Dall'altro lato, i partner omosessuali potrebbero temere di essere esclusi dalla comunità omosessuale in quanto adesso coppia «eterosessuale». E poi è proprio possibile essere eterosessuale se, da donna, si è in una relazione con un'altra donna? Oppure essere gay essendo un uomo omosessuale che è in una relazione con una donna? Che cosa significa l'identità non binaria del mio partner o della mia partner per la nostra relazione?

Cercate di discutere apertamente sulle domande relative ai cambiamenti nella vostra relazione. Vi potrebbe forse anche parlarne con uno o una specialista oppure con altre coppie.

Se la persona amata decide di intraprendere la transizione anche a livello medico, possono sorgere ulteriori domande: «Troverò il corpo mutato altrettanto attraente? Andrà tutto bene? Come cambierà la persona amata? Ci ameremo ancora? Come lo comunichiamo ai nostri famigliari e conoscenti?»

Accompagnare una transizione come partner è un'esperienza molto emotiva e richiede tanto tempo. Ricordati di non soffocare le tue esigenze. Lo scambio di opinioni con altri parenti può essere d'aiuto per accantonare paure e ricevere utili consigli.

### **Consigli per le persone trans\* in una relazione sentimentale**

- Sii preparato\_a al fatto che la prima reazione potrebbe essere negativa. Ascolta le paure e preoccupazioni del/della partner. Metti però in chiaro che il tuo essere trans\* non può essere messo in discussione. Non è consigliabile rinunciare alla transizione per amore di altri
- Essere trans\* non è una cosa evidente da capire. Sii aperto\_a alle domande e, se necessario, aiuta fornendo ulteriori informazioni

- Fai partecipare le persone amate ai tuoi pensieri, sentimenti e piani riguardo al tema trans\*. Tieni in considerazione che tu sei più informato\_a sul tema e quindi hai un vantaggio rispetto agli altri
- Spesso i partner hanno bisogno di tempo per accettare il fatto che tu sia trans\*. Lascia loro tutto il tempo necessario
- Per molte persone trans\*, il tema trans\* occupa molto spazio nella fase del coming out e le relazioni possono soffrire anche per questo motivo. Se necessario, mettetevi d'accordo e stabilite dei momenti «liberi» dal tema trans\*.

**«Uno dei miei amici omosessuali ha fatto una stupida battuta, chiedendomi se fossi diventato etero. E dire che neanche conosceva ancora il mio Mauro. Allora l'abbiamo invitato a cena con il suo partner. Ha capito, si è scusato e alla fine è stata una serata divertentissima»** Walter, 72, partner di Mauro

**«All'inizio non è stato facile né per me né per nostra figlia. Oggi sono orgogliosa della nostra famiglia di tre donne!»** Marianne, 38,  
compagna di vita di Livia

## ***Genitori di persone trans\****

**«Mamma, papà, devo dirvi qualcosa di importante. Non sono più Liliana, da adesso per favore chiamatemi Mirko.»** I genitori, dopo un coming out di questo genere, spesso cadono dalle nuvole.

A volte, i genitori hanno già da tempo il presentimento che ci fosse qualcosa di particolare con il\_la proprio\_a figlio\_a. Una tale rivelazione però scatena forti emozioni e molte domande.

**«Abitando in campagna ci preoccupavamo di che cosa avrebbe detto la gente se un bambino indossava vestiti per bambine. Ma quando aveva 10–11 anni ci siamo resi conto che la sua non era una fase, bensì che per lei vivere in questo modo era un'esigenza»** Gian-Andri, 46, padre di Lara

Vogliamo rassicurarvi e dirvi che, in quanto genitori, non avete colpe se vostro\_a figlio\_a è trans\*. Potete però sicuramente essere un grande sostegno per il\_la vostro\_a figlio\_a. Cercate di capire il messaggio che vi manda, credete a quanto vostro\_a figlio\_a vi racconta e non dubitate della sua identità di genere, anche se questo risulta difficile da capire. Non perderete un\_a figlio\_a, bensì potrete vedere come la sua vita rifiorisce perché lui\_lei non dovrà più nascondersi e potrà finalmente vivere come la persona che è.

A prescindere da quanto stretto, buono e aperto al dialogo sia il rapporto tra voi e il\_la vostro\_a figlio\_a, sappiate che potete condividere con lui\_lei tutte le vostre domande e preoccupazioni. Forse vostro\_a figlio\_a è già uno\_a «esperto\_a» nel campo trans\*, si è informato\_a e condividerebbe volentieri con voi il suo sapere. Forse però anche a lui\_lei tante cose sono ancora poco chiare: a questo punto potete informarvi insieme, come famiglia. Se vostro\_a figlio\_a è ancora titubante nel parlare con voi sul tema trans\*, cercate informazioni attraverso altri canali, come ad esempio questo opuscolo, presso centri di consulenza, leggendo libri sul tema o navigando in Internet. Famigliarizzarsi con il tema e con termini e concetti specialistici può facilitare il dialogo con vostro\_a figlio\_a.

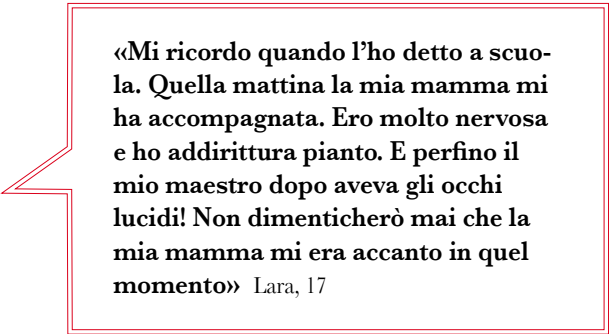
Sappiate che non siete soli in questa situazione. Lo scambio di esperienze con altri parenti, con persone trans\* adulte oppure la richiesta di un colloquio presso un consultorio possono aiutare molto. Parlatene con altri genitori: scegliete l'opzione che meglio vi conviene. Vostro\_a figlio\_a molto probabilmente farà lo stesso e si troverà e scambierà informazioni con altre persone trans\*. Tutto ciò è molto importante per poter aiutarlo\_a a portare avanti il suo percorso armati di tutte le informazioni possibili.

Chiamare da un giorno all'altro vostra figlia Liliana «Mirko», «lui», «nostro figlio» potrà essere difficile. Provateci lo stesso! Per la maggior parte delle

persone trans\*, l'appellativo è di enorme importanza. Vedrete che con il tempo risulterà sempre più facile e naturale. Se il rapporto con vostro\_a figlio\_a lo permette, parlate di quali formulazioni preferisce quando si parla del suo passato. Infatti, se la frase «quando ancora era nostro figlio» non è gradita a vostra figlia, non usatela, e parlate di vostro\_a figlio\_a usandola formulazione da lui\_lei richiesta.

### **Consigli per le persone trans\*: come mi comporto con i miei genitori?**

- I genitori e il rapporto con loro variano da persona a persona. Tu conosci i tuoi genitori meglio di chiunque altro e quindi puoi adattare al tuo percorso il tuo coming out e le vostre successive conversazioni in merito. Forse ti potrebbe essere d'aiuto parlarne prima con una persona fidata, come ad esempio un fratello o una sorella.
- I genitori si preoccupano perché amano il\_la proprio\_a figlio\_a e perché, nella maggior parte dei casi, non conoscono molto bene il tema trans\*. Fatti accompagnare da loro lungo il tuo percorso, cerca di parlare con loro apertamente, di informarli e anche di fidarti di loro. I genitori apprezzano molto essere coinvolti da subito dai\_dalle loro figli\_e.
- Perdona loro gli eventuali errori, per esempio se ti chiamano con il vecchio nome. Per i tuoi genitori è tutto nuovo: sono loro che hanno scelto il tuo «primo» nome e ti hanno chiamato\_a così dall'inizio. Cerca di non dare troppo peso a ogni parola.
- Parla con la tua famiglia di quando e come comunicare il cambiamento ai vostri parenti, vicini di casa e conoscenti, e anche di chi ha il permesso di raccontarlo. Una lettera inviata a tutti che spiega la tua nuova situazione è sicuramente più apprezzata che apparire per la prima volta alla festa di matrimonio della cugina nel tuo «nuovo ruolo», senza che i tuoi parenti lo sappiano.



**«Mi ricordo quando l'ho detto a scuola. Quella mattina la mia mamma mi ha accompagnata. Ero molto nervosa e ho addirittura pianto. E perfino il mio maestro dopo aveva gli occhi lucidi! Non dimenticherò mai che la mia mamma mi era accanto in quel momento»** Lara, 17



**«Ivan mi ha scritto una lunga lettera nella quale mi ha spiegato come si sente e che lui non è assolutamente una donna, ma che non è nemmeno totalmente uomo. E che non sa come dirlo a sua madre. Io l'avevo già intuito da tempo... Quando sono rientrata in Svizzera io e lui ne abbiamo parlato con mia sorella, sua madre»** Véronique, 53, madrina di Ivan







# Opzioni mediche

**La medicina oggi giorno offre svariate possibilità per l'allineamento del corpo. Tu sei libero\_a di decidere di quale possibilità usufruire.**

## *In generale*

Tante opzioni mediche possono essere prese a carico dalla cassa malati. Per maggiori informazioni in merito, consulta il prossimo capitolo «Situazione legale in Svizzera».

Se volessi avere figli biologici, prima dell'allineamento informati sulle opzioni per una paternità o una maternità biologica. Può essere per esempio sensato congelare ovuli o sperma.

## **Accompagnamento psicologico**

L'accompagnamento psicologico può essere utile per vari motivi. Da un lato, perché la cassa malati e anche il chirurgo spesso richiedono una conferma psicologica o psichiatrica. Dall'altro lato, può essere utile anche per poter parlare di problemi e ansie con uno o una specialista neutrale.

In ogni caso è necessario scegliere con cura la persona accompagnatrice. È importante sentirsi a proprio agio in sua presenza e che, durante il proprio percorso, si riceva il sostegno necessario. Se questo non fosse il caso, si può decidere di cambiare terapeuta senza alcun problema. Gli indirizzi possono essere richiesti presso il TGNS o presso i centri sanitari comunitari «Checkpoint» a Zurigo e Losanna.

In passato, alle persone trans\* che volevano sottoporsi all'allineamento medico del corpo veniva richiesto di vivere almeno un anno nel «ruolo del genere desiderato». Questo test della quotidianità oggi non è più richiesto.

## **Terapia ormonale**

La terapia ormonale è da effettuare sotto controllo medico presso una persona esperta, per esempio un endocrinologo o un'endocrinologa (specialista in ormoni). La terapia ormonale può tuttavia anche essere intrapresa sotto il controllo di una persona specializzata in ginecologia o urologia, oppure in uno studio di un medico di famiglia.

**Sconsigliamo caldamente di comprare medicinali in Internet e di assumere ormoni senza la supervisione di un medico! Possono infatti occorrere complicazioni gravi. Consigliamo a chi, nonostante**

ciò, compresse e assumesse ormoni di propria iniziativa, di farsi controllare il sangue almeno una volta all'anno.

**«Quando il mio corpo iniziò a diventare maschile a 12-13 anni, mi sono fatta prendere dal panico. Per fortuna ho potuto prendere i bloccanti della pubertà prima che la mia voce cambiasse»** Lara, 17

Per i bambini e i giovani esiste la possibilità di ritardare la pubertà mediante dei cosiddetti bloccanti della pubertà (vedi capitolo «Bambini e giovani trans\*»).

Gli ormoni hanno effetti diversi da persona a persona. Quale effetto si presenta, quando e con che intensità dipende dai casi.

Spetta a te decidere quale preparato preferisci e quante volte assumerlo. Infatti un dosaggio che va bene per un'altra persona trans\* potrebbe essere troppo o troppo poco efficace per te. Non esitare a parlarne con il tuo medico.

Poiché la maggior parte dei cambiamenti non avviene da un giorno all'altro, il dosaggio ormonale può essere adattato a seconda di come tu ti senti. Un medico specializzato dovrebbe tuttavia sempre essere coinvolto. Gli ormoni possono avere numerosi effetti collaterali. Spesso sono simili a quelli che le persone cis provano durante la pubertà e l'invecchiamento. Tuttavia vi sono anche effetti collaterali rari e gravi. Informati bene prima di incominciare la terapia!

Gli ormoni vengono di solito assunti per tutta la vita. È tuttavia possibile interrompere o terminare la terapia ormonale, soprattutto quando ovaie e testicoli sono ancora presenti. L'importante è che al corpo vengano forniti ormoni sessuali (estrogeno o testosterone).

### **Informazioni generali sugli interventi**

Non sei obbligato\_a a sottoposti a tutti gli interventi possibili. Rifletti attentamente su ciò che vuoi fare per te.

Tutti gli interventi possono comportare rischi e complicazioni, soprattutto in seguito agli interventi ai genitali. Questi rischi dipendono anche però dalle capacità e dall'esperienza del chirurgo. Alcuni interventi, specialmente l'allineamento genitale, vengono spesso effettuati in più tappe.

Informati bene, e non soltanto presso il tuo chirurgo. Parla, se necessario, con vari chirurghi e richiedi che ti siano mostrate fotografie di interventi

che lui o lei ha eseguito su persone trans\*. Queste sono alcune domande che devi porre (a te stesso\_a e al chirurgo):

- Quale tecnica può essere usata sul mio corpo; quale risultato posso aspettarmi?
- Quali funzionalità sono importanti per me? Chi può offrirmi il miglior risultato?
- Quali aspetti sono importanti per me? Chi può offrirmi il miglior risultato?
- Mi piacciono le fotografie dei risultati ottenuti da questo medico?
- Quali esperienze hanno avuto altre persone trans\* con questo medico?
- Posso immaginare di sottopormi a un intervento chirurgico all'estero?
- Voglio sottopormi all'intervento anche se l'aspetto o la funzionalità non mi convince completamente?

Purtroppo non tutte le persone mediche specializzate trattano le persone trans\* con il dovuto rispetto. Anche durante i trattamenti medici che non hanno niente a che fare con l'aspetto trans\*, vale la regola che se non ti dovessi sentire a tuo agio, puoi decidere di essere seguito\_a altrove. Se non è necessario per il trattamento, non devi sentirti in obbligo di rispondere a domande intime e di mostrare il tuo corpo.

«Marianne, la mia partner, mi accompagnerebbe in ogni caso per l'intervento in Thailandia» Livia, 42

## ***Opzioni per la femminilizzazione del corpo***

### **Terapia ormonale**

L'ormone che provoca la femminilizzazione è l'estrogeno. Questa sostanza può essere assunta sotto forma di pastiglie, cerotti o gel. Di norma, le donne trans\* assumono gli stessi medicinali ormonali delle donne cis in menopausa; spesso tuttavia, all'inizio della transizione, ricevono anche i cosiddetti bloccanti del testosterone.

Con l'assunzione dell'ormone la pelle diventa più morbida, i tratti del viso diventano più delicati. I peli del corpo possono diminuire, ma la barba rimane visibile. Ricordiamo che la chioma diradata non diventa più folta.

La massa muscolare e la forza diminuiscono, la distribuzione del grasso assume caratteristiche femminili.

Con l'estrogeno cresce il seno, ma in alcune persone di più, in altre meno. Questo processo può però durare anni. La libido e anche le erezioni (spontanee) diminuiscono. I testicoli si riducono e producono meno sperma. La terapia ormonale non ha effetto sul timbro della voce.

Questi cambiamenti variano enormemente da persona a persona e possono anche non verificarsi. Le donne trans\* che hanno già passato la pubertà maschile non potranno purtroppo cancellare alcuni cambiamenti irreversibili che questa ha determinato: soprattutto la statura, l'ampiezza delle spalle, la dimensione delle mani ecc. rimangono immutate.

## **Interventi e altre misure**

**Aumento del seno (mastoplastica additiva):** se il seno non dovesse ancora aver raggiunto le dimensioni desiderate, è possibile aumentarlo con impianti. È importante parlare con la persona che effettua l'operazione in merito al risultato che si desidera ottenere e a quali tecniche operative e protesi possono essere presi in considerazione. Non dimenticare che le protesi devono essere sostituite dopo alcuni anni.

**Interventi a livello genitale:** testicoli e pene possono essere rimossi con un intervento chirurgico. Con la loro pelle vengono formate una neo-vagina, il clitoride e anche le labbra interne ed esterne. Nella maggior parte dei casi la sensibilità e la capacità di raggiungere l'orgasmo vengono mantenute. È però anche possibile rimuovere soltanto i testicoli. L'intervento genitale è molto delicato e vale la pena scegliere un chirurgo con molta esperienza. Per questo motivo molti decidono di rivolgersi a una clinica all'estero.

**Epilazione:** a seconda del loro colore, i peli della barba vengono eliminati mediante depilazione laser, con l'epilazione ad ago o una combinazione dei due. Per questo processo occorrono alcune sedute. Attenzione: il costo del trattamento presso un'estetista non viene assunto dalla cassa malati.

**Voce:** una voce più femminile può essere ottenuta accorciando le corde vocali mediante un'operazione oppure con un allenamento logopedico. La qualità dei risultati in seguito all'accorciamento delle corde vocali è varia, così come per altri interventi di allineamento. Attraverso sedute di logopedia è possibile allenarsi a parlare con un timbro di voce più alto e femminile. Queste sedute devono però essere accompagnate da un intenso allenamento anche a casa. Così facendo, alcune donne trans\* riescono a riprodurre un timbro di voce femminile.

**Interventi chirurgici per la femminilizzazione del viso (*facial feminization surgery*):** questi interventi si riferiscono a varie tecniche che servono a far apparire il viso più femminile, particolarmente alterando le ossa del viso (per



esempio mento e zigomi). Questo tipo d'intervento viene offerto soprattutto all'estero (negli Stati Uniti e in Thailandia, ma anche in Europa).

**Riduzione del pomo d'Adamo:** il pomo d'Adamo può essere ridotto mediante abrasione.

**Capelli:** i capelli caduti possono essere rinfoltiti con un trapianto di capelli. Per quanto riguarda le parrucche, vale la pena richiedere una valida consulenza e acquistare un modello di buona qualità che abbia un aspetto naturale. Attenzione: i costi delle parrucche non vengono rimborsati dalla cassa malati; è però possibile richiedere la copertura tramite l'assicurazione invalidità.

**«Mi sto informando sulle possibilità di allineamento. A dire il vero, le cicatrici e le complicazioni di alcune operazioni sono pazzesche. Parlarne con altri uomini trans\* però mi aiuta molto»** Ivan, 27

## ***Opzioni per la mascolinizzazione del corpo***

### **Terapia ormonale**

L'ormone che determina la mascolinizzazione del corpo è il testosterone. Il preparato contenente testosterone è disponibile sotto forma di gel da applicare sulla pelle o in fiala, da iniettare. Quale preparato funziona meglio e quanto lo si usa dipende da persona a persona.

Di regola il testosterone è sufficiente, ma se così non fosse e se le mestruazioni non dovessero cessare dopo qualche mese, è inoltre possibile assumere dei bloccanti dell'estrogeno.

Il testosterone ha numerosi effetti: fa aumentare i peli del corpo e crescere la barba. Rende la pelle più ruvida e il timbro di voce più basso. Le mestruazioni s'interrompono dopo alcuni mesi, il clitoride aumenta di dimensione. Il corpo diventa più muscoloso, il viso e il corpo diventano più maschili. Questi effetti sono decisivi, poiché dopo un anno circa di assunzione di testosterone (a volte è però necessario un po' più di tempo), gli uomini trans\* vengono riconosciuti come uomini.

Nel primo anno possono aumentare l'acne (brufoli) e la traspirazione, e si possono verificare ritenzioni idriche e dolori muscolari. Con il passare del tempo, s'intensifica la crescita della barba e dei peli del corpo. Dopo alcuni anni di testosterone anche gli uomini trans\* devono fare i conti con

la perdita di capelli e con la calvizie, a seconda della loro predisposizione genetica. Tanti uomini trans\* riferiscono di un maggior desiderio sessuale, e alcuni segnalano anche cambiamenti a livello emotivo (per esempio di piangere meno).

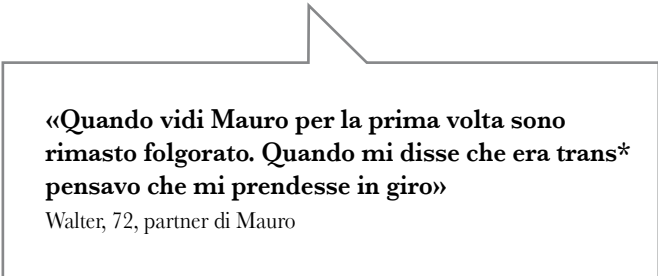
Bisogna tuttavia tener conto che tutti questi cambiamenti variano da persona a persona e non si manifestano per tutti gli uomini trans\* allo stesso modo.

Il timore che il testosterone possa causare cancro agli organi sessuali femminili non è ancora stato provato. Controlli preventivi regolari dovrebbero però essere ovvi e frequenti quanto quelli effettuati dalle donne cis.

### **Interventi chirurgici**

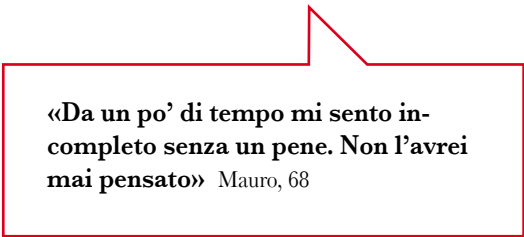
**Rimozione del seno (mastectomia):** il seno può essere rimosso chirurgicamente e allo stesso tempo può essere formato un petto maschile. Nel caso di seni grandi, al termine dell'operazione rimangono cicatrici visibili sul torso. Nel caso di seni piccoli (fino alla taglia B circa) può essere sufficiente un piccolo taglio sul capezzolo che non lascia segni. Spesso però è possibile riconoscere che il petto è stato operato, in particolare se la persona aveva seni grandi.

**Rimozione dell'utero e delle ovaie (isterectomia e ovariectomia):** questi tipi di intervento sono analoghi a quelli a cui si sottopongono le donne cis e quindi non è necessario rivolgersi a medici specializzati in interventi su uomini trans\*.



**«Quando vidi Mauro per la prima volta sono rimasto folgorato. Quando mi disse che era trans\* pensavo che mi prendesse in giro»**

Walter, 72, partner di Mauro



**«Da un po' di tempo mi sento incompleto senza un pene. Non l'avrei mai pensato»** Mauro, 68

**Metoidioplastica e falloplastica (costruzione di un neo-fallo):** attraverso l'intervento di metoidioplastica, il clitoride cresciuto a causa del testosterone assunto viene «esposto» chirurgicamente, in modo da diventare più visibile e mobile. L'uretra può essere estesa e riposizionata nel neo-fallo. In alcuni casi ciò permette di urinare in piedi. Spesso la vagina viene asportata e chiusa nel corso della stessa operazione.

Per la falloplastica si asporta della pelle da un'altra parte del corpo, spesso dall'avambraccio o dalla schiena. La base del neo-fallo è costituita dal clitoride, per cui la capacità di raggiungere l'orgasmo può essere mantenuta. La penetrazione può essere possibile grazie all'impianto di una pompetta che irrigidisce l'organo quando si preme un pulsante, o inserendo nell'organo una cannula che irrigidisce il neo-fallo. L'eiaculazione non è possibile. L'aspetto del neo-fallo diverge in ogni caso da quello di un organo genitale di un uomo cis.

In entrambi gli interventi è possibile inserire impianti nelle grandi labbra per formare dei testicoli.

La falloplastica in particolare è un intervento delicato, che soltanto pochi ospedali in Svizzera offrono. Sono numerosi i pazienti che soffrono di complicazioni post-operatorie e devono essere sottoposti a più interventi. Tanti uomini trans\* scelgono di non sottoporsi a interventi genitali. In ogni caso è consigliabile confrontare le varie possibilità offerte da diversi chirurghi, anche all'estero.







## Situazione legale in Svizzera

**Tutte le persone trans\* hanno il diritto di vivere conformemente alla propria identità di genere. Ciò significa che, per esempio, ogni uomo trans\* ha il diritto di vestire in modo maschile, di richiedere che la posta sia indirizzata a «Signor XYZ» o di usare il bagno degli uomini. E tutto questo a prescindere dai cambiamenti legali, dall'assunzione di ormoni o dagli interventi a cui la persona si è sottoposta.**

Per le persone trans\* che non hanno la cittadinanza svizzera o non sono assicurate in Svizzera, la situazione può essere diversa da quella descritta qui di seguito. Se hai domande in merito, puoi rivolgerti alla consulenza legale di TGNS.

«Per fortuna posso vivere come uomo, anche senza sottopormi a interventi e quant'altro. Non appena avrò fatto il coming out al lavoro, richiederò che il mio nome venga cambiato in Ivan» Ivan, 27

### Cambiamento del nome e del sesso ufficiali

Nella maggior parte dei casi, il nuovo nome scelto può essere usato anche prima del cambiamento ufficiale. Soltanto nei documenti ufficiali (passaporto, carta d'identità, licenza di condurre, etc.) rimane il nome ufficiale. Il nome può essere cambiato assieme al sesso ufficiale o separatamente. Se si cambia soltanto il nome, l'iscrizione del sesso nei documenti ufficiali rimane invariata; ciò significa che, per una donna trans\*, i documenti (per esempio il passaporto) riporteranno: «Sara Miranti, sesso maschile». Per cambiare il nome occorre rivolgersi all'amministrazione del Cantone di residenza.

Il nuovo nome non deve essere chiaramente femminile o maschile. Le persone con identità di genere non binarie, per esempio, possono esprimere questa identità anche attraverso una combinazione di nomi femminili, maschili e/o neutrali.

In aggiunta al nome, le persone trans\* possono cambiare anche il proprio sesso ufficiale. Per fare ciò occorre rivolgersi al tribunale del luogo

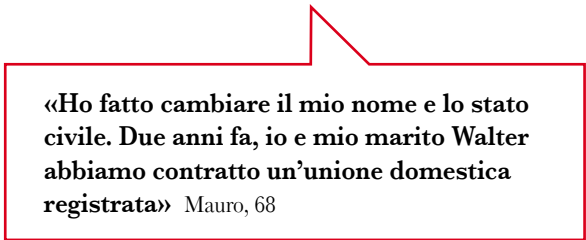
in cui si risiede. In Svizzera, è possibile registrare come sesso ufficiale solamente le due varianti «femminile» o «maschile»: avere un altro sesso o nessun sesso non è legale.

Per avviare la procedura di cambiamento, occorre solitamente dimostrare che la persona ha cominciato un allineamento del corpo. Per il cambiamento del sesso, i tribunali ogni tanto richiedono che la persona si sia sottoposta a operazioni che impediscano di avere figli o di procreare. In realtà, i tribunali non hanno alcun diritto di pretendere ciò, e per fortuna questi casi stanno diminuendo. Ai tribunali non è neanche permesso richiedere lo scioglimento di un vincolo matrimoniale o di un'unione civile. Non può essere imposto neanche il mutamento di un matrimonio in un'unione domestica registrata.

Raccomandiamo alle persone trans\* che non hanno intrapreso interventi di allineamento del genere e che sono ancora in grado di procreare, di consultare la consulenza legale TGNS prima di richiedere i cambiamenti.

Dopo il cambiamento del sesso ufficiale, gli uomini trans\* vengono considerati uomini e le donne trans\* donne a tutti gli effetti. Per esempio, una donna trans\* può sposare un uomo. Tutti i contratti stipulati con il vecchio nome (affitto o contratto di lavoro) rimangono validi.

Anche i minorenni hanno il diritto di cambiare il proprio nome e il sesso ufficiale e possono richiedere il cambiamento loro stessi. Inoltre, anche le persone trans\* a cui vengono riscontrate disabilità mentali possono richiedere il cambiamento. Possono richiedere i cambiamenti anche le persone trans\* senza la cittadinanza svizzera, che però risiedono in Svizzera. Tuttavia, a seconda della nazionalità, potrebbe essere più facile effettuare il cambiamento nel Paese di origine.



**«Ho fatto cambiare il mio nome e lo stato civile. Due anni fa, io e mio marito Walter abbiamo contratto un'unione domestica registrata»** Mauro, 68



## **Cassa malati**

Di norma, l'allineamento medico è consentito, a prescindere che la cassa malati copra i costi o meno.

I costi vengono generalmente coperti dall'assicurazione generale, ma soltanto se tutti i requisiti legali sono soddisfatti. Ciò vale per la terapia ormonale, per gli interventi chirurgici e per altre misure mediche, per esempio le sedute presso un o una logopedista. Le spese per l'epilazione vengono assunte solamente se le sedute vengono effettuate in uno studio medico, ma non presso centri estetici. A volte, tuttavia, la cassa malati non copre le spese per l'epilazione se prima non ci si è sottoposti a una terapia ormonale e a interventi chirurgici.

Per l'assunzione dei costi vengono richieste la diagnosi di «transessualità» o «disforia di genere» e una conferma che la persona si trova in una situazione invivibile senza la misura richiesta.

In alcuni casi, la cassa malati può richiedere di avere raggiunto almeno i 25 anni di età e/o che si sia seguita una terapia psicologica per due anni prima di pagare le spese per gli interventi chirurgici. Se però si dovesse ricevere una diagnosi certa prima di due anni, in linea di massima gli interventi dovrebbero essere presi a carico. Possono sorgere difficoltà se si desiderasse effettuare interventi senza o prima della terapia ormonale oppure se la cassa malati ritiene che un intervento non sia necessario (per esempio un ingrandimento del seno quando il seno si è già sviluppato in seguito all'assunzione degli ormoni).

Fare ricorso contro il rifiuto della richiesta di rimborso con l'aiuto di un/una psichiatra o un avvocato è possibile, ma consigliamo di chiarire in anticipo le possibilità di successo nel proprio caso.

Spesso gli interventi chirurgici all'estero non vengono coperti dall'assicurazione generale. Soltanto se interventi particolari non vengono offerti in Svizzera o se quelli offerti in Svizzera presentano un rischio per la salute molto più elevato può capitare che l'assicurazione se ne assuma le spese.

In alcune circostanze, le assicurazioni complementari possono pagare i costi. In ogni caso può essere molto indicato fare eseguire interventi chirurgici, in particolare quelli genitali, da specialisti all'estero.

**«I miei genitori sono spettacolari: infatti non ce l'avrei fatta a lottare da sola contro la cassa malati»** Lara, 17

## **Discriminazione, violenza e outing**

Le persone trans\* non possono essere discriminate dallo Stato o sul posto di lavoro a causa della loro identità di genere. Vale a dire che è inammissibile che tu venga trattato\_a diversamente da altre persone non trans\* senza alcuna ragione plausibile. Tuttavia in Svizzera non esiste un divieto generale contro la discriminazione di persone trans\* nell'ambito privato. Quindi, se per esempio dovessi essere discriminato\_a da una persona privata all'interno di un'associazione, in un negozio o durante il processo d'affitto di un appartamento, non disponi di alcun mezzo per poterti difendere legalmente.

Il diritto penale vieta a tutti di attaccare persone trans\* verbalmente o fisicamente. Purtroppo però numerose persone trans\* devono far fronte, prima o poi, a reazioni negative oppure violente a causa della loro situazione.

Se dovessi aver subito discriminazioni o violenze, rivolgiti a servizi di consulenza, come per esempio quelli di TGNS. Queste organizzazioni ti consiglieranno anche come segnalare l'attacco alla polizia. Sul sito web [LGBT+ Helpline](#) (Centro di notifica per la violenza omofoba e transfobica) puoi segnalare in modo anonimo casi di discriminazione e violenza.

La legge protegge la tua sfera intima e privata. Solo tu decidi chi può sapere informazioni personali sul tuo conto, per esempio che sei trans\*, a quali interventi medici ti sei sottoposto\_a o quale era il tuo vecchio nome.

Anche medici e personale di cura non possono esaminare il tuo corpo senza fornirti una valida ragione. Il tuo corpo appartiene a te, e solo tu decidi chi può letteralmente «guardare nelle tue mutande, nel tuo binder o nel tuo reggiseno».

## **Richiedenti l'asilo**

Se si è in pericolo nel proprio Paese d'origine perché si è trans\* e non si viene protetti dallo Stato, si può richiedere l'asilo in Svizzera. Le richieste di asilo di persone trans\* sono però rare e dunque le autorità competenti spesso non sanno come comportarsi nei rapporti con persone trans\* nei centri di asilo, durante il processo di asilo, ecc. Alle persone trans\* richiedenti l'asilo raccomandiamo di lasciarsi consigliare dalla consulenza legale di TGNS.

## **Posto di lavoro**

Sul posto di lavoro nessuno può essere discriminato perché è trans\*. Licenziamenti, tagli salariali o trasferimenti in una posizione gerarchicamente più bassa perché si è trans\* non sono ammessi. Il divieto, per una donna trans\*, di vestirsi con gli stessi vestiti femminili, di avere un taglio di capelli e di truccarsi come le colleghe (o, per gli uomini trans\*, di vestirsi con gli stessi vestiti maschili come i colleghi nella stessa posizione) è soltanto ammesso in casi eccezionali.

Spesso la situazione diventa complicata e difficile in ambienti quali lo spogliatoio, i locali doccia e il bagno. I datori di lavoro devono partecipare a trovare una soluzione pratica che metta a suo agio la persona trans\* e le infonda sicurezza, tenendo però conto delle esigenze dei colleghi e delle colleghe. Raccomandiamo dunque di cercare il dialogo per trovare soluzioni pragmatiche che soddisfino tutte le parti coinvolte.

Quando s'inoltra una candidatura per una richiesta di lavoro, non occorre indicare che si è trans\*, a meno che questa informazione non sia importante per l'impiego.

Se non si ha ancora cambiato ufficialmente il nome e il sesso, al più tardi prima della stipulazione del contratto bisognerà tuttavia rivelare questo fatto.

Le lettere di referenza devono essere redatte in modo tale che dal testo non si possa capire che la persona è trans\*: devono quindi riportare il nuovo nome e il sesso corrispondente. Allo stesso modo, è possibile chiedere ai datori di lavoro precedenti di rilasciare nuovi certificati di lavoro con i dati personali aggiornati. Lo stesso vale per i diplomi scolastici.

In ogni Cantone è attivo un organo di conciliazione, conformemente alla legge sulla parità dei sessi, a cui le persone trans\* possono rivolgersi in caso di discriminazione in ambito lavorativo.





Transgender  
Network  
Switzerland



## Libri e film

Potete trovare ulteriori informazioni su [www.transgender-network.ch/it](http://www.transgender-network.ch/it) e in questi libri e film:

### Libri

*Rauchfleisch, Udo, Transsexualität – Transidentität*

Un classico. Introduzione al tema dal punto di vista psicologico (in tedesco)

*Rauchfleisch, Udo: Anne wird Tom – Klaus wird Lara: Transsexualität/Transidentität verstehen*

Descrizione e spiegazioni ben comprensibili. Con molti consigli ed esempi pratici (in tedesco)

*Brill, Stephanie / Pepper, Rachel: The Transgender Child – A handbook for Families and Professionals*

Guida intelligente e pragmatica per il rapporto con bambini\_e e giovani trans\* (in inglese)

**Fortè! Una guida per parenti di persone trans\***

Guida scritta da familiari di persone trans\*, scaricabile dal sito Internet di TGNS.

### Film

*Documentari*

*Entre il et ailes* (Between Two Spirit)

Ritratto di una professoressa trans\* della Svizzera francese (versione originale in francese, sottotitoli in inglese).

*L'ordre des mots* (Binding word)

Ritratto di sei attivisti\_e trans\* francesi (versione originale in francese, versione inglese)

*Fille e garçon, mon sexe n'est pas mon genre*

Documentario su uomini trans\* che riflettono la propria situazione sociale e politica (in varie lingue, sottotitoli in tedesco e francese)

*Transparent*

Documentario su uomini trans\* negli USA che sono genitori di bambini\_e (in inglese)

*Vite Divergenti: storie di un altro genere*

Un racconto corale fatto dalle voci e dai volti di 14 persone che attraversano l'identità transessuale e transgender ognuna a modo proprio.

# Glossario

**Androcur:** → Bloccante del testosterone.

**Binder:** corpetto aderente per uomini trans\* che s'indossa sotto i vestiti in modo che il seno risulti (più) piatto.

**Bloccante del testosterone:** medicamento a base ormonale che blocca gli effetti del testosterone.

**Bloccante dell'estrogeno:** medicamento a base ormonale che blocca gli effetti dell'estrogeno e, ad es., interrompe le mestruazioni.

**Bloccanti della pubertà:** medicinali con cui interrompere la pubertà a livello fisiologico. Con l'interruzione dell'assunzione, la pubertà prosegue.

**Cambiamento del nome:** cambiamento ufficiale del nome (anche → cambiamento dello stato civile).

**Cambiamento dello stato civile:** termine usato dalle persone trans\* per il cambiamento del sesso ufficiale (femminile/maschile) e del nome.

**Cis (persone cis):** persone la cui identità di genere corrisponde al sesso loro assegnato alla nascita. In poche parole, la maggior parte delle persone (cis = non trans\*).

**Coming out:** comunicare ad altre persone che si è trans\* (o lesbica, gay, ecc.).

**Crossdresser:** → travestito\_a.

**Dispositivo di minzione (STP, *stand-to-pee device*):** una sorta di imbuto o un → *packer* con un dispositivo che permette di urinare in piedi.

**Donna trans\*:** donna che alla nascita è stata identificata come maschio a causa del suo corpo.

**Drag king/Drag queen:** in origine serviva a designare artisti\_e che, sul palco, imitavano in modo esagerato gli stereotipi femminili (drag queen) o maschili (drag king). Oggigiorno il termine include diverse varianti dello styling maschile/femminile sul palco o nella vita quotidiana.

**Endocrinologia:** campo della medicina specializzato nella terapia ormonale.

**Epilazione:** eliminazione duratura dei peli del viso e del corpo.

**Estrogeno:** ormone sessuale femminile.



**Falloplastica:** intervento chirurgico attraverso cui viene formato un → neo-fallo.

**FFS:** abbreviazione di *facial feminization surgery*. Un intervento con cui il viso viene reso più femminile.

**Gender gap:** termine usato, nella lingua tedesca, per spiegare il significato del trattino basso «\_» (ad es. *Pfleger\_in*, che vuole tener conto delle persone con identità di genere non binarie).

**Ginecologia:** campo della medicina specializzato nella fisiologia e patologia inerenti all'apparato genitale femminile.

**HRT:** abbreviazione di *hormone replacement therapy*. Terapia ormonale seguita dalle persone trans\*.

**Identità di genere:** coscienza interiore del sesso a cui si sente di appartenere.

**Identità trans\*:** termine alternativo di trans\* che indica che trans\* non è un aspetto della sessualità, ma dell'identità.

**Inter\*/Intersex:** situazione delle persone il cui sesso corporeo non può essere classificato a secondo delle norme fisiologiche di corpo maschile o femminile.

**Libido:** desiderio sessuale.

**Logopedia:** terapia che premette, tra l'altro, di allenare la voce, spesso seguita dalle donne trans\* per avere una voce più femminile.

**Mastectomia:** rimozione del seno e formazione di un petto maschile attraverso un intervento chirurgico.

**Metoidioplastica:** intervento chirurgico genitale in cui il clitoride viene ingrandito e, in alcuni casi, l'uretra viene allungata e posizionata nel neo-fallo.

**Neo-fallo:** pene formato attraverso la falloplastica o la metoidioplastica.

**Neo-vagina:** vagina formata attraverso un intervento chirurgico (vaginoplastica).

**Non binari:** tutti i generi che non sono esclusivamente maschili o femminili. Pronomi non binari sono ad es. loro.

**Orientamento sessuale:** sesso/identità da cui si è attratti, ad es. omosessuale (interesse per persone dello stesso sesso), bisessuale (interesse per uomini e donne), eterosessuale (interesse per l'altro sesso) o pansessuale (interesse per tutti i sessi).

**Outing:** situazione in cui una persona svela che qualcuno è trans\* (o lesbica, gay, ecc.) senza il permesso della persona trans\* (o lesbica, gay, ecc.).

**Outing forzato:** situazione in cui una persona è obbligata a comunicare a qualcuno di essere trans\* (o lesbica, gay, ecc.). Per le persone trans\* questo succede quando i documenti ufficiali presentano ancora il vecchio nome.

**Packer:** pene in plastica che si indossa sotto le mutande per creare un rigonfiamento. Esistono modelli che permettono di urinare in piedi.

**Pansessualità:** il fatto di essere attratti da persone di tutti i sessi (non soltanto uomini o donne).

**Passing:** dall'inglese «to pass» (passare un esame, passare attraverso); significa essere percepiti da persone sconosciute conformemente alla propria identità di genere. Se una donna trans\* viene percepita da uno sconosciuto come donna, allora «passa». Il fatto di «passare» è spesso determinante per l'integrazione nella società.

**Penectomia:** rimozione del pene.

**Persona trans\*:** persona che non si identifica (o si identifica soltanto parzialmente) con il sesso attribuitole alla nascita.

**Push down:** mutande attillate oppure nastro adesivo per far aderire il pene contro il corpo in modo che non si veda alcuna protuberanza.

**Queer:** uno stile di vita e una teoria che prendono in considerazione identità di genere e orientamento sessuale senza categorie come uomo/donna o etero/omo/bi. Può inoltre riferirsi a un atteggiamento socio-politico che critica queste categorie.

**Sesso registrato:** sesso ufficiale.

**Sterilizzazione:** intervento per rendere una persona incapace di procreare. Gli interventi di sterilizzazione più comuni sono la rimozione chirurgica delle ovaie o dei testicoli.

**Stuffer:** → *packer*

**Test della quotidianità:** in passato alle persone trans\* che volevano sottoporsi all'allineamento medico del corpo veniva richiesto di vivere almeno un anno nel ruolo del sesso desiderato. Questa pratica è ormai superata. Testosterone: ormone sessuale maschile.

**Trans\*:** non sentirsi appartenente o soltanto parzialmente al sesso a cui si è stati assegnati alla nascita. Trans\* sostituisce termini come → transgender, → identità trans\*, → transessualità.

**Transessualità:** termine medico che definisce l'essere trans\* come un disturbo mentale. Questo punto di vista è ormai obsoleto. Il termine è stato oggetto di critiche poiché trans\* non ha niente a che fare con la sessualità/l'orientamento sessuale.

**Transgender:** → trans\*.

**Transizione:** processo dell'allineamento sociale, legale e/o medico del corpo all'identità di genere.

**Travestito\_a:** persona che, per diversi motivi, si veste con vestiti dell'altro sesso. Travestiti\_e sono spesso persone che, alla nascita, sono stati identificati come uomini.

**Tucking:** → *push down*.

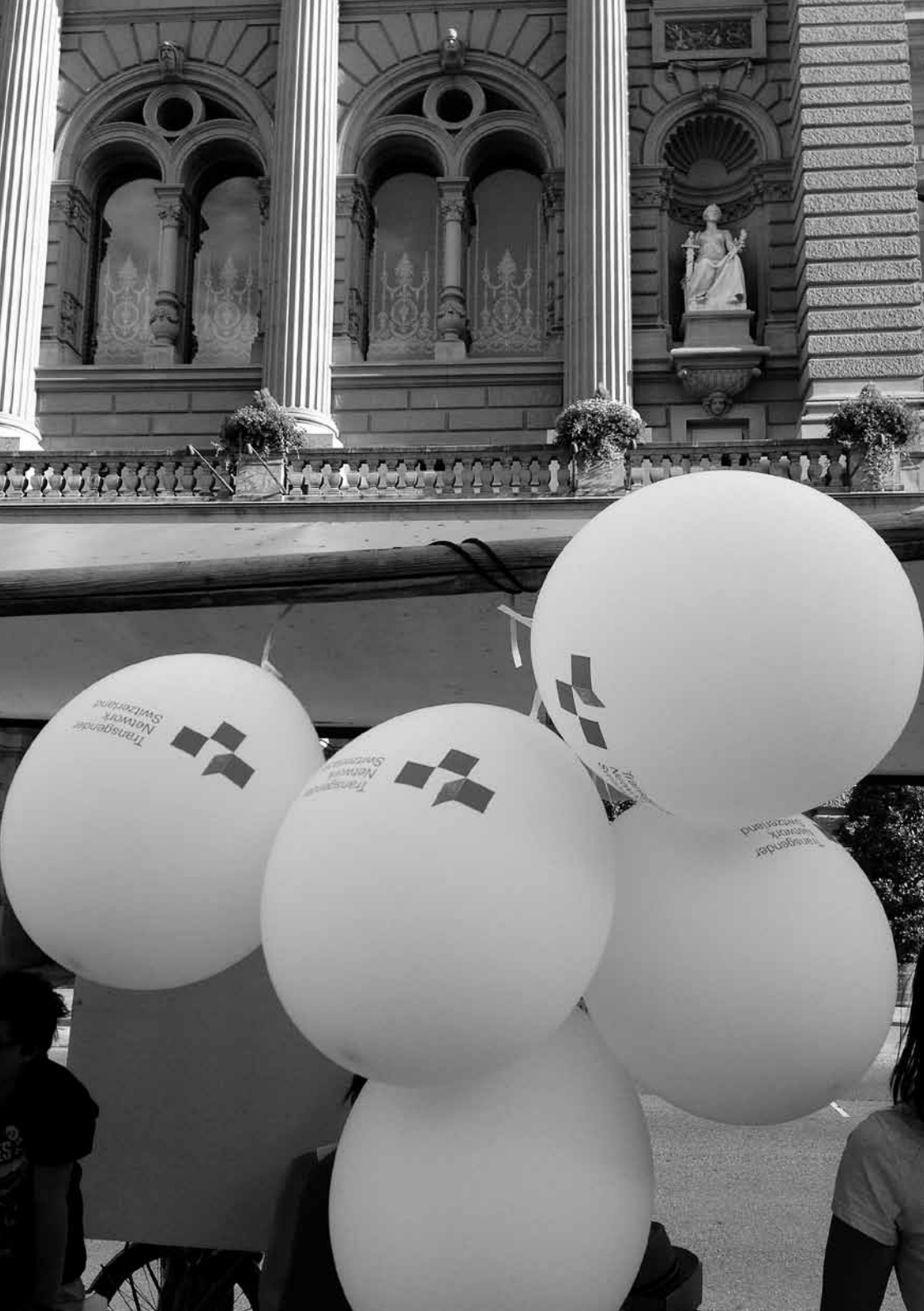
**Uomo trans\*:** uomo che alla nascita è stato identificato come donna a causa del suo corpo.

**Urologia:** campo della medicina specializzato nella patologia della vescica e nella fisiologia dell'apparato genitale maschile.

**Vaginoplastica:** intervento durante il quale viene formata una → neo-vagina.



Transgender  
Network  
Switzerland







# Transgender Network Switzerland (TGNS)

L'associazione Transgender Network Switzerland è un'organizzazione a livello svizzero da e per persone trans\*. Il TGNS è stato fondato nel 2010. La società si impegna per il miglioramento della situazione delle persone trans\* in Svizzera. Oltre a ciò, TGNS difende gli interessi di persone trans\* nell'ambito della politica e della società, e assiste i media e il pubblico con sapere specializzato ed esperienza. L'organizzazione è attiva soprattutto in Svizzera, ma è anche in contatto con attivisti\_e trans\* di altri paesi e membro dell'organizzazione Transgender Europe (TGEU).

L'associazione offre inoltre un servizio di consulenza sul tema trans\* come anche possibilità di contatto tra persone trans\*, gruppi locali e organizzazioni. Ai giovani o ai familiari di persone trans\*, per esempio, viene offerta la possibilità di condividere le proprie esperienze in merito a questo tema. TGNS organizza regolarmente eventi come il congresso trans\*, tenutosi per la prima volta nel 2013 a Berna.

Transgender Network Switzerland  
CH-8000 Zurigo  
info@tgns.ch  
www.tgns.ch



Transgender  
Network  
Switzerland

## Colophon

A cura di Transgender Network Switzerland

Testi: Team editoriale TGNS

Traduzione: Francesco Papini

Fotografie: Michelle Biolley, Martin Bichsel come anche fotografie private messe a disposizione ad hoc

Allestimento: Hannah Traber

Stampa: Abächerli Media SA, Sarnen

Prima edizione tedesca: Agosto 2016

Prima edizione italiana: Settembre 2017

© Transgender Network Switzerland, 8000 Zurigo, 2016

Stampato con il supporto di







Transgender Network Switzerland  
CH-8000 Zurigo  
[www.transgender-network.ch](http://www.transgender-network.ch)