



APRENENT A ESTIMAR-NOS MÉS
ENLLÀ DEL MODEL. IMATGE
CORPORAL, AUTOESTIMA I BENESTAR



Els nostres cossos, els nostres drets

4. APRENENT A ESTIMAR-NOS MÉS ENLLÀ DEL MODEL IMATGE CORPORAL, AUTOESTIMA I BENESTAR

Índex de continguts

DESCRIPCIÓ

Objectius generals

4.1. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: EL MEU MODEL I ELS QUE M'ENVOLTEN

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

Una cultura del cos. Informació per al professorat.

Llibertat. Informació per al professorat

4.1.1. Què és per a mi la masculinitat i la feminitat EBC

4.1.2. Els models que m'envolten EBC

4.1.3. Evolució de la bellesa masculina i femenina EBC

4.1.4. Els consells del doctor Vander EBC

4.2. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: DONES, ESPORT, MUSCULATURA I FEMINITAT

Esport dietètic. Informació per al professorat.

4.2.1. Em va deixar perquè tenia més músculs que ell EBC

4.2.2. Dones culturistes trans 2EBC

4.2.3. La primera maratoniana EBC

4.2.4. Futbolistes i campiones EBC

4.3. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: HÒMENS I ACTIVITATS "FEMENINES"

La sobrevaloració d'allò masculí. Informació per al professorat

4.3.1. Gimnàstica rítmica i artística masculina EBC

4.3.2. Tango *queer* EBC

4.3.3. És solament talent EBC

4.3.4. Ballar com un home EBC

4.4. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: LA PLOMA I LA PLUMOFÒBIA

Qui té ploma? Informació per al professorat

4.4.1. La masculinitat/feminitat que hi ha en mi EBC

4.4.2. La ploma EBC

4.4.3. L'ambigüitat asiàtica: MissTer i The Hoopers EBC

4.4.4. Homofòbia internalitzada 2EBC

4.4.5. Passar, que complicat 2EBC

4.5. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I

DISSIDÈNCIES: GORDOFÒBIA

Gordofòbia. Informació per al professorat

4.5.1. *My Mad Fat Diary* 2EBC

4.5.2. Pinkie Pig, una bloguera apoderada 2EBC

4.5.3. Pesa el doble que jo EBC

4.5.4. Un cos indecent EBC

4.5.5. "La gorda": música apoderadora 2EBC

4.6. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: DIVERSITAT FUNCIONAL

Diversitat funcional i sexualitat. Informació per al professorat

El capacitisme i la teoria Crip. Informació per al professorat.

4.6.1. "A quién le importa" 2EBC

4.6.2. Parelles i diversitat intel·lectual 2EBC

4.6.3. Qui és perfecte? Uns maniquins alternatius EBC

4.6.4. Educació sexual per a tothom EBC

4.6.5. No estem en la llista de convidats! EBC

Els nostres cossos, els nostres drets

4.7. ANORÈXIA, BULÍMIA, VIGORÈXIA, GINECOMÀSTIA...

4.7.1. La sexualització de les xiquetes EBC

4.7.2. Anna i Mia EBC

4.7.3. Per a princeses i prínceps de tot el món EBC

4.7.4. Vigorèxia EBC

4.7.5. Ginecomàstia 2EBC

4.8. AUTOESTIMA I IMATGE CORPORAL

De què està formada l'autoestima. Informació per al professorat

La imatge corporal. Informació per al professorat

4.8.1. Testant l'autoestima 2EBC

4.8.2. Problemes d'autoestima E

4.8.3. Lloant-nos E

4.8.4. Què deixen de fer aquestos joves? E

4.8.5. Les persones que admire E

4.9. TRANSFORMACIONS CORPORALS: ELS PÈLS

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

Una societat disfòrica. Informació per al professorat.

Sexualitat i modificació corporal. Informació per al professorat.

La performativitat de gènere. informació per al professorat.

4.9.1. És antihigiènic! EBC

4.9.2. Pareu la deforestació! 2EBC

4.9.3. Princeses amb els cabells curts E

4.9.4. Un any sense depilar-se EBC

4.10. TRANSFORMACIONS CORPORALS: BODYBUILDING I MUSCULATURA

4.10.1. L'esport que fem EBC

4.10.2. *Fitness* per a xiques 2EBC

4.10.3. *Fofisans* i grosses EBC

4.11. CIRURGIA ESTÈTICA

4.11.1. Curt "Supervenus" 2EBC

4.11.2. Cirurgia vaginal i vulvar 2EBC

4.11.3. La cirurgia més íntima 2EBC

4.11.4. La tinc xicoteta 2EBC

4.11.5. Mida i plaer E

4.12. MAQUILLATGE I COMPLEMENTS

4.12.1. Pots ser supermascle i maquillar-te EBC

4.12.2. Els *beauty boys*, experts en maquillatge per a hòmens 2EBC

4.12.3. Els sostenidors 2EBC

4.12.4. #Postureo E

4.12.5. Dissimular la violència EBC

4.13. CIRURGIA DE REAFIRMACIÓ SEXUAL. BINDERS I ALTRES PRÒTESIS

La transsexualitat com a categoria mèdica. Informació per al professorat

El sistema sexe-gènere. Informació per al professorat

4.13.1. Un cos equivocat? 2EBC

4.13.2. Llei trans valenciana 2EBC

4.13.3. Infantesa, cossos i identitats EBC

4.13.4. Infantesa i variació de gènere EBC

4.13.5. De Lucas a Luu EBC

4.13.6. Trànsit, un model despatologitzador

4.13.7. 10 Trans FtM d'èxit 2EBC

4.13.8. Youtubers trans 2EBC

4.13.9. *Binders* 2EBC

4.14. INTERSEXUALITATS

Intersexualitats. Informació per al professorat.

4.14.1. S'ha de tallar! EBC

4.14.2. El fal·lòmetre 2EBC

4.14.3. Blogs d'intersexualitat EBC

4.14.4. Intersexy 2EBC

4.15. ANDROCENTRISME I

L'APRENTATGE DE LA INCOMPLETESA

Sóc xica perquè no tinc... Informació per al professorat

Relació amb els genitals. Informació per al professorat

4.15.1. Les nenes no tenen pilila E

4.15.2. Els nens fan pipi i les nenes caca E

4.15.3. Lammily, una nina diferent E

4.15.4. Deconstrucció de joguines EBC

4.16. REALITAT VS. PERFORMANCE. CONSTRUINT LA DESIGUALTAT

Els nostres cossos, els nostres drets

La construcció de la desigualtat. Informació per al professorat i per a l'alumnat

4.16.1. Lady Di i Carlos EBC

4.16.2. L'ocupació dels espais: manspreading o eixancarrament EBC

4.16.3. She or he? 2EBC

4.16.4. Drag Kings 2EBC

4.16.5. Disfòria de gènere 2EBC

4.16.6. Em dic Pol i vull ser un home diferent 2EBC

Els nostres cossos, els nostres drets

APRENENT A ESTIMAR-NOS MÉS ENLLÀ DEL MODEL. IMATGE CORPORAL, AUTOESTIMA I BENESTAR

El bloc 4 conté informació essencial per a l'autoacceptació i el qüestionament crític dels manaments socials que embolcallen –sovint mitjançant violències– la nostra percepció del cos i la seua posada en escena.

En aquest sentit, la píndola informativa que inaugura el bloc ofereix una reflexió del tot necessària abans d'entrar en més detalls: vivim en una cultura on tots i totes transformem els nostres cossos en diferents graus. En altres paraules, tots els cossos són dissidents en major o menor mesura, pel simple fet que el model corporal hegemònic al qual ens veiem exposats des de menuts i, doncs, inevitablement voldríem emular, se sustenta sobre un ideal difícilment abastable, no sempre saludable i de vegades violent.

Aquest viatge durant el qual evidenciem les violències sobre la nostra imatge corporal i autoestima, però on també mostrarem dissidències i resistències per viure més feliços amb nosaltres mateixos, s'inicia amb l'apartat 4.1, **Models corporals hegemònics i dissidències: el meu model i els models que m'envolten**, el qual desplega una sèrie d'activitats al voltant de l'observació crítica dels models que ens envolten, i de com aquests models –per increïble que pugui parèixer al jovent de hui en dia– han evolucionat al llarg de la història.

L'apartat 4.2, **Models corporals hegemònics i dissidències: dones, esport, musculatura i feminitat**, se centra en les dones i en el

tabú social amb el qual aquestes es troben quan decideixen muscular-se o dedicar-se plenament a l'esport com a activitat de lleure o bé professional. En aquesta línia, l'apartat 4.3, **Models corporals hegemònics i dissidències: hòmens i activitats "femenines"**, mostra l'experiència similar que viuen els xics quan els seus interessos s'encaminen cap a activitats i esports com el ball o la gimnàstica rítmica. Així mateix, l'apartat 4.4, **Models corporals hegemònics i dissidències: la ploma i la plumofòbia**, descriu i combat la plumofòbia, un altre dels assetjaments i sancions socials que es dispara quan algú desafia el binarisme ni que siga a través de petits detalls; i és que, per exemple, a ningú li passarà desapercbut un xic amb gestualitat tradicionalment associada al comportament femení.

L'apartat 4.5, **Models corporals hegemònics i dissidències: gordogòbia**, tracta de la fòbia a la grossària –disfressada sovint de recomanacions per a la salut– i com aquesta dèria per un ideal físic sense fissures ni lloc per a la dissidència s'acarnissa especialment amb les xiques i la seua autoestima corporal.

La diversitat funcional és protagonista en l'apartat 4.6, **Models corporals hegemònics i dissidències: diversitat funcional**, educant-nos sobre com els cossos neuroatípics i/o normoatípics són també cossos sexuals, però que tradicionalment han estat bandejats, infantilitzats i/o considerats no atractius per la nostra societat.

L'apartat 4.7, **Anorèxia, bulímia, vigorèxia, ginecomàstia...**, lúdia amb desajustaments com l'anorèxia, la bulímia o la vigorèxia, nefastes conseqüències que sovint té aquest desig d'encaixar en el model hegemònic tradicional. Finalment, aquest primer bloc d'apartats dedicat a mostrar la importància del cos en la nostra cultura i en la nostra subjectivitat, tanca amb l'apartat 4.8, **Autoestima i imatge corporal**. Les activitats de 4.8 estan encaminades a evidenciar que una autoestima desajustada pel que fa al cos ens pot portar a fer coses que no voldríem i a perdre'ns coses que ens agradaria viure. L'autoacceptació és fonamental, així com també el fet de prendre consciència que, si bé ho pensem, probablement aquelles persones que més admirem no és pas pel seu cos, sinó per altres valors més duradors i enriquidors.

L'apartat 4.9, **Transformacions corporals: els pèls**, inicia una sèrie d'apartats dedicats a mostrar aspectes concrets d'imatge corporal i transformació per a adequar-se als estàndards de normalitat corporal, sempre partint de la premissa segons la qual tothom sotmet el seu cos a canvis en major o menor mesura, sovint mitjançant dinàmiques que bordegen el mal tracte amb nosaltres mateixos. Vivim, en definitiva, en una societat disfòrica, visió contrària als discursos tradicionals sobre el fet trans, per als quals només naixen en cossos equivocats les persones trans i, fruit d'aquesta equivocació, s'esdevé la modificació corporal. Aquest primer apartat dedicat als pèls, descriu

Els nostres cossos, els nostres drets

i denuncia la injusta estigmatització dels pèls, especialment en les dones.

La pressió també s'aguditza en els homes quan es tracta de musculatura i *bodybuilding*, cas que treballa l'apartat 4.10, **Transformacions corporals: *bodybuilding* i musculatura**. La cirurgia estètica, procediment enormement invasiu, representa un esglaió més en aquesta conquesta impossible del model hegemònic. L'apartat 4.11, **Cirurgia estètica**, se'n fa ressò, i sotmet a reflexió la deriva *mainstream* que estan agafant les cirurgies genitals, especialment en les dones cis. El **maquillatge i els complements**, tractats en l'apartat 4.12, si bé no constitueixen una intervenció física en el nostre cos com sí que ho és la cirurgia estètica, proveeixen una perspectiva molt marcada quant al gènere; així doncs, la plumofòbia o la sanció social estan garantides si no se segueixen els cànons d'ús estipulats per a certs complements o tipus de maquillatge.

L'apartat 4.13, **Cirurgia de reafirmació sexual. Binders i altres pròtesis**, ofereix informació sobre les modificacions corporals i els complements –per exemple, *binders*– dels quals les persones trans fan ús en major o menor mesura. La realitat intersexual ens arriba de la mà de l'apartat 4.14, **Intersexualitats**, en què es vol conscienciar de les violències i mutilacions a les quals la encara se sotmet les persones intersexuals.

L'apartat 4.15, **Androcentrisme i l'aprenentatge de la incompletesa**, cobreix la pervivència de la discriminació en forma d'androcentrisme, i posa llum a la violència simbòlica naturalitzada que fa que les dones perceben els seus cossos com a inadequats i/o inferiors als dels barons. Així, s'explica, per exemple, la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos i, especialment, amb els seus genitals.

Finalment, **Realitat vs. performance**. Construint la **desigualtat**, tanca aquest bloc. L'apartat 4.16 tracta sobre la performativitat del gènere i la construcció de la desigualtat. Per tal d'il·lustrar aquests aspectes, es mostren algunes experiències, com per exemple, les *drag kings*, que evidencien els mecanismes masculins d'ocupació de l'espai, entre d'altres.

Els nostres cossos, els nostres drets

APRENENT A ESTIMAR-NOS MÉS ENLLÀ DEL MODEL. IMATGE CORPORAL, AUTOESTIMA I BENESTAR

Objectius generals

- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals, i mostrar les conseqüències (sovint negatives) que té la pressió social contra els cossos no normatius en les relacions afectivosexuals.
- Denunciar la discriminació dels cossos no normatius: persones grosses, amb diversitat funcional, hòmens femenins, dones masculines...
- Evidenciar la pressió social per a adequar-se als estàndards de normalitat corporal.
- Ajudar els adolescents perquè puguin qüestionar les imposicions corporals i tinguen ferramentes per a combatre la gordofòbia, la plumofòbia o altres fòbies, i per a acceptar i celebrar la diversitat corporal, pròpia i aliena.
- Apoderar els/les joves amb cossos no normatius.
- Animar el jovent a actuar davant dels insults o qualsevol tipus de discriminació cap a les persones amb corporalitats no hegemòniques.
- Celebrar la diversitat corporal pròpia i aliena.

Els nostres cossos, els nostres drets

Una cultura del cos

Informació per al professorat

Els cossos sempre han tingut la seua història i uns significats que han variat al llarg dels temps. És cridaner que avui dia estar bronzejat siga molt valorat, mentre que en el passat estar blanc/a era senyal de la puresa de les dones o de l'estatus social elevat de qui no havia de treballar per a viure. També ho és el contrast entre els cossos redons de les dones renaixentistes o els rostres maquillats, amb perruques i tacons dels hòmens en el Barroc. Un acostament superficial a la manera de mostrar-nos podria fer pensar que només és qüestió d'estètica; però la cultura del cos no és un aspecte superficial de la cultura, sinó que respon a la necessitat dels membres de tota societat d'autorregular-se per a poder integrar-se socialment. El cos no és un aspecte superficial sinó vital; i és clau perquè expressa la nostra capacitat d'autocontrol i el nostre estil de vida.

La sociòloga Patrícia Soley-Beltran explica que la nostra identitat ha passat d'estar basada en la família o en el grup professional a què pertanyíem, a l'aparença del cos; per això ens sentim responsables de cercar la nostra identitat i d'expressar-la mitjançant l'aspecte. "Aprendre a controlar el cos i el seu aspecte exterior és la primera escola de corporalització simbòlica de la identitat i de la conducta que regeix a tots els membres de la societat", afirma l'autora. El culte al cos és ara per ara senyal de cura personal. Per exemple, una xica que no es depile les aixelles serà socialment considerada una "guarra", i d'una persona que s'ha engreixat, es dirà que no es cuida o que "s'ha abandonat".

Més enllà de nàixer amb unes característiques o unes altres, el cos s'ha convertit en una mena de producte social que cal elaborar, i per a aquesta construcció necessitem una gran inversió de temps, d'esforç i sovint de diners. La novetat del món actual és que disposem de nous mitjans per a transformar-nos en qui volem ser. Per exemple, els avanços tecnològics ens ofereixen productes d'estètica més eficaços, gimnasos plens de màquines per a esculpir-nos, suplementos nutricionals, hormones per a masculinitzar o feminitzar els cossos... Els avanços mèdics en cirurgia permeten modificacions corporals impensables fa unes dècades: estiraments facials, liposuccions, implants de pit o de glutis, vaginoplasties, allargaments de penis... A més a més, els discursos mèdics, que sovint van de la mà de la poderosa indústria farmacèutica, els mitjans de comunicació de masses, el món de la moda... són al mateix temps una ajuda i un referent, però també una pressió perquè ens adequem als estàndards de normalitat social que es presenten com a bells, naturals i saludables.

El cos masculí de moda ha de ser alt, musculós i atlètic. El cos femení ha de ser prim i voluptuós, tonificat però sense múscul. Els hòmens no poden realitzar activitats femenines com ballar o practicar esports femenins, i en el món dels esports masculins, el masclisme i l'homofòbia continuen ben vius (*No jugueu com les xiques!, No correu com a mariquites!*). Les dones esportistes, especialment si es tracta de jocs tradicionalment masculins, es topen

amb dificultats i han de lluitar contra clares discriminacions i contra estereotips sexistes que continuen ben vius (*Les xiques no tenen força; Una dona amb músculs no és femenina!*). A més a més, les xiques amb expressions de gènere masculines i els xics amb expressions de gènere femenines pateixen assetjament escolar, i són insultats des de menuts per ser considerats homosexuals, molt abans que ells o elles sàpiguen a qui desitjaren o estimaran. I és que quan es parla de "tindre ploma" només es pensa en els gestos o les expressions corporals de qui no respon a la suposada normalitat, aquella que considera quins són els moviments propis d'un home i quins són els propis d'una dona. I no podem estar de parlar de les persones amb diversitat funcional, cossos que encara s'anomenen "discapacitats" (menys capaços) i que no es consideren ni sexuals ni desitjables.

Amb tots aquests models i amb totes aquestes pressions han de lidiar les/els nostres adolescents. Alguns d'ells són conscients que la inadequació al model no és problema seu, sinó de la rigidesa del model; però altres no qüestionen els estàndards de normalitat i viuen la fantasia que són lliures de triar com modelar el seu cos al gust de la moda. Per a uns i per a altres estan pensats aquests materials: perquè la inadequació no esdevinga falta d'autoestima i perquè la llibertat siga de veritat *informada*.

Els nostres cossos, els nostres drets

Llibertat

Informació per al professorat

Jo em vist com vull! diuen sovint les persones adolescents fent gala de la llibertat que creuen ostentar. De vegades la gent major també pensa que la joventut és més lliure (*Si nosaltres haguérem tingut les oportunitats, la informació... que teniu ara!*). Però amb informació no hi ha prou perquè aquesta s'ha de convertir en coneixement. Deia Nietzsche que la finalitat de l'educació és posar en el món persones més lliures. Però la llibertat no és un concepte estàtic, sinó que augmenta o disminueix segons com actuem, és a dir, la llibertat no és quelcom que es té, sinó que s'ha de guanyar cada dia. Efectivament, hem ampliat el territori del jovent facilitant-los la vida (major apertura d'horaris, benestar material, major cura i dedicació...), però hem de donar-los sobretot els mitjans intel·lectuals, afectius i relacionals perquè puguin exercir la seua llibertat amb responsabilitat. Com podran ser elles i ells mateixos tenint al davant uns models de bellesa que generen ansietat i inseguretat?

Les xiques han estat educades per a agradar, sense posar l'èmfasi en l'aspecte saludable de l'autocura. Les converses entre dones en els gimnasos versen sovint de les calories que es perden practicant determinat esport, i no de la importància de l'exercici per a la salut, o simplement la diversió o el plaer que proporciona l'esport. Als xics, la progressiva entrada en el món de la moda i de la cosmètica està també objectualitzant-los. Tanmateix, la preocupació per l'estètica es considera encara "femenina" o pròpia dels homosexuals. A més,

n'hi ha molts comportaments de risc que són definits com a masculins. Per exemple, en els esports es menysprea el dolor i les lesions, i s'incita els barons a sacrificar els propis cossos per a guanyar. La masculinitat tradicional no estimula actituds d'autocura, i en l'edat adulta continuen sent les dones les que s'encarreguen majoritàriament de la cura de les criatures i dels hòmens malalts. Per al model hegemònic, un home de debò sap que ho és perquè no és una dona, i perquè és més fort que aquestes, tant físicament com emocionalment. La masculinitat tradicional ensenya els barons a no comportar-se com les dones, si no volen ser ridiculitzats o criticats; a no demanar ajuda i a arriscar-se sense mesurar-ne les conseqüències.

Diu Sònia Reverter que "hem convertit el cos en un parc temàtic fet de somnis aliens i estandarditzats, en carn retallada i amassada al gust d'un paradigma". Les xiques han de seguir sent les seductores Barbies (amb carrera) i els xics, els forts Gladiadors (sense l'ESO però amb un bon treball). Tanmateix, eixir d'ací és prou més complicat que criticar l'aparent superficialitat dels "musculats" o de les "nines". En l'actualitat, noves i poderoses instàncies com la medicina o la publicitat han substituït el discurs religiós en la tasca de conformar cossos i vides, i no és gens fàcil qüestionar els models que se'ns ofereixen amb el parany de poder-los triar lliurement. Vivim immersos en una època en què la imatge és més important que mai, però en general no ens preocupem o no sabem com ensenyar la joventut a analitzar-la amb sentit crític.

Reflexionar sobre l'evolució dels models de bellesa al llarg del temps i prendre consciència dels models actuals, i de com aquests influeixen i mediatitzen les tries personals, és una bona manera d'ajudar el jovent a estimar-se corporalment i a defensar-se de les imposicions exteriors.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.1. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: EL MEU MODEL I ELS QUE M'ENVOLTEN

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.1.1. Què és per a mi la masculinitat i la feminitat EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Feminitat(s)

#Expressió de gènere

#Intolerància per gènere

Desenvolupament

Individualment, dibuixeu el cos d'un home nu que represente per a vosaltres la masculinitat. I el d'una dona nua que represente la feminitat. Després escriviu, al voltant de la figura, paraules que definisquen o identifiquen aquestos models, per exemple: *sexí, fort, musculós, prima...*

Formeu grups de 4-5 i compartiu els vostres dibuixos.

Posteriorment, realitzeu un debat al voltant de les qüestions següents.

Preguntes per a dinamitzar el debat: Quines són les característiques més comunes del model de masculinitat i de feminitat? És el mateix model per a tota la classe o hi ha diversitat? Com ens fa sentir assemblar-nos al model? Com ens fa sentir ser persones alternatives? És important oposar-se al model conscientment?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.1.2. Els models que m'envolten EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Expressió de gènere

#Intolerància per gènere

Desenvolupament

Porteu a classe revistes o premsa escrita. És important que hi haja no solament revistes del cor, de moda... (més típicament adreçades al públic femení) sinó també revistes de motor, esportives, de videojocs... (més típicament adreçades al públic masculí).

Per grups, feu una selecció d'imatges que us criden l'atenció o que us agraden, retalleu-les i apegueu-les en un gran paper continu (o en dos, si ho preferiu). A una banda posareu els personatges masculins, i a l'altra els femenins. De cada personatge eixirà una bafarada on haureu d'escriure una frase que imagineu que està dient a l'espectador.

Una vegada apegades totes les imatges en el paper, eixireu i explicareu a la classe el vostre o els vostres personatges, atenent als aspectes següents: edat, pes, alçada, ètnia, color de pell, cabells, parts del cos destacades, roba, postura corporal, expressió de la cara (emocions que expressa), etc.

També llegireu la frase en veu alta. Si us animeu, podeu imitar la postura del personatge i dir la frase al mateix temps.

Podeu preparar una graella que replegue els personatges i els seus trets i que una

parella de secretaris/es l'ompliguen amb la informació que van donant els companys i les companyes.

Posteriorment, realitzeu un debat al voltant dels models de masculinitat i feminitat hegemònics.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.1.3. Evolució de la bellesa masculina i femenina EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Comenteu, en gran grup, els vídeos de l'evolució de la bellesa masculina i femenina. No us oblideu d'assenyalar quines implicacions per a la salut tenen els diferents models?

- "USA Men (Samuel) | 100 Years of Beauty - Ep 12 | Cut". Mostra l'evolució de la bellesa masculina en els darrers 100 anys a través de la transformació del model Samuel Orson.
- "Belleza femenina a lo largo de la historia"
- "Appearance Ideal – Canadian French" (Dove-Selfsteem Project). Evolució de la moda en el segle XX.

Per grups, busqueu informació sobre l'embenat de peus a la Xina (peus de lotó), les dones coll de girafa, l'ablació del clítoris, els tatuatges i perforacions labials, auriculars i nassals de les tribus americanes. A més de l'explicació, anoteu quina era (és) la justificació sociocultural per a aquestes pràctiques?

Suggerim fer l'activitat per grups i que cadascun d'ells busque informació sobre un dels temes i l'explique a la classe.

[Nota per al professorat. Els motius que duen a realitzar aquestes pràctiques són variats; però és important destacar també com algunes d'aquestes mutilacions es fan perquè la persona resulte més atractiva. La bellesa, ja ho hem dit en altres apartats, és cultural i diferent per a cada persona, grup social, ètnia o època.]

Els nostres cossos, els nostres drets

4.1.4. Els consells del doctor Vander EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Feminitat(s)

#Identitat de gènere

#Intolerància per gènere

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Comenteu les recomanacions del llibre *Enfermedades y trastornos en la vida conyugal: Cómo resolver los múltiples problemas de la vida íntima* (1958), obra del famós doctor Adrian VANDER, naturòpata alemany que va publicar més de 40 llibres.

El doctor Vander va dir:

"Tens algunes característiques poc virils? Aquestos són els trets de feminitat que més freqüentment es troben en els hòmens poc masculins. A l'actualitat, quasi tots els hòmens tenen una barreja d'un o d'un altre d'aquestos signes. Reconeixent aquestos trastorns a temps, generalment poden curar-se mitjançant un tractament adequat."

Elaboreu una graella amb les característiques físiques i de caràcter que no ha de tindre un home i una dona, per a Vander. Afegiu una columna on heu d'escriure les característiques saludables per a Vander. Per exemple, si posa "Andar suave y blando", escriureu, per exemple: "caminar decidit i ferm".

En lloc de la graella, podeu escriure un text explicant com han de ser un home i una dona "normals" i "saludables" per a Vander, explicant la relació entre els cossos i el caràcter.

Qüestions

1. Quines d'aquestes recomanacions perviuen avui dia?
2. Hi ha molta diferència entre els models de masculinitat i feminitat als anys seixanta i els models actuals?
3. Responeu a les qüestions que planteja Vander: *Tens algunes característiques poc femenines/masculines? Ets 100% femenina/masculina?*
4. Elegiu 5 característiques iguals o diferents a les de Vander i escriviu 5 frases seguint aquest model: "Tinc els peus i les cames llargues i n'estic ben orgullosa" (xica); "Col·labore en les feines de casa i n'estic ben orgullós" (xic).
5. Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

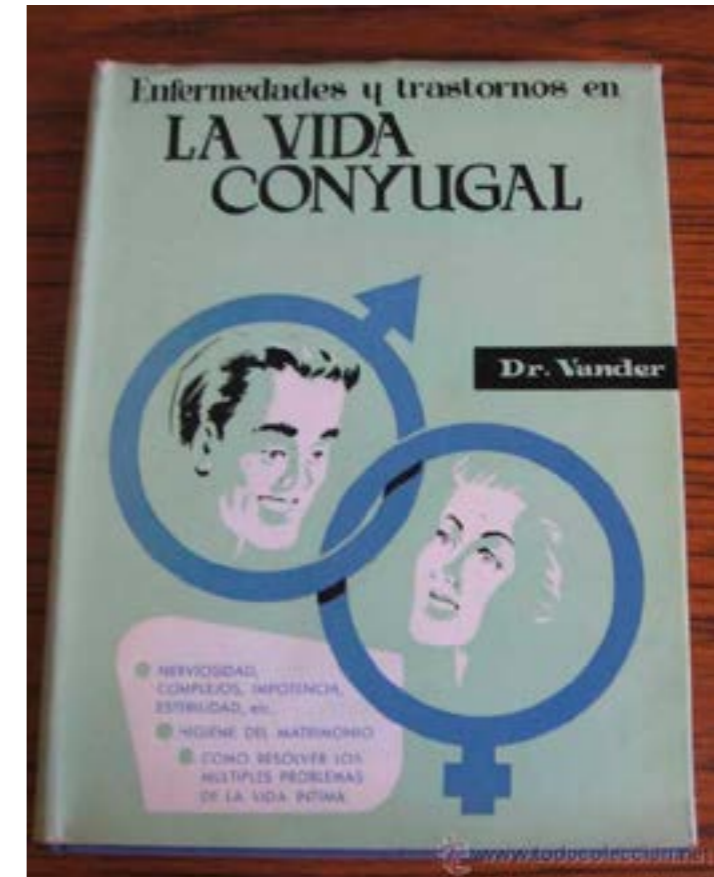
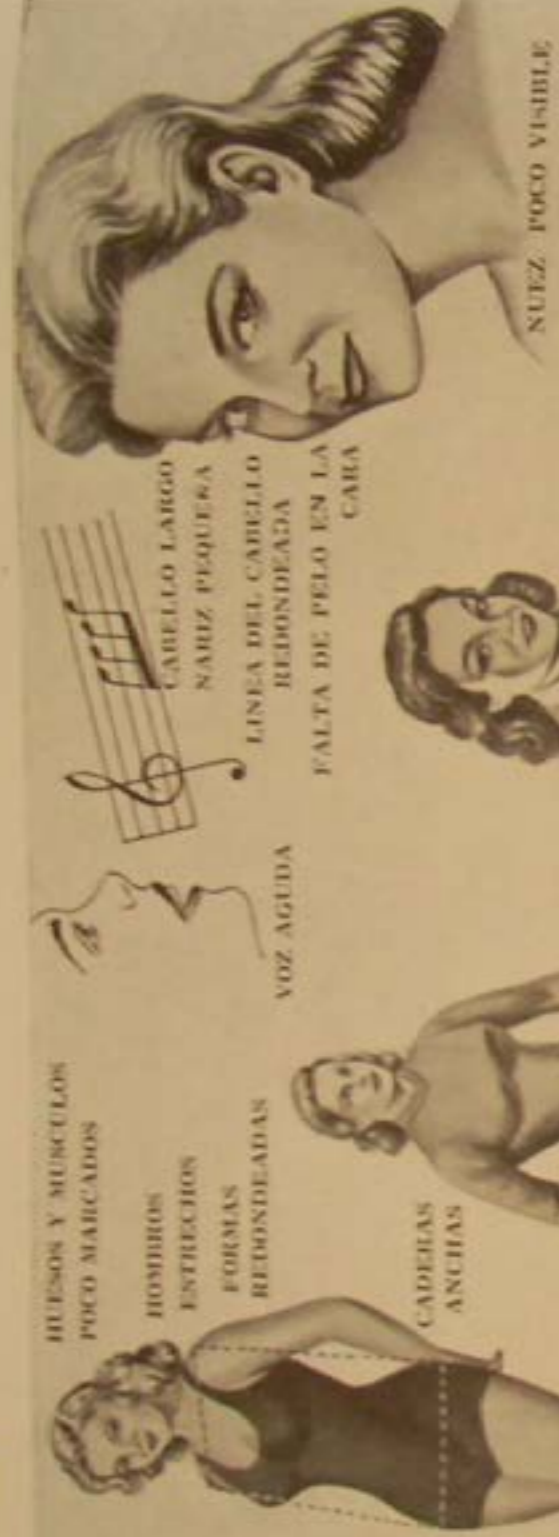


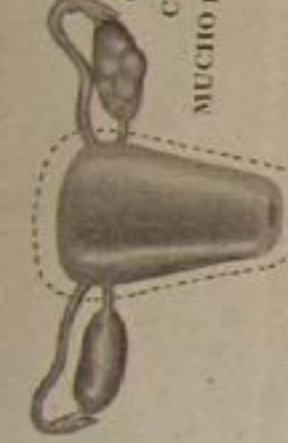
Lámina 17



¿ES USTED 100 POR 100 FEMENINA? — He aquí los principales caracteres de la mujer femenina. En el texto explicamos el origen de estos caracteres, sus trastornos y el modo de corregir éstos.



PECHOS PEQUEÑOS



MATRIZ INFANTIL

FRENTE AMPLIA
Y CON ENTRADAS
CEJAS GRUESAS
CABELLO CORTO
CARA ANGULOSA
MUCHO PELO EN LA CARA

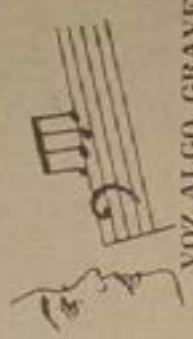


NUEZ MARCADA

HOMBROS ANCHOS
CADEERAS ESTRECHAS



POCA AFICION A LOS QUEHACERES DOMESTICOS

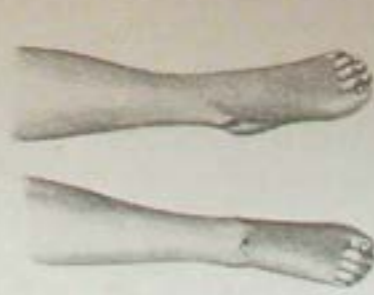


VOZ ALGO GRAVE



ANDAR RIGIDO Y CON PASEO
LARGO

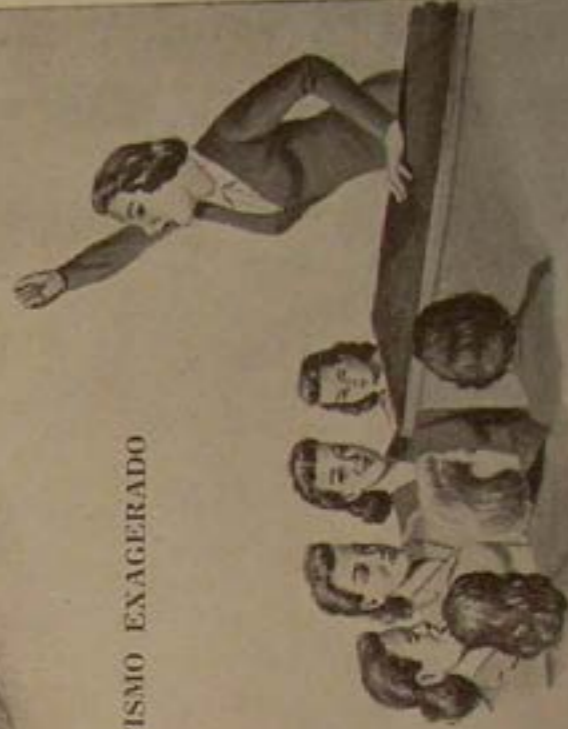
PIES Y MANOS GRANDES
PIERNAS LARGAS



EROTISMO EXAGERADO



TENDENCIA A MANDAR Y A DIRIGIR



IDEAS DE EMANCIPACION

¿TIENE USTED ALGUNAS CARACTERÍSTICAS POCO FEMENINAS?

— En esta lámina ilustramos las características masculinas que con más frecuencia se mezclan en las mujeres, y que en muchos casos revelan un trastorno que puede curarse.

¿TIENE USTED ALGUNAS CARACTERÍSTICAS POCO VARONILES?

Lámina 16



PIEL,
BLANCA Y FINA
POCO DESARROLLO
MUSCULAR
ABUNDANTE GRASA
BAJO LA PIEL



ESCASEZ DE PELO EN LA CARA
CUELLO LARGO Y CILINDRICO SIN NUEZ
MARCADA



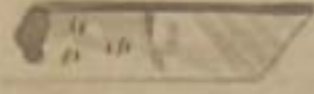
HOMBROS ESTRECHOS Y
REDONDEADOS
CADERAS ALGO ANCHAS



VOZ
AGUDA



ANDAR SUAVE Y BLANDO



VANIDAD



TIMIDEZ



AFICION
A LOS TRABAJOS DE LA CASA



PECHOS
ABULTADOS

¿TIENE USTED ALGUNAS CARACTERÍSTICAS POCO VARONILES?

— Estas son las características de feminidad que con más frecuencia se encuentran en los hombres poco varoniles. En nuestros tiempos casi todos los hombres tienen mezcla de uno u otro de estos signos. Reconociendo estos trastornos a tiempo generalmente pueden curarse mediante un tratamiento adecuado.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.2. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: DONES, ESPORT, MUSCULATURA I FEMINITAT

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

Esport dietètic

Informació per al professorat

En general, l'educació patriarcal convida les dones a practicar l'esport dietètic, és a dir, aquell que serveix per a cremar calories i per a aprimar-se. La salut, la diversió, l'evasió, la socialització o el plaer queden sovint en segon lloc, i fer esport per estar forta és simplement impensable. Els missatges no solament vénen de la publicitat o de la moda, sinó de l'entorn proper. És normal que es pregunte a una dona que va al gimnàs si ja ha començat l'*operació bikini*; per contra, és més estrany sentir la mateixa pregunta adreçada a un home que se'n va a jugar al pàdel amb els amics. També sol passar que una xica prima siga acusada d'irresponsable per fer esport (*Què vols, envolar-te? Però si no se't veu de perfil!*). En els hòmens es considera "natural" l'exercici físic; en conseqüència alguns xics viuen com una obligació haver de practicar esports i ser forts i competitius. El model corporal femení és un model sense múscul, i per descomptat, fer exercici només per plaer és quasi una raresa. Per contra, el model masculí ha de ser musculós, i l'esport és un espai de socialització masculina molt important que condemna a l'aïllament social a qui no el practica.

El model corporal i les pràctiques recomanables per a ells i per a elles formen part d'un sistema més ampli que afecta també l'oci i el temps lliure. Una xica jove contava que va passar part de la seua infantesa gaudint de practicar gimnàstica rítmica, activitat que li prenia gran part de les vesprades. Les amigues li

digueren un dia que s'havia perdut la infantesa i la preadolescència. Per contra, molts xics passen les vesprades jugant al futbol o amb el monopatí, i ningú no els diria que han perdut la infantesa. Més bé al contrari, es considera normal que tinguin aquest temps lliure d'oci per a ells i en general se'ls demana menys implicació que a les xiques en les tasques de casa.

És important promoure activament la pràctica de l'esport en les dones, tenint en compte tots els condicionants que hi ha en contra de tal pràctica (cossos no femenins, obligacions familiars, masclisme...). Sense llevar-li valor a la pràctica esportiva masculina, hem de rebaixar la pressió per la competitivitat i eliminar la misogínia i l'homofòbia que de vegades acompanyen el món esportiu. També hem d'obrir el ventall d'activitats masculines, per exemple, la rítmica o artística, i fer possible també que els patis escolars s'obliguen a altres activitats físiques a més del futbol.¹ També hem de fer una aposta clara per la bellesa dels cossos femenins forts i musculats, i per la dels cossos masculins sense múscul. En aquest sentit, són admirables, per exemple, les feminitats musculoses que encarnen algunes dones trans que no es conformen a "passar" desapercebudes com a dones sinó que lluiten contra els estereotips reivindicant altres models. I, per descomptat, hem de seguir denunciant la desigualtat de gènere en els esports.

¹ Sobre l'ús de l'espai no igualitari, recomanem la lectura de: SUBIRATS, Marina i TOMÉ, Amparo (2007). *Balones fuera: reconstruir los espacios des de la coeducación*. Octaedro.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.2.1. Em va deixar perquè tenia més músculs que ell EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Esport](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

En grups de 4, llegiu i comenteu el text que Jenny (alumna de primer de Batxillerat) va deixar a l'entrada del blog Karícies [No juguéis como niñas](#).

Heu rebut missatges pareguts? Coneixeu persones que els han rebut per part de la família, amigats, parelles...?

Individualment o per parelles, escriviu una resposta a Jenny. Compartiu-les amb el vostre grup i trieu-ne una per a llegir-la en veu alta. També podeu compartir, si ho desitgeu, les experiències personals.

Posteriorment, trieu un/a portaveu, i poseu en comú les vostres idees amb el grup classe.

Comentari. [Jenny Campoamor](#)

Aquest vídeo i aquesta entrada m'han impressionat moltíssim ja que és la realitat i jo personalment sé el que és practicar esport sent una dona. En el meu cas, jo practicava natació a un nivell competitiu alt des dels sis anys, però també em vaig veure obligada a deixar-ho perquè tot el món em criticava dient que estava

molt forta, que era un "home vestit de dona", que cap xic es fixaria en mi, etc. Vaig formar part d'aquell equip des dels sis anys fins al quinze. I no fa molt, a penes un any, vaig intentar retornar, però el que era el meu nóvio va amenaçar-me de deixar-me i posava excuses del tipus: "estaràs més forta que jo", "una dona no pot tindre més múscul ni força que un home", "quan competies tenies un cos que em feia vomitar" etc. Malgrat tot això, vaig intentar retornar, i en a penes dos mesos em varen oferir una prova per a la selecció valenciana, un somni per a mi que vaig menysprear pel meu nóvio. Jo sóc una xicona a qui li encanta l'esport i que cada dia practica i ara fa un mes el meu nóvio em va deixar perquè tenia més músculs que ell.

El que vull dir amb tot això és que no sabeu com em penedisc d'haver fet cas al que em deia la gent, com em jutjaven i jo que els feia cas. Les dones tenim els mateixos drets que els hòmens i no totes som iguals, a unes ens agrada l'esport mentre que a altres el que més els importa és anar a la moda i passar tota l'estona amb el seu nóvio o emborratxar-se. Sí que és cert que hi ha moltes desigualtats però si nosaltres fem cas de tot el que ens diuen, i quan ens diuen que deixem de practicar el nostre esport els fem cas de seguida, mai aconseguirem que ens respecten ni tindre una igualtat digna i amb els mateixos avantatges que els hòmens.

El poc que tenim fins ara és gràcies a la lluita de moltes dones esportistes i, si nosaltres seguim lluitant, aplegarà el dia en què ens respecten i aconseguirem que ens tracten com mereixem.
31.10.14

Els nostres cossos, els nostres drets

4.2.2. Dones culturistes trans 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Trans*](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Anglés](#)

[#Esport](#)

[#Identitat de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

Per grups, busqueu informació sobre les dones culturistes trans Chris Tina Bruce, Janae Marie Kroczaleski, Chloie Jonsson i l'home culturista trans Meet Shawn Stinson. Cada grup heu d'explicar quina ha sigut la vida d'una de les quatre persones.

[Si l'alumnat no troba informació, o a més de la que hi aporten, podem donar-los els enllaços següents:

- En el vídeo [Transgender Bodybuilder in the Gym](#) (en anglés) Chris Tina Bruce ens explica el seu dia a dia, l'entrenament al gimnàs, etc.
- Janae Marie Kroczaleski és especialment interessant perquè es defineix com a "no binarista". Hi ha molts vídeos en anglés a la xarxa, però podem veure aquest en castellà [MATT KROC es ahora JANAÉ MARIE II De BODYBUILDER A TRANSEXUAL II POWERLIFTING 2015](#). També podem llegir l'article en anglés [What It's Like to Come Out As a Transgender Bodybuilder](#).

- La culturista Chloie Jonsson ha denunciat recentment la federació de culturisme perquè no la deixa competir com a dona en els CrossFit Games. [Aquest](#) és l'enllaç al seu Instagram.

- En aquest vídeo [Transgender bodybuilding champion wins again](#) (en anglés) podem veure Meet Shawn Stinson, jove que va guanyar el primer premi de culturisme FTM Fitness World Annual Bodybuilding Competition, que se celebra des de 2014.

Després de cada exposició, o al final, obrim el debat.]

Idees per al debat: és important destacar la valentia de les dones trans, per a les quals seria més fàcil encarnar models de feminitat tradicionals.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.2.3. La primera maratoniana EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Feminitat(s)

#Esport

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Comenteu el vídeo "La historia de Kathrine Switzer", que explica la història de Cathrine Switzer, la primera dona que, el 1967, va participar en una marató a Boston, quan encara estava prohibit per a les dones. L'estructura cooperativa "full giratori" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions:

1. Quins motius hi havia per a no deixar participar les dones en aquest tipus de carreres? Perviuen aquestos motius en l'actualitat?
2. Quina és la situació de l'esport femení en l'actualitat?
3. Quins són els entrebancs (econòmics, socials i també personals) que hi ha avui dia i que dificulten que l'esport femení estiga al mateix nivell que el masculí?
4. Valoreu la importància de les persones que donen suport a Switzer i que podem anomenar "aliades".
5. Tens amigues que pateixen discriminació en l'esport? Et comportes com un/a aliat/ada?

Posteriorment, poseu en comú les idees de les qüestions plantejades.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.2.4. Futbolistes i campiones EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Esport](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

Desenvolupament

Comenteu, per parelles, la notícia: [“Un equip femení de Lleida fa història al guanyar una lliga masculina de futbol”](#) 2/4/2017. Aporteu experiències pròpies o d'amistats que practiquen aquest esport (o altres). Compartiu els vostres comentaris amb una altra parella. Després, poseu-les en comú amb el grup classe.

Comenteu el resum de la notícia següent: [“Panini comercialitzarà el àlbum de cromos del Mundial de futbol”](#). (Diari Marca, 4/5/15)

Text. Cromos de jugadores

Panini i la FIFA han anunciat el llançament d'un àlbum de cromos amb motiu de la celebració de la Copa del Món de futbol femení que tindrà lloc al Canadà del 6 de juny al 5 de juliol de 2015. Aquesta empresa italiana té els drets exclusius per a produir i vendre l'àlbum oficial de cromos del Mundial de futbol des de 1970, i la primera vegada que hi inclogueren dones fou en el de la Copa del Món d'Alemanya 2011. Com que va ser un èxit, ara repeteixen.

L'àlbum constarà de 56 pàgines, amb espai per a 478 adhesius, i es comercialitzarà en 25 països diferents, des de mitjan mes de maig i fins a

esgotar existències. 24 països, entre aquests Espanya, hi estaran representats. Homare Sawa, Abby Wambach, Marta Vieira da Silva, Nadine Angerer o Vero Boquete en són algunes de les escollides. A que no et sonen de res? Però d'això, elles no en tenen la culpa. S'entrenen dur, com els seus homòlegs masculins, però no cobren ni la desena part, ni se'ls dona el protagonisme que mereixen.

Aquest àlbum de cromos és només una xicoteta mostra d'un reconeixement que s'hauria d'estendre molt més. Com les estimarem si no les coneixem? Com les valorarem si els que decideixen què mereix tindre èxit no els dediquen ni un minut ni una línia als mitjans de comunicació?



Debat en xicotet grup sobre la discriminació de les dones en l'esport. Idees per al debat: els demanarem que es fixen en les fotografies, en la seua masculinitat i/o feminitat i en les conseqüències socials de no encarnar una feminitat hegemònica.

[Nota: És important que parlen no solament de la discriminació sinó dels models corporals, de la por a perdre la “feminitat” pel fet de practicar un esport. També de l'opinió dels xics heterossexuals o bisexuals sobre les xiques que practiquen esports i que tenen cossos forts i/o musculosos.]

Els nostres cossos, els nostres drets

4.3. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: HÒMENS I ACTIVITATS “FEMENINES”

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

La sobrevaloració d'allò masculí

Informació per al professorat

L'androcentrisme o la sobrevaloració de l'experiència masculina fa que moltes xiquetes els imiten i que s'òbriguen a activitats considerades masculines; en canvi, els xics no s'han obert als jocs o a les activitats de les xiques perquè allò femení té menys valor social i perquè la transgressió per a un xic és fortament penalitzada. Els esports "femenins", el ball en general o ballar agarrat amb altres hòmens es consideren activitats poc masculines o són qualificades d'homosexuals.

De vegades, els mateixos progenitors són els que no deixen que els xics transgredisquen l'estereotip per tal de protegir-los de la discriminació, que es creu segura, encara que siguin els xiquets els qui demanen cuinetes i nines, o aprendre a ballar per a participar en un festival escolar o en la falla. Com expliquen Jaramillo i Hernández,ⁱ allunyar-los d'aquestes activitats és privar-los de jocs o d'activitats que els permeten mostrar sentiments, tindre cura, expressar-se amb llibertat... i és no ajudar-los a reconèixer el que el món femení els pot aportar.

El sexisme és percebut per les criatures. Els colps (encara que siguin fluixets) solen ser per a ells; i les pessigolles i les abraçades, per a elles. Les criatures veuen també que la iaia és la que neteja i cuina, i el iaio el que s'asseu al sofà; que als contes tradicionals i a les pel·lícules elles són les protagonistes només si són guapes, princeses o elegides pel galant, i ells han d'estar sempre a punt de jugar-se la vida per salvar les

damisel·les. També veuen que hi ha jocs per a xics i jocs per a xiques. Elles senten que se les protegeix més perquè són "fràgils", i quan proven la seua força o la seua habilitat, han de desistir perquè els diuen que poden caure i fer-se mal. Ells, en canvi, no han de plorar, i el més comú és que reben respostes com la que va donar un pare al fill de 4 anys després d'un bac: *T'has fet mal, eh matxo!* I ni una abraçada ni una mostra d'estima.

Aquestes actituds que menystenen el dolor masculí i no donen eixida al patiment, van castrant el món emocional dels xics. En les xiques, les actituds sobreprotectores els priven de saber de què són capaces. Sovint també les vesteixen amb roba poc pràctica per a jugar, de vegades tan clara que si volen anar polidetes pràcticament no s'han de moure. Aprenen aviat que per a presumir s'ha de patir i que el sacrifici és millor que la diversió o el joc que despena. La coqueteria es considera exclusivament femenina i es limita en els xics. No és apropiat que els barons s'interessen massa per ornar-se, ni pel ball (*Això és de xiques*). L'activitat física, en canvi, no és tampoc estimulada en les xiques perquè, en el model de bellesa tradicional, ni el múscul ni la força són estètics. Per últim, hi ha l'aprenentatge de la competició. Ells lluiten entre ells per ser els més forts. Elles, per ser les més guapes.

ⁱ JARAMILLO, Concepción; HERNÁNDEZ, Gabriela (2003). *La educación sexual en la primera infancia*. Ministerio de Educación.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.3.1. Gimnàstica rítmica i artística masculina EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Esport

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Comenteu el vídeo que mostra la gimnàstica rítmica en grup al Japó, disciplina practicada per barons des de fa més de 60 anys, i també el vídeo "Peterson Ceus", on veiem aquest atleta en una actuació de gimnàstica artística individual.

Per parelles, escriviu un comentari sobre els vídeos i pengeu-lo a Youtube. Incloeu-hi el tema de la presumpció d'homosexualitat per als hòmens que practiquen activitats considerades femenines.

Compartiu alguns dels comentaris amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.3.2. Tango queer EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

Desenvolupament

Realitzeu l'activitat en grups menuts.

L'estructura cooperativa "full giratori" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Comenteu els vídeos on un xic balla dansa del ventre i una parella masculina balla tango *queer*:

- Dansa del ventre: Vídeo "[Rachid Alexander, Oum Kalthoum, Esel Ruhek, Best Male Belly Dance](#)"
- Tango *queer*: "[Cork tango festival 2014, Martin Maldonado and Maurizio Ghella](#)".

Busqueu informació sobre el tango *queer*, tant masculí com femení. A l'entrada del blog Karícies "[Tango queer: trencant motlles](#)", podeu veure dos vídeos sobre el tema.

Llegiu el comentari, deixat a l'entrada de Karícies "[Tango queer](#)", per Álvaro Béquer, alumne de primer de Batxillerat.

Feu el vostre propi comentari, a la llibreta o al blog, on valoreu també la igualtat/desigualtat del ball en parella.

Comentari. Álvaro Béquer

Una salutació a tots,

En aquesta entrada podem veure com la societat es reinventa continuadament. En aquest

tipus de tango no hi ha regles sexistes, és a dir, no té per què haver-hi una dona o un home ballant junts; poden ser dos hòmens. Tampoc hi ha un seguidor i un líder, sinó que els papers es van intercanviant fins i tot en la mateixa cançó. Això suposa un punt que ens desbarata tot el que crèiem normal, és a dir, estem acostumats a veure l'home en el paper de coordinació i a la dona la relacionem amb la flexibilitat. A més, podem associar-ho a un acte romàntic a la vegada que elegant en el qual la dona i l'home comparteixen un moment de soledat. En canvi, el tango *queer* és com hauria de ser la vida: persones amb rols oberts i canviant.

En aquest ball no hi ha diferències sexuals entre els dos gèneres, la qual cosa fa que en l'actualitat siga un acte d'igualtat i de respecte mutu. Per això em plantege si actes com aquest són proves que la societat està canviant, o és simplement un canvi insignificant.

Al meu entendre, aquest acte de canvi, siga o no significatiu, és molt significatiu. 1.12.14

Els nostres cossos, els nostres drets

4.3.3. És solament talent EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

Desenvolupament

Vegeu el vídeo del ballarí Yanis Marshall, que acostuma a ballar amb tacons ben alts: ["YANIS MARSHALL CHOREOGRAPHY. MUSIC BY BEYONCE"](#).

Després, vegeu i comenteu, per parelles, el vídeo ["Es solo talento"](#), on Santiago acompleix el seu somni de pujar a un escenari i ballar amb vestits i tacons juntament amb els seus ídols, México de colores, una companyia de dansa masculina inspirada en el folklore mexicà.

Responeu, en el vostre comentari sobre els vídeos, a les següents idees i/o qüestions.

Qüestions

1. Santiago explica al principi del vídeo que ballar amb falda no el converteix en una xiqueta. Per què pensa alguna gent que sí?
2. Què penseu de l'actitud de la mare i del pare de Santiago?
3. Què faríeu si Santiago fóra el vostre fill?
4. Imagineu el diàleg que mantindríeu amb el vostre fill quan aquest us explica que vol ser ballarí. Representeu-lo. (Podeu ser uns progenitors respectuosos o no amb el vostre fill)
5. Després, compartiu amb una altra parella la dramatització.

Finalment, compartiu l'experiència amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.3.4. Ballar com un home EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Vegeu el vídeo "[In and Out. Prueba de masculinidad. ¿Los machos no bailan?](#)", escena de la pel·lícula *In and out* (Frank Oz, 1997, USA), on Kevin Kline interpreta Howard, un professor que pren una classe de masculinitat que li ensenya a aguantar-se les ganes de ballar per a demostrar que no és gai.

Per grups, responeu a les preguntes següents. L'estructura cooperativa "full giratori" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions

1. Per què es considera el ball una activitat femenina?
2. Comenteu aquest cas: un xic li estava guardant la bossa a la seua nòvia perquè aquesta havia anat al lavabo, però un amic seu va entrar al bar i immediatament el primer va deixar la bossa a la cadira.
3. Quines coses han de fer els xics per a no ser considerats gais? Anoteu exemples del que fan i del que deixen de fer.
4. Les xiques també han d'actuar de manera diferent per a no ser considerades lesbianes? I per a no ser considerades pot femenines?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.4. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: LA PLOMA I LA PLUMOFÒBIA

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

Qui te ploma?

Informació per al professorat

Hi ha una masculinitat o una feminitat "autèntiques"? La filòsofa Judith Butler explica que el gènere no és natural ni ve de sèrie, sinó que es tracta d'un guió cultural que se'ns posa al davant tan bon punt naixem. Fins i tot abans de l'arribada del nadó ja està construït el decorat, i la roba, el bressol, el carro o l'habitació tenen els colors del gènere assignat. La majoria de les persones representem aquesta obra de teatre sense saber que estem actuant, i sense adonar-nos que podem canviar el guió si no ens acomoda. El problema és que canviar els papers no és tan senzill perquè des del primer instant que comencem a trencar amb el model, rebem comentaris i missatges de l'exterior que ens recorden la inadequació de la nostra conducta (*marimatxo, marica, gallina, calçasses, efeminat...*), i la culpa, la baixa autoestima, l'estigma... passen a convertir-se en indesitjables companys de viatge.

La masculinitat femenina es considera inadequada i la feminitat masculina també. "Tindre ploma" és l'expressió col·loquial utilitzada per a designar els gestos, expressions i moviments de les persones que no encarnen la masculinitat i la feminitat normatives, i se sol considerar erròniament que la ploma és sinònim d'homosexualitat. Recordem que les etiquetes solen ser col·locades als membres dels grups minoritaris i/o discriminats (transsexual, discapacitat, homosexual...). A part de la gestualitat, la manera de vestir està també molt marcada genèricament. Per exemple, la prohibició a les dones de portar

pantalons durant el franquisme, i l'acusació de "masculinitat" a les primeres que s'atreveixen a transgredir la llei i l'estereotip, són una mostra del gènere de la vestimenta.

En l'actualitat, les persones són més o menys lliures de triar la roba que es posen, però els vestits i les faldes estan socialment prohibits per als homes occidentals, i els que s'atreveixen a desobeir els manaments de gènere ho fan en la intimitat, per exemple els crossdressers, si no volen ser objecte d'insults i desqualificacions socials, o simplement eviten vestir-se com els agradaria [Veure activitat sobre crossdressing en B8.4]. La masculinitat que triomfa, forta i musculosa, ho fa a costa de la marginació d'altres masculinitats alternatives, i a costa dels propis gustos personals.

Al marge d'actuacions, desnaturalitzar el gènere és un primer pas cap a la major llibertat de les persones. Generalment, les preguntes *per què et sents un home?* o *per què et sents dona?* solen adreçar-se a les persones trans; quan en realitat són qüestions que qualsevol persona s'hauria de fer. Per què no pot un home posar-se una falda o tindre gestos femenins? Per què no pot una dona ser masculina? Què és, en realitat, ser masculí o femení?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.4.1. La masculinitat/feminitat que hi ha en mi EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Feminitat(s)

#Rols de gènere

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Apartem les cadires i tot el món es posa dret al mig de la classe. Els demanem que imaginem que a la part dreta de l'aula hi ha la feminitat i a la part esquerra la masculinitat. Aquest extrems representen l'adhesió màxima al model de masculinitat o de feminitat hegemònics. L'activitat consisteix a situar-se en l'espai de la classe que consideren, depenent de si creuen que els seus cossos (i expressions de gènere) són cent per cent masculins o cent per cent femenins. En acabar, expliquen per què han triat aquest lloc.

Els proposem de fer-se fotos performant la masculinitat i la feminitat. Poden fotografiar només la cara o també el cos; és a dir, han d'imitar les cares, les mirades, els gestos, que solen fer les persones de l'altre gènere. Els demanem que, si poden evitar-ho, no facen teatre, sinó que intenten connectar amb la part masculina o femenina que hi ha dins d'ells/es.

L'objectiu final és contraposar dues fotos de cada persona: una masculina i l'altra femenina i fer-ne una exposició.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.4.2. La ploma EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

[#LGBTIfòbia](#)

Desenvolupament

Responen a les qüestions en grups de 4.
L'estructura cooperativa "llapis al centre" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions:

1. Què és tindre ploma?
2. Quins personatges famosos tenen ploma?
3. És la ploma sinònim d'homosexualitat?
Existeix la ploma heterosexual?
4. Està ben vist tindre ploma?
5. Pot ser atractiu tindre ploma? [veure activitat sobre el grups asiàtics MissTer i The Hooper]
6. Descriviu, en xicotets grups, la ploma heterosexual (moviments de les mans, gestos típics, expressions facials, mirada, moviments del cos, manera d'asseure's, de caminar...).
7. Aquest gestos típics de la ploma heterosexual, són naturals o apresos?
8. Reflexiona sobre la teua pròpia ploma. Quins gestos tens o et caracteritzen? Són

masculins/femenins? Els has intentat canviar?
Les persones del teu voltant s'han burlat o han comentat els teus gestos? Algú ha volgut que els canviaries?

9. Has comentat o criticat els gestos d'una altra persona?

Posteriorment, poseu en comú les idees de les qüestions plantejades.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.4.3. L'ambigüitat asiàtica: MissTer i The Hoopers EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Música](#)

[#Rols de gènere](#)

[#Expressió de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

[#LGBTIfòbia](#)

Desenvolupament

Realitzen l'activitat per grups, anotant en un full les principals idees del vostre comentari. Aneu passant els full perquè tot el món hi escriga. Decidiu, finalment, qui en serà el portaveu que compartirà amb el grup classe les vostres reflexions.

a. Comenteu els vídeos del grup taiwanès MissTer, format per cinc xiques masculines que varen fer furor en 2011 i 2012:

• “[ENG SUB] MISSTER - Bomb Bomb Bomb MV” (subtítols en anglés)

• “[Super Lover][ENG SUBS] MV – MISSTER”

b. Comenteu [el vídeo](#) i el text que tracta del grup japonès The Hoopers, format per 7 xiques andrògines que tenen noms masculins, fan acrobàcies i flirtegen les unes amb les altres.

c. Aporteu exemples de grups de xics d'èxit amb estètica femenina.

Notícia. The Hoopers: el juego de la seducción masculina

Japón no deja de sorprendernos con su imaginación en su oferta de entretenimiento: una vez más, podemos comprobar cómo les encanta a los japoneses jugar con la androginia y la ambigüedad. **The Hoopers** son un grupo de siete chicas que cantan y bailan. Hasta ahí podrían pasar desapercibidas. Pero cuando vemos que además hacen acrobacias, van vestidas de chicos guapos y flirtean las unas con las otras, no podemos sino admirarlas. Tienen nombres masculinos: Mirai, Sena, Yuhi, Mizuki, Tsubasa, Haruki y Makoto. Cada una representa un estilo distinto de chico, variando su corte de pelo, su ropa y su actitud. Rompen con el estereotipo desgastado de chicas femeninas y frágiles. Nos estimulan, nos entretienen y nos abren una ventana con vistas a la libertad y la variedad humanas. Además nos recuerdan mucho a las *fujoshi* en su *cosplay* favorito de algún personaje *yaoi*. Debutaron el pasado marzo bajo el sello de Universal Sigma y ya tienen tres singles, un programa en la televisión japonesa y el teaser de una película que promete mucho.

[Blog El dragón de Hipatia](#) 25/07/2015

Els nostres cossos, els nostres drets

4.4.4. Homofòbia internalitzada 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Homofòbia](#)

[#Homosexualitat](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Vloggers](#)

[#Orientació sexual](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el vídeo [Homofobia en APPS de ligar \(7,32"\)](#), on el vlogger [Tigrillo](#) explica en el canal Spanish Queens l'homofòbia internalitzada dins del col·lectiu homosexual.

Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe. En el comentari grupal, teniu en compte les "idees per al debat" que suggerim.

Idees per al debat: Què és la plumofòbia? Com és possible que existisca la plumofòbia dins del col·lectiu homosexual? Què és la misogínia? Una persona homosexual pot ser homòfoba? La societat marca els gustos de les persones? Penseu que aquestos gustos poden canviar, segons explica Tigrillo? Què significa ser trànsfob, segons el vlogger d'Spanish Queens? Penseu que té raó l'article que cita Tigrillo i que assenjala l'alt nivell de masclisme i misogínia del món gai?

Podeu veure també el vídeo [Homofobia Gay](#), del vlogger Blue Equis, que es posiciona en contra de les etiquetes actiu-passiu, o d'altres

qualificatius per a insultar o denigrar pel cos, els gestos o les pràctiques socials d'altres persones.

També podeu entrar al canal Spanish Queens o al canal de Tigrillo, a classe o a casa, triar un vídeo i explicar-lo als companys en grups de 5. Trieu el que més us haja agradat de cada grup i expliqueu-lo a la classe.

[Nota per al professorat: En l'activitat "Tipus d'homofòbia" podem trobar una explicació detallada dels diferents tipus d'homofòbia. Incloem ací la descripció de l'homofòbia internalitzada o interioritzada. És l'assimilació per part de les persones homosexuals dels missatges o de les imatges negatives rebudes en l'etapa de socialització provinents de la família, de l'escola, dels mitjans de comunicació, etc., producte de la contradicció entre aqueixos missatges i els sentiments d'atracció cap a persones del mateix sexe. Les conseqüències que provoca aquest tipus d'homofòbia poden ser una baixa autoestima, la repressió de l'expressió i dels sentiments d'afecte, una sobreactuació de la masculinitat o de la feminitat hegemònica, etc. La majoria d'homosexuals aconsegueixen alliberar-se de l'homofòbia interioritzada en el transcurs del procés d'acceptació de la seua orientació, però algunes persones mantenen alguns trets, com per com per exemple el rebuig cap a gais i lesbianes amb ploma, o la no acceptació del matrimoni homosexual o de la possibilitat de formar una família.]

Els nostres cossos, els nostres drets

4.4.5. Passar, que complicat 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Trans*](#)

[#Rols de gènere](#)

[#Identitat de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

[#Cossos i models](#)

[#LGBTIfòbia](#)

Desenvolupament

Comenteu el text "Passar, que complicat" on Pol Galofre es pregunta quin model de masculinitat ha de performar.

En l'activitat "Em dic Pol i vull ser un home diferent" podem veure el vídeo de Pol "[Este chico sufrió el machismo en sus carnes. Descubre su historia](#)" (9", 2007), on ens conta les seues reflexions sobre el model de masculinitat que vol encarnar. Aquest vídeo és una magnífica reflexió sobre el gènere que recomanem veure, sol o acompanyant qualsevol de les activitats d'aquest bloc. Pol hi explica com transitar a home, però no a "mascle hegemònic", a més de reivindicar amb orgull els anys que va viure en femení i que formen part de la seua experiència vital.

Qüestions

1. Explica, esquemàticament, quins són els tres canvis que explica Pol.
2. Per què tenia por quan vivia com a dona? N'era conscient?

3. Quin model de masculinitat ha decidit adoptar? Per què?

4. Compara aquest model que Pol defensa amb el que encarna el culturista trans Meet Shawn Stinson. (En el vídeo en anglés [Transgender bodybuilding champion wins again](#) podem veure Stinson, guanyador del primer premi de culturisme FTM Fitness World Annual Bodybuilding Competition.)

5. Busqueu a la xarxa altres models de masculinitat trans. [Podem suggerir que entren al canal dels transsexuals Carlos Nàcher i Guillem Montoro]

6. Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Text. Passar, que complicat

"Que pervers. Si no estic constantment sortint de l'armari sento que amago una part vital de mi, i és que jo no sóc un noi cis. Ni ho vull ser.

Però tornem al "passar". Ha sigut un camí molt llarg, cadascú té els seus processos, i jo sóc lent. Però aquesta lentitud m'ha permès parar i observar. Observar els meus canvis però també els canvis de la resta de gent cap a mi, que són els que trobo més interessants.

El primer canvi va ser quan vaig passar de ser un objecte del desig masculí a un igual. De sobte em vaig adonar que portava tota la vida amb una motxilla carregada a les espatlles plena de por. Una por que de forma més o menys conscient hem sentit totes les persones que hem estat socialitzades com a dones, i aquelles que són reconegudes com a tal. Una por sistèmica que donem per fet. Tan sistèmica que jo (fins i tot

sent feminista) no vaig ser capaç de reconèixer en mi fins que no me'n vaig desfer. Fins al dia que se'm va acostar un tio pel carrer a xerrar i per a ell entre els dos no hi havia cap forma de relació sexual possible. L'apropament va ser d'igual a igual.

Ho vaig trobar insòlit. Per un cantó em va fascinar, em va encantar. Era un reconeixement molt fort de la meua transició, de la imatge que volia donar de mi mateix. Per un altre em va alarmar. Com podia ser que portés aquell sac tan pesat a sobre i no me n'adonés? Com d'assimilat tenia que havia de portar les defenses sempre en guàrdia? De qui era culpa? Era culpa del tio que m'havia tocat els pits en mig dels túnels del metro en l'adolescència? Dels que m'havien ensenyat les seves polles pel carrer? Era culpa del capullo que em va agredir quan tenia 11 anys? Sense aquestes experiències, portaria la mateixa motxilla? Hi ha algú que no hagi tingut experiències similars a aquestes? Parlo amb ma mare i m'explica les vegades que li han tocat el cul en públic: al bus, al cinema, etc. Ho diu com si res, li treu tot el ferro a l'assumpte, però en té molt, de ferro. Penso en les vegades que no m'explica. La meua germana calla. Ella en té, d'aquestes històries? Quant de mal li han fet? Com d'enterrades estan que no pot ni mencionar-les? Les ha oblidades? Jo vaig oblidar el capullo durant 9 anys.

Ara ja no em toquen pel carrer.

El segon canvi va ser un canvi intern. Ara ja no era objecte del desig masculí i heterosexual.

Els nostres cossos, els nostres drets

Vaig passar a formar part del cercle de "l'home", i cada vegada que em permetien l'entrada a espais exclusivament masculins em convertia en algú cada cop més i més feminista. Amb les ulleres violetes posades em vaig haver de replantejar la meva identitat, però sobretot la meva masculinitat. Quina masculinitat volia performar? La mateixa que quan el món m'identificava com a dona butch? Ara que passo com a noi, puc tindre les mateixes actituds que tenia com a dona empoderada?

Havia après a ocupar l'espai, a conquerir-lo i ara em tocava reaprendre a desocupar-lo. Vaig decidir conscientment que si el món m'havia d'identificar com a home jo performaria el ser marica. Em vaig des-butchizar com bonament vaig saber: arracada a l'orella i vinga! A somriure sempre, gesticular i creuar les cames com mai ho has fet. Com a mínim que alguna cosa no els enganxi. Això de ser home blanc, jove, heterosexual i de classe mitjana era una mica massa i per sort o per desgràcia (per mi és més desgràcia) amb els nois trans no hi ha termes mitjos. O t'identifiquen com a dona masculina o ets un home. El concepte de "noi trans", aquesta imatge que anhelo, no existeix. Però potser l'anhelo perquè no existeix i si existís (com existeix la de "noia trans") potser en fugiria tant com pogués...

El temps ha anat passant i la testosterona ha anat fent el seu efecte. Ara passo més. Passo, passo. Passo tant que ara ha vingut un tercer canvi. Un tercer canvi que no m'agrada, que m'alarma i que m'incomoda. Ja fa dues o tres vegades que m'han fet fora d'espais on s'estaven canviant noies. En el moment m'ha estranyat, m'ha fet gràcia i ho he trobat curiós; vinc del món de la faràndula i estic acostumat que tothom es canviï

davant de tothom. Però hi ha hagut quelcom que s'ha quedat en el meu pensament, fent voltes, fent rum-rum. Avui me n'he adonat: M'han convertit en un subjecte desitjant. M'han convertit en el motiu d'anar amb la motxilla plena de pors ben agafada a l'esquena. En un potencial agressor.

No m'agrada aquesta posició, no la vull. Em sento atrapat, no sé com desfer-me'n. Una altra vegada el mateix sistema, l'heteropatriarcat fent de les seves. Merda d'heteropatriarcat! Perquè no se'n va a pastar fang una mica i ens deixa tranquil·les? Hi ha més nois a qui molesti aquesta posició? Potser no és aquesta la pregunta... Hi ha més nois que s'adonin que els han posat en aquesta posició? Dels motius pels quals estan en aquesta posició? I això no ens fa saltar alarmes col·lectivament? I encara diria més: i els nois trans? On són els nois trans? Per què no han obert la boca? Per què hem de performar sempre les mateixes merdes de masculinitats? Per què enganxa tant transitar? I sobretot: Si nosaltres mateixos no ens baixem d'aquests privilegis adquirits, com esperem que ho faci un noi cis a qui li ve tot donat?

Quan la ràbia s'estabilitza, una altra pregunta ronda el meu cap: podria jo performar aquesta masculinitat més andrògina, més marica, si de tant en tant m'identifiquessin com a noia?

Passo. Que pervers. Que difícil."

Pol Galofre Molero

Els nostres cossos, els nostres drets

4.5. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: GORDOFÒBIA

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

Gordofòbia

Informació per al professorat

L'obesitat es caracteritza per l'acumulació excessiva de greix en el cos i és un factor de risc que predisposa a patir altres malalties. Una dieta amb abundants greixos i begudes ensucrades, unit a la falta d'exercici físic, poden ser un camí recte cap a l'obesitat. En els països industrialitzats ha esdevingut un problema de salut pública, però a poc a poc es va llevant el dit acusatori que apunta només a les persones, i es va posant, entre d'altres, en la poderosa indústria alimentària. Alguns governs, per exemple Catalunya, han decidit gravar els refrescs i sucres d'acord amb la quantitat de sucre que contenen, com una mesura per a disminuir-ne el consum.ⁱ També comencen a alçar-se veus que alerten sobre la gran quantitat de substàncies tòxiques a què estem exposats els éssers humans, no només a través de l'aire contaminat, sinó també de l'alimentació o dels productes cosmètics.ⁱⁱ Aquests tòxics creen problemes endocrins i alteren el nostre sistema hormonal, i poden incrementar la tendència a l'obesitat o a la diabetis, entre altres.ⁱⁱⁱ

Combatre l'obesitat és important. Promoure l'exercici físic i una alimentació saludable, també. Però ambdós objectius no es poden aconseguir a costa de l'autoestima de les persones, ni tampoc sense perspectiva de gènere, és a dir, sense tindre en compte com afecten els manaments de gènere –en especial els models corporals

hegemònics– a la salut i a l'autoestima de les persones socialitzades com a dones i de les socialitzades com a homes. Així, l'obesitat és una cosa i la gordofòbia n'és una altra.

La gordofòbia és la fòbia a la grossària pròpia i aliena. La por d'estar grossa o gros és individual, però també social perquè en l'època en què vivim, la societat discrimina qui no compleix amb una determinada talla. Les persones gordofòbiques opinen sobre els cossos d'altri i els recomanen que s'aprimen pel seu bé; pensen que les persones grosses no són atractives ni desitjables; creuen que una persona grossa ho està perquè no té força de voluntat i no es cuida, etc. Per exemple, una xica anorèxica és vista com una víctima del patriarcat i dels canons estrictes de bellesa. En canvi, davant d'una xica grassa veiem una persona llaminera que mereix ser així perquè s'ha "abandonat".

La societat creu que la gordofòbia, o discriminació de les persones grosses, és acceptable perquè es fa pel bé de la persona, ja que convé que s'adone que el seu cos està malament i que s'ha d'aprimar. La crítica no s'adreça tant a les persones que fumen, que beuen, que practiquen esports extrems...; en canvi, amb les grosses tot està permès, i si són dones encara més. Suposadament hi ha una enorme preocupació per la seua salut, però se'ls recomanen dietes estrictes, no se'ls permet ni un gram de greix i l'únic esport que se'ls anima a fer és el dietètic, és a dir, aquell que crema calories

ja que, si se'n passen d'esportistes, corren el perill d'agafar musculatura, i això ja no es considera femení.

La realitat és que estar grossa o prima no és sinònim de bona o de dolenta salut perquè aquesta no depèn tant del pes com de l'estil de vida. De fet, hi ha persones primes o amb un pes d'acord amb la mitjana, que ho estan a costa d'utilitzar mètodes gens saludables: dietes molt restrictives, laxants i diürètics, injeccions amb anabolitzants i esteroides, operacions, etc., i de segur que coneixem molta gent que sacrificaria la seua salut per estar prima. Malgrat això, assumim que la salut és sinònim de primesa, i oblidem que una persona grossa que es cuida, que fa exercici i que menja sa, pot tindre tan bona salut com una de prima.

D'altra banda, també ocorre, i és una mostra més del sexisme de la nostra cultura, que si veiem un xic molt prim, no solem pensar que pateix anorèxia o que té mala salut; en canvi, si veiem una xica molt prima, és més probable que imaginem que sí que la pateix o que no està ni forta ni té bona salut.

Vivim en una societat que rendeix culte al cos i divideix les persones en atractives (blanques, altes, guapes, primes...) i no atractives (de color, lletges, grosses...). Fins i tot en els contes de Disney, els personatges dolents són lletjos (per exemple, la bruixa o el malvat) i els bons són

i GRAU, Laura (18-10-14). "Nicolás Olea: 'En la incidencia del cáncer, té més pes el codi postal, que el genètic'". *Laveu.cat*.

ii SOLER, Mònica (24-3-17). "Quines conseqüències tenen els tòxics per a la salut infantil?" on hi ha una entrevista a Carme Valls. *VilaWeb*.

iii Més activitats per a treballar l'autoestima i els trastorns alimentaris en "Materials pràctics per treballar amb adolescents i joves de 12 a 16 anys" en la pàgina de l'Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia.

Els nostres cossos, els nostres drets

guapos. No és cap descobriment dir que la bellesa és subjectiva, i que malgrat el desig d'homogeneïtzació, la gent té gustos diversos i tots els cossos poden ser desitjables. Però anar contra el corrent és molt difícil. Us imagineu que un xic prim i atractiu, segons els cànons actuals, isca amb una xica grossa? De segur que s'emportarà més d'una mirada reprovatòria.

Un informe de l'OMS, fet en 42 països d'Europa i Nord-Amèrica, revela que el 43% de les adolescents de 15 anys creu que està massa grossa, quan en realitat només el 20% pesa per damunt del que es considera estàndard. Què significa això? Que la pressió pel físic provoca un munt de gent insatisfeta i infeliç. I aquest és el vertader perill; no els quilos. Els complexos que provoca la discriminació o no ajustar-se als models d'èxit són més perjudicials per a la salut que tindre un IMC (índex de massa corporal) elevat. La baixa autoestima ens fa més vulnerables, dificulta la presa de decisions anticonceptives responsables, i propicia l'acceptació de pràctiques de risc o poc plaents ja que no estimar-se les fa sentir-se poc mereixedores de cura i respecte (*La gorda s'ho deixa fer tot!*).

La gordofòbia no afecta exclusivament les dones, però amb elles s'hi acarnissa més que amb els hòmens. L'autora de *El mite de la bellesa* Naomi Wolf explica que la dieta és el sedant polític més potent en la història de les dones. Patologitzar la grossària amb l'excusa de la salut és una forma més d'amagar la diversitat dels cossos i de perpetuar un sistema sexista obsessionat per l'aparença externa però cec i sord davant del vertader patiment humà.

Stop gordofòbia!

Els nostres cossos, els nostres drets

4.5.1. *My Mad Fat Diary* 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Gordofòbia

#Ficció

#Autoestima

Desenvolupament

Mireu el fragment de la sèrie britànica *My Mad Fat Diary* en vimeo. Individualment o per parelles, responeu a les qüestions. Després, poseu-les en comú en gran grup.

Llegiu els textos que apareixen en els blogs antigordofòbia *Cuerpos empoderados*, *Gordazine* i *Stop Diverfòbia*. Individualment o per parelles, responeu a les qüestions. Posteriorment, poseu en comú les idees de les qüestions plantejades.

Informació sobre la sèrie *My Mad Fat Diary*

És una sèrie basada en el llibre *My Fat, Mad Teenage Diary*, escrit per Rae Earl. Ambientada a Stamford en 1996, és la història d'una adolescent de 16 anys que ha estat internada durant quatre mesos en un hospital psiquiàtric per problemes d'autoestima. Rae intenta refer la vida i reprendre l'amistat amb la seua millor amiga de la infància Chloe, que no és conscient de la salut mental de Rae ni dels problemes d'imatge corporal que té, ja que li van dir que Rae havia estat tot aquell temps a França. Rae amaga el seu internament i tracta d'impressionar els amics de Chloe: Izzy, Archie, Chop i Finn.

Qüestions sobre *My Mad Fat Diary*:

1. Com són els xics heterossexuals o bisexuals, segons Chloe? Hi estàs d'acord?
2. Creus que un xic heterossexual o bisexual grosset té més possibilitats de tindre nòvia que una xica?
3. El model de bellesa hegemònic afecta d'igual manera els xics que les xiques? És igual d'exigent? Argumenta-ho.
4. Creus que als xics homosexuals els agraden els xics grossets? I a les xiques lesbianes? Argumenta-ho.
5. Com se sent Rae amb el seu cos? Escriu el que li diries si fores la seua amiga.
6. En quina època de la història hauria sigut Rae un model de bellesa?
7. Has sentit o has llegit (o has dit) frases semblants a aquestes? "Ei, tio, vés a per la grossa, que són més fàcils perquè estan desesperades" (xic heterossexual). "Eixa gorda s'ho deixa fer tot perquè si no, amb eixe cos, ningú no la voldria" (xica heterossexual). Què en penses? Si la resposta és positiva, li has dit alguna cosa a la persona que les ha pronunciades?
8. És habitual que les persones grosses siguin insultades a les xarxes socials? Podeu posar-ne exemples (Instagram, Facebook, Twitter...). Hi ha persones que els/les defensen? Imagineu possibles respostes apoderadores contra els insults a les persones grosses.

Textos. Blogs Antigordofòbia

Cuerpos empoderados

- "Una cultura obsessionada amb la primesa femenina no està obsessionada amb la bellesa de les dones. Està obsessionada amb l'obediència d'aquestes." Naomi Wolf
- "La dieta és el sedant polític més potent en la història de les dones: una població tranquil·lament boja és una població dòcil". Naomi Wolf

Gordazine

- "El règim permanent dels cossos i el perill de l'obesitat són armes de distracció massiva que ens ven dia a dia la indústria de la dieta. La salut ve en totes les talles i grandàries. Ja n'hi ha prou de patologitzar la grossària i disfressar de salut pública l'odi a les corporalitats dissidents. A la merda la teua policia dels cossos!"

Orgullo gordo

- "Del que estem orgullosos és que en una societat que ens odia profundament, ens alcem tots els dies i tractem de viure tan bé com ens és possible, tractem de ser feliços, malgrat l'odi. El discurs de la salut és simplement un discurs més, igual que el que diu que "els gais aniran a l'infern" o qualsevol altre missatge d'odi. Les investigacions actuals mostren que la salut no depèn del pes sinó de l'estil de vida: si menges sa i fas exercici, estaràs sa/na i això es reflectirà en les teues biomètriques (colesterol, insulina en sang, pressió arterial, triglicèrids, etc.), però això no implica perdre pes. L'única forma que no t'agrade estar gros/sa és assimilar el discurs de dominació que indica que "estar gros està malament", i és un exemple del que Pierre

Els nostres cossos, els nostres drets

Bourdieu anomena “violència simbòlica”. Lucas R. Barozzi

• “Sovint parlem de l’homofòbia, del sexisme, del racisme, de la xenofòbia i d’altres discriminacions, que són acceptades com a tals i tenen un nom per a referir-s’hi. /.../ Són també criticades per un sector de la població i vistes com a fets reprovables que s’han d’eliminar. No obstant això, les discriminacions més greus són aquelles que ni tan sols es reconeixen. Es tracta d’aquelles que són totalment ignorades i obviades i contra les quals no es fa res. No solament no s’actua sinó que fins i tot es ridiculitza que es vulguen equiparar a altres discriminacions. Estem parlant de la gordofòbia.” Andressolo

Qüestions sobre els blogs antigordofòbia:

1. Hi estàs d’acord amb Naomi Wolf que l’obsessió per la primesa converteix les dones en persones dòcils? Com actua una persona dòcil?
2. Explica el significat de les frases subratllades del blog *Gordazine*.
3. Què pensa Barozzi de la salut de les persones? Hi estàs d’acord?
4. Què és la violència simbòlica? És igual que la violència física? Explica’n les diferències. Posa altres exemples de violència simbòlica que afecten als xics.
5. Explica amb les teues paraules la crítica que fa Andressolo a la invisibilització de la gordofòbia. Hi estàs d’acord?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.5.2. Pinkie Pig, una bloguera apoderada 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Gordofòbia](#)

[#Vloggers](#)

[#Autoestima](#)

Desenvolupament

Vegeu els vídeos de la bloguera Pinkie Pig "Los gordos también somos personas":

- Episodi 1. "[Mirella Paz en Miss Perú 2016](#)"
- Episodi 2 "[Gordos sanos y gordos no sanos](#)".
- Episodi 3 "[Kaycee Stroh está infravaloradísima](#)".

Responen a les qüestions, individualment o per parelles. Poseu en comú les vostres idees amb el grup classe.

Qüestions:

1. Qui és Mirella Paz? Per què considera Pinkie que és valenta?
2. Has sentit dir frases com les que comenta Pinkie a les persones grosses? Per exemple: "Hauria d'estar prohibit que les gordes es posaren malles".
3. En el tercer vídeo, Pinkie parla de la representació de les persones grosses en els mitjans de comunicació. Quina és aquesta imatge? Posa exemples de personatges grossos de sèries, pel·lícules... Quin tipus de papers fan?

4. En el primer vídeo, Pinkie parla també de les xiques flaques. Creus que pateixen el mateix? I els xics prims?

5. T'atreviries a fer un vídeo que defensara el dret de tots els cossos a ser valorats, estimats i desitjats?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.5.3. Pesa el doble que jo EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Gordofòbia](#)

[#Ficció](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

Vegeu el vídeo "[Violeta pesa el doble que jo](#)", fragment de la sèrie Física o Química 3x4. A Violeta li agrada Julio però aquest no considera com a opció eixir amb ella perquè està grossa. En aquesta escena, Julio està a l'hospital perquè es va enfrontar a Rodri per defensar el seu amic gai Fer. Julio ha decidit denunciar-lo i aquest va a buscar-lo a l'hospital per a evitar-ho. Violeta se li encara, molt valenta.

Debateu, en grups xicotets, al voltant de les següents qüestions. L'estructura cooperativa "full giratori" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions

Per què reacciona així Julio?

Els xics heterosexuels tenen vergonya d'eixir amb xiques que no estiguen primes?

Les xiques heterosexuels tenen vergonya d'eixir amb xics que estan grossos?

Què li diries a Julio si fora el teu amic i t'haguera fet a tu el mateix comentari que li fa a sa mare sobre Violeta?

Has vist o viscut alguna situació semblant a la de la sèrie? Algú va fer alguna comentari per a defensar a la persona discriminada?

Poseu en comú les idees principals amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.5.4. Un cos indecent EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Gordofòbia](#)

[#Publicitat](#)

[#Anglès](#)

Desenvolupament

Comenteu, per parelles, l'anunci de Lane Bryant, censurat per "indecent" a les cadenes nord-americanes NBC i ABC. El vídeo està en anglès: "[#ThisBody | Lane Bryant](#)".

"Aquest cos està fet per a començar una revolució", diu una de les protagonistes de la campanya "[This body](#)", on diverses models grosses posen en roba interior, fan esport o donen de mamar. Podeu fer el comentari a la llibreta o penjar-lo en youtube o en l'entrada del blog Karícies "[Stop Gordofòbia](#)", on hi ha també els comentaris de Diego (alumne de primer de Batxillerat) i de Betlem (una jove activista).

Llegiu els comentaris els comentaris que deixaren Diego (alumne de 4t d'ESO) i Betlem (jove universitària) a l'entrada de Karícies esmentada.

Posteriorment, compartiu les vostres reflexions en gran grup a partir de les qüestions per al debat següents: Què creieu que significa l'eslògan de l'anunci "Aquest cos està fet per a començar una revolució"? Hi esteu d'acord que és un anunci "indecent"? Quina és la crítica que fa Betlem a l'anunci? Hi esteu d'acord? Quins consells dóna Diego? Hi esteu d'acord?

Creieu que l'opinió de Diego és generalitzada? Creieu que la publicitat pot ajudar a transformar el món i a fer-lo més just? Penseu que actituds individuals contra les discriminacions, com la de Diego, poden transformar el món?

Comentaris de l'entrada Stop Gordofòbia

Comentari de Diego Thompson

Bon dia,

Hui comentaré aquesta entrada, tan interessant com actual. La qüestió del pes és molt greu, ja que provoca moltíssima depressió a la població, sobretot a l'occidental, i especialment al sexe femení. Dic açò perquè la majoria de xiques que conec han dit alguna vegada que han d'aprimar-se, ja que no es veuen atractives i no se senten còmodes amb eixa situació.

Fins ací puc entendre-ho, perquè a mi em passa el mateix però al revés: en compte de gros, prim. Però arriba un moment a la teua vida en la qual has d'adonar-te que cap persona ha de valorar-te pel teu pes. Les persones que valen la pena es fixen en moltes altres coses. Al cap i a la fi (i com ja he dit alguna vegada), jo no em menje el paper del caramel, jo em menje el caramel; en altres paraules: que l'important és l'interior de la persona en qüestió.

Una altra cosa que també és interessant comentar és el que diu l'entrada sobre allò que passaria si un xic prim tinguera com a parella una xica grossa. Bé, la meua opinió (o millor dit, experiència) és que sí, la gent et critica, sobretot a tu (al xic); però bé, com jo dic: què he de fer? No estar amb ella perquè a tu no t'agrada el seu físic? Vinga va, au.

En conclusió, he de dir que anime a tothom que estime una persona que no tinga un físic «idíl·lic» en l'actualitat (i dic en l'actualitat perquè a l'antiguitat, estar grossa era un signe de sensualitat i poder social i econòmic), que vaja endavant amb ella, i amb orgull! Perquè l'opinió que importa és la teua! I si és la persona que tu estimes, què més dóna el «què diran»?

Un comiat, una abraçada i un vot a favor per l'amor lliure!! 21.4.16

Comentari de Betlem

Hola a totxs,

Realment, tornaria a veure aquest anunci una i mil vegades. Enhorabona a la gent de màrqueting que ha fet aquest espot per a la marca de roba "plus size" Lane Bryant. Fins i tot m'emmarcaria a l'entrada de casa l'esplèndida frase de: "Aquest cos està fet per començar una revolució". Feia temps que no sentia en un anunci unes paraules tan poderoses com certes.

Ara bé, si encetem la revolució amb els nostres cossos, no ens aturem ací!!! Seria ingenu pensar que anant a la pàgina web de Lane Bryant i comprant-hi un parell d'articles ja serem capaces de plantar la bandera de l'alliberament corporal. Doncs no. Això seria únicament la victòria esperada per part de l'equip de publicitat.

I és que aquest equip no s'ha trencat molt les banyes a l'hora de triar les protagonistes de l'anunci: són totes estupendes, tan estupendes com se suposa que les models acceptades i absorbides pel sistema han de ser. Sí, són "plus size" i tota la pesca, però són totes "de calendari" mainstream. Ja m'enteneu:

Els nostres cossos, els nostres drets

guapes, femme, majoritàriament blanques i funcionalment normatives. No oblidem que sí, que aparentment per a la gent de Lane Bryant "aquest cos està fet per començar la revolució", però sobretot, aquestos cossos i en especial aquest anunci estan fets en definitiva per vendre.

Per a mi, estem encara en les beceroles de la increïble revolució que suposaria celebrar vertaderament la diversitat dels nostres cossos. De tots els cossos. I encara que aquest anunci, a mi, se'm queda curt, per descomptat que no el censuraria. Millor fer un pas avant xicotet, que no fer-ne mil arrere com pretenen les cadenes ABC i NBC, sempre tan amatents a agafar les tisores de la hipocresia i la censura. 21.3.16

Els nostres cossos, els nostres drets

4.5.5. “La gorda”: música apoderadora 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Gordofòbia

#Música

#Autoestima

Desenvolupament

Vegeu el vídeo “[Krudas Cubensi “La Gorda”](#)”, on el grup Krudas Cubensi interpreta la cançó “La gorda”. Podeu llegir la informació sobre el grup en l'article: “[Krudas Cubensi: Rap feminista, queer i activista](#)”. Després, responeu a les qüestions.

Qüestions:

1. Coneixeu alguna cançó que anime els xics a tindre altres corporalitats? Si és així, compartiu-la amb el grup i amb la classe.
2. Coneixeu altres cançons que animen les xiques a estimar-se tal com són? Compartiu-les també amb el grup i la classe. [Si no en coneixen cap, els suggerim que busquen la cantant dominicana Carolar Acosta, més coneguda com a “Killadamente”. Ací tenim un reggaeton: “[Killadamente - Me Amo Y No Me Importa - Reggaeton 2017](#)”]
3. Transformeu la lletra de “La gorda” en una cançó que reivindique altres cossos de xics no normatius (delicats, prims, sense múscul...).
4. Escriviu un rap que mostre i reivindique corporalitats no normatives. Canteu-lo a classe amb alguna base senzilla. Si us animeu, pengeu-lo a la xarxa.

Lletra de “Gorda”, de Krudas Cubensi

¿Quién ha visto una gorda con sentimiento?
Soy talento
chula terrenal
abundantes carnes, lo siento
voy a pinchar
me querías anular
por gorda hacerme sentir inferior
que si los nervios y la falta de control, ¡qué horror!
yo experimento un profundo placer
en un mundo lleno de muchas formas de mujer
a la alegría de la vida tenemos derecho
las de mas de 40 de cintura y 52 de pecho
mira, la gorda llegó a tu casa
180 avanza me tengo confinaza
y a partir de ahora disfruta de la danza
de esta gorda con su panza
¿qué pasa Krudas?
que nunca danza
esta es la gorda que llegó a tu casa, ¿oíste?
Vamos!
Llegó la gorda, la gorda llegó
llegó la gorda, la gorda soy yo.
A mi que me digan: gorda, redonda, esfera
a mi que me digan gorda, soy gorda.
Nenas flacas, sexis, en la TV siempre lo mismo.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.6. MODELS CORPORALS HEGEMÒNICS I DISSIDÈNCIES: DIVERSITAT FUNCIONAL

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

Diversitat funcional i sexualitat

Informació per al professoratⁱ

La clàssica terminologia mèdica que s'aplica a la diversitat funcional (malaltia, paràlisi, retard, deficiència...) deriva del model mèdic de discapacitat que representa les persones amb diversitat funcional (DF) com a biològicament imperfectes, d'acord amb uns patrons teòrics de normalitat. Aquest model patologitzant s'està transformant en un model social, de la mà dels moviments de Vida Independent, per als quals les persones amb DF no són imperfectes o malaltes, sinó individus que viuen en societats imperfectes que els defineixen en funció d'una manera "normal" de ser físicament, sensorial o psicològica.

Aquesta "normalitat" abasta totes les esferes de la vida, entre elles la sexualitat. El model sexual de la nostra cultura és coitocèntric, reproductista i capacitista, i qualsevol variació es considera una sexualitat inferior, anormal o antinatural. Com que es pensa que el sexe ha de ser espontani i genital, i que ha de seguir les directrius d'aquest model sexual hegemònic, les persones amb DF no poden tindre un sexe "real" i/o "complet".

Tot i que la sexualitat és encara un tema tabú per a tot el món, la repressió de la sexualitat és doblement intensa cap a les persones amb DF. En general, la seua sexualitat es considera un problema que

cal reconduir o normalitzar. La sexualitat i els afectes no es consideren per a aquestes persones, ni des de l'àmbit mèdic ni des de l'educatiu. I en lloc d'apoderar-les perquè siguin independents i autònomes en la mesura de les seues possibilitats, no se'ls dóna educació sexual, ni tan sols la merament biologicista, sinó que a tot estirar es prepara la família o els professionals per a reaccionar si aquesta es dóna. El més habitual és, doncs, que l'autoestima de les persones amb DF siga prou baixa, i que senten que no són aptes per a relacionar-se sensualment amb altres. També és habitual que patisquen uns índex d'abús sexual superiors als de la població normotípica.

A més, sobre les persones amb diversitat funcional pesen una sèrie d'errors o mites:

- El primer és considerar que són un col·lectiu homogeni (tots/es són iguals i necessiten el mateix), en lloc d'acceptar que la diversitat, també d'orientacions, és tan comuna com en qualsevol grup humà.
- El segon error és la infantilització (són innocents, com criatures), no solament per part de la família, sinó també per part dels professionals que les atenen. Independentment de la seua edat, se les considera menors d'edat, dependents i incapaces de prendre decisions pròpies; i això justifica les mesures que s'adopten per a garantir-ne la protecció i control.

- El tercer error consisteix a pensar que les persones amb DF no són atractives, o que només ho són per a persones d'igual condició. Aquest mite passa per alt que el que ens converteix en sexualment desitjables és únic per a cada individu, i que el desig se sustenta en una barreja de factors: la mirada, la personalitat, els valors..., i no només en un cos determinat.

- El quart mite és que les persones amb DF no convé que tinguen parella ni fills perquè la seua descendència pot heretar el seu "problema", perquè no se'n podran fer càrrec o educar adequadament, etc.

- El cinqué mite o error és que les persones amb DF no són sexuals o no estan interessades en la sexualitat, i que són passives o no prenen la iniciativa en les relacions. Contràriament, la sexualitat i les relacions afectives són centrals per a la majoria de la gent; i si és veritat que les persones amb DF no prenen la iniciativa o no són sexuals, això no ocorre per una qualitat intrínseca, sinó perquè se'ls educa perquè senten que tenen cossos incapaços que no produeixen ni ofereixen plaer, cossos que no senten, cossos que no estan habilitats per a ser desitjants o desitjats. Silvina Peirano, experta i orientadora sexual en DF, es pregunta:

ⁱ Reconamen la lectura de la píndola informativa "El capacitisme i la teoria crip"

Els nostres cossos, els nostres drets

“Què és la satisfacció sexual per a un cos que no sap de què és capaç ja que no se li ha permès descobrir-ho?”.

A més a més, la privacitat necessària per a viure la sexualitat amb plenitud no se sol garantir. Una persona amb dificultats motrius que viu, per exemple, en un centre hospitalari, ha de demanar permís per a bloquejar la porta si vol una mica d'intimitat; però la majoria d'institucions neguen la privacitat als residents. A la manca d'espais propis on puguin relacionar-se amb iguals o tindre pràctiques autoeròtiques sense la presència d'altres persones, s'hi afegeix que no veuen models realistes de persones sexuades que s'assemblen a ells i a elles, ja que les úniques relacions que observen són les de gent normotípica.

Les persones amb diversitat funcional senten, desitgen i són desitjades, estimen i són estimades, s'enamoren i es desenamoren com tot el món. És això precisament el que reclamen els moviments de Vida Independent: els drets sexuals són drets humans, també per a les persones amb DFⁱⁱ

[Recomanem el vídeo [Beatriz Preciado sobre diversidad funcional](#), on el filòsof Preciado –ara es fa dir Paul– explica la construcció social i cultural de la discapacitat]

ii Si es vol aprofundir en l'atenció a la sexualitat de les persones amb diversitat funcional, podem visitar el blog *Mitología de la sexualidad especial*. És també molt interessant el curt de Sergi López “Si sabes decir Hello”, que podem trobar a youtube. En l'etiqueta del blog Karícies “Diversitat intel·lectual” es pot trobar també més material sobre el tema.

Els nostres cossos, els nostres drets

El capacitisme i la teoria Crip Informació per al professorat

La teoria crip és una teoria sociològica sobre el cos que proposa entendre com a socialment i culturalment construïdes categories tradicionalment considerades biològiques o naturals. Tal com explica Laura Moya, la teoria crip seria una mena de teoria queer però aplicada a la diversitat funcional (DF), en el sentit que fa una crítica del cos normatiu i afirma que aquest cos "normal" és una construcció cultural que parteix d'un ideal funcional que confon funcionalitat majoritària amb discapacitat, i deixa de banda altres funcionalitats minoritàries. Per exemple, si prenem la capacitat de traslladar-se d'un lloc a l'altre, la funcionalitat majoritària ho fa sobre dues cames, però hi ha funcionalitats minoritàries, com moure's en cadira de rodes, amb un bastó o caminador, etc. que compleixen la mateixa funció. També la capacitat de comunicar-se tindria en la llengua oral la funcionalitat majoritària, però existeixen altres formes de comunicació com la llengua de signes o el Braille. Entendre les funcionalitats majoritàries com si foren les úniques normals i vàlides, divideix els cossos en capacitats i discapacitats, en cossos sans i en cossos deficients o malalts, i deixa de banda la diversitat.

Així, la categoria "discapacitat" comença a desmuntar-se perquè en realitat no és un problema individual que té una persona concreta, sinó que està provocat per un entorn que incapacita. Per a la teoria crip, la incapacitat no és tant una característica objectiva i diagnosticable en un individu, sinó més aviat el resultat d'un món

incapacitant que no garanteix l'acompliment de les necessitats de les persones. Les persones amb DF poden contribuir al desenvolupament social en la mateixa mesura que la resta de persones, sempre que s'eliminen els obstacles construïts per la societat.

El terme crip deriva del vocable anglès *cripple*, que significa "tolit, contrafet, esguerrat...". Comença a utilitzar-se als EUA a les darreries del segle passat, quan gent amb DF s'apropia del terme pejoratiu i reivindica la seua diferència amb orgull, tal com les persones LGBT ho feien amb el terme queer (desviat, rar) en autodenominar-se amb la paraula que pretenia situar-los en l'abjecció. Les persones amb diversitat funcional reclamen ser acceptades tal com són, sense haver d'ocultar la diferència. La discapacitat no els fa excepcionals, ni dignes d'admiració ni de llàstima, tal com afirma Stella Young en el Ted Talk "[I'm not your inspiration, thank you very much](#)", on explica el que ella anomena porno inspiracional (*inspiration porn*), i que consisteix a mostrar persones amb DF fent activitats "normals" amb missatges com aquests: "L'única discapacitat en la vida és una actitud negativa" o "La teua excusa és invàlida". Per a Young, aquests missatges, que són compartits en les xarxes socials de manera benintencionada, són pornogràfics perquè cosifiquen un col·lectiu en benefici d'un altre.

El porno d'inspiració no mostra pena, ni presenta les vides de les persones amb discapacitat com a horribles, i això és un cert avanç. Però una actitud positiva no permet automàticament la superació de la discapacitat. Contràriament, fer

arribar el missatge que superar la discapacitat depèn de la força de voluntat, desresponsabilitza la societat i fa que no haja de plantejar-se el seu capacitisme. A més, oculta els diferents eixos de desigualtat i/o discriminació que travessen les persones, ja que no és el mateix ser dona amb diversitat funcional que home, ni pertànyer a una família acomodada que a una sense recursos, etc. En definitiva, el porno d'inspiració promou que la gent normotípica tinga la consciència tranquil·la, és a dir, que seguisca pensant que la societat està bé i que no cal canviar res. Tal com explica Anita Botwin en l'article [Inspiración Porno](#), les barreres no desapareixen amb la bona predisposició, i la valentia o el positivisme no fan que les escales es convertisquen en rampes o que els vídeos se subtitulen per art de màgia.

El concepte de "diversitat funcional" prové del Fòrum de Vida Independent, que és una visió des de dins del propi col·lectiu que s'oposa al discurs tradicional de la discapacitat. Aquest moviment de Vida Independent també s'origina als EUA als anys 70, i els seus principis eren independència, autonomia, autodeterminació i emancipació, perquè en aquell moment la gent amb DF no eixia de casa i no tenia capacitat

per a decidir res. Però darrerament el Moviment de Vida Independent està començant a parlar més d'interdependència, ja que el model de cos normatiu autònom no és real en la mesura que tots i totes som interdependents i necessitem col·laborar per a viure. Laura Moya proposa canviar el nom per Moviment de Vida

Els nostres cossos, els nostres drets

Interdependent, ja que tots els éssers humans, i els éssers vius del planeta, ens necessitem.

Antonio Centeno explica en l'entrevista [Sexualizar \(la diversidad funcional\)](#) para politizar, que totes i tots som dependents emocionalment i materialment, però hi ha uns processos que invisibilitzen aquesta dependència. No és cert, per tant, que uns siguem dependents i els altres autònoms, com pretén el "capacitisme" imperant. Centeno proposa pensar la diversitat funcional, no tant en termes de "com podem ajudar-los" sinó ressaltant allò que la diversitat funcional pot oferir a la societat, per exemple en aspectes que tenen a veure amb el gènere, el cos i la sexualitat. Mirar els cossos "fora de catàleg" que no encaixen en la "normalitat" obri una oportunitat de plantejar-se si el model sexual hegemònic (coital, heterosexual, genital...) és adequat i desitjat per tot el món o només un ideal que perpetua el sexisme i la desigualtat.

Seguint les consideracions anteriors, i partint de la base que totes les persones som diverses funcionalment, en aquest treball utilitzem la terminologia "diversitat funcional" per a referir-nos al que tradicionalment s'ha anomenat "discapacitat" (i en temps anteriors "minusvàlua", "deficiència", etc.). El terme "diversitat funcional" posa l'èmfasi en la discriminació patida, més que en la diversitat en ella mateixa. En realitat, la denominació més ajustada hauria de ser: "Persones discriminades per la seua diversitat funcional".

Tot i que dins de la diversitat funcional incloem la diversitat física, intel·lectual, sensorial, etc., en alguns casos utilitzem també el termes neurotípic i neuroatípic, partint del reconeixement de la diversitat neurològica humana, i fugint de denominacions patologitzants com trastorn o malaltia mental. Som conscients que els

termes tenen una història i que no es tracta de proposar-ne de nous per simple correcció política. Tot al contrari: les noves denominacions apareixen perquè les persones estan reivindicant-se i autoanomenant-se sense la intervenció d'instàncies "expertes" que patologitzen les diversitats; i alguns col·lectius proposen fins i tot reapropriar-se dels tradicionals insults estigmatitzants (*loca, tullido, contrafet...*) per a empoderar-se, com hem vist en la teoria crip.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.6.1. “A qui n le importa” 2EBC

Nivells: Segon cicle d’ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Diversitat funcional](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el vídeo “[Filigranas](#)”, amb imatges de persones amb diversitat funcional, del blog [Mitologia de la sexualitat especial](#). També podeu veure el vídeo “[Ustedes y nosotros](#)”.

Comenteu el vídeo [Por una corporeidad postmoderna](#) (a partir del minut 2’13) on Soledad Arnau i Antonio Centeno reclamen el dret de tots els cossos a la sexualitat.

Busqueu informació sobre els diferents termes que s’han utilitzat al llarg de la història per a referir-se a les persones amb diversitat funcional física, intel lectual, sensorial, etc. (subnormal, retardat, minusvàlid...). L’entrada “[Discapacitat](#)” de la Viquipèdia cont  prou informació sobre el tema.

Per grups, busqueu informació sobre sexualitat i diversitat en les pàgines següents:

- o [Accesibilidad global](#)
- o [Foro de vida independiente y divertad](#)
- o [Oficina de vida independent](#)

Compartiu la informació amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.6.2. Parelles i diversitat intel·lectual 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Diversitat Intel·lectual](#)

[#Diversitat funcional](#)

Desenvolupament

Extraieu les idees més importants del text "Diversitats intel·lectuals". Compartiu-les amb una parella i fusioneu el vostre resum o esquema. Podeu també veure i comentar els vídeos de les diferents històries i deixar un comentari al seu canal.

Text. Diversitats intel·lectuals

Les persones amb diversitat intel·lectual estimen i desitgen, com tot el món. Marina i Andrés són una parella d'adolescents neuroatípics que s'enamoraren durant el rodatge del documental *Ópera Prima* (Mar Domínguez i Amparo Mendo, 2013). Mònica i David són una parella amb síndrome de Down que han decidit casar-se i la cosina de Mònica ha contat la seua relació en el documental *Mónica y David* (A. Codina, 2010). Cinc joves anglesos amb diversitat intel·lectual han decidit independitzar-se i comparteixen pis. Van a classe, treballen, lliguen, es diverteixen, també es disgusten, com qualsevol altra persona; i ens conten la seua vida en la sèrie "*The Specials*". Verònica és lesbiana i té Síndrome de Down, i ens conta en aquesta [entrevista radiofònica](#) com és la seua història.

Viviana i Andrea es conegueren en una institució de salut mental i s'enamoraren. Hagueren de demostrar que entenien el que volia dir casar-se

perquè la llei les considera "incapaces". Viviana té 58 anys, una sentència d'inhabilitació i una restricció de la capacitat jurídica; Andrea en té 32 i una sentència d'insània que limita quasi completament la seua capacitat de decidir, i per aquest motiu va necessitar el permís d'un jutge que avaluà si sabia el que significava contraure matrimoni. En tot aquest llarg procés, que va durar dos anys, Vivi i Andrea comptaren amb l'ajuda de curadors, funcionaris públics que les representen legalment i que els van aconseguir un subsidi perquè pogueren viure fora de la institució mental de manera independent.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.6.3. Qui és perfecte? Uns maniquins alternatius EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Diversitat funcional](#)

[#Publicitat](#)

[#Anglés](#)

Desenvolupament

Comenteu la campanya de [Pro Infirmis Because Who Is Perfect?](#) (en anglés) on es dissenyen maniquins a partir dels cossos de persones amb diversitat funcional. Ho podeu fer al blog karícies (a l'entrada [Qui és perfecte?](#)) o al vostre quadern.

Posteriorment, inicieu un debat-reflexió al voltant de la campanya i de la importància dels referents per a l'autoestima de les persones.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.6.4. Educació sexual per a tothom EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Diversitat intel·lectual](#)

[#Diversitat funcional](#)

[#Ficció](#)

Desenvolupament

Mireu i comenteu el vídeo [Shortfilm 'Bésame Mucho'](#) on apareixen Marina i Andrés, una parella d'adolescents amb diversitat intel·lectual que s'enamoraren durant el rodatge d'[Ópera prima: el documental](#) (Mar Domínguez i Amparo Mendo, 2013).

[Podem completar l'activitat amb el curt [Yolk, part 1](#) i [part 2](#) (Stephen Lance, 2007, en anglés), on Lena, una xiqueta de 15 anys amb síndrome de Down, comença a interessar-se per l'amor i la sexualitat. Ací es pot veure subtitulat en dues parts: [Yolk \(part 1 sub. esp\)](#) i [Yolk \(part 2 sub. esp\)](#).

En xicotets grups, comenteu la veritat o falsedat de les afirmacions següents sobre les persones amb diversitat funcional:

- són asexuals;
- no s'han de reproduir;
- no poden rebre educació sexual perquè no ho entendrien;
- no són atractives;
- no se'ls ha d'animar a tindre relacions sexuals...

Elaboreu un díptic animant la gent a respectar els drets sexuals de les persones amb diversitat funcional.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.6.5. No estem en la llista de convidats! EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Diversitat intel·lectual](#)

[#Diversitat funcional](#)

[#Anglès](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el vídeo en anglès [Oh, no! I am not \(on the guest list!\)](#), (Antonio Quiles, 2013) i la informació que l'acompanya.

El passat mes de maig de 2017, un pub de Lleida va prohibir l'entrada a un grup de 14 joves amb Síndrome de Down que volien celebrar un aniversari. L'escena ja havia ocorregut la setmana anterior, i els propietaris havien al·legat el mateix: que es tractava d'una festa privada, tot i que un dels monitors que acompanyava els joves havia pogut accedir-hi sense problemes. Després que Down Lleida presentara una denúncia davant de la fiscalia, el local es va disculpar. [En aquest vídeo podem veure els protagonistes](#) parlant dels fets.

Després, poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe. Teniu en compte les qüestions per al debat que us suggerim.

Qüestions per al debat. Les persones amb diversitat intel·lectual no han d'entrar als mateixos pubs que les persones normotípiques? Què penseu que passaria si un grup de persones amb Síndrome de Down hi anara a les discoteques o pubs que freqüenteu?

Informació del vídeo. Oh, no! No estic en la llista de convidats

En este segundo vídeo, más canalla e irreverente, inspirado en la moda, los anuncios de perfumes y video-clips musicales hablamos, a través de la noche y la fiesta, del concepto de belleza, de los sueños y deseos y de las exclusiones e imposibilidades que estas sociedades contemporáneas nos imponen, en mayor o menor grado, a todos. Muchos no estamos en esas "listas de invitados", ¿Por qué? Y una vez que nos inviten ¿queremos entrar?

Creemos que al menos los sueños y el acto de desear, son de los pocos reductos democráticos que aún nos quedan. Soñar nos hace libres y nos conecta con "los otros" pues en el fondo nuestros deseos no son tan diferentes, se podrían reducir a dos: procurar ser felices y querer y que nos quieran.

Os aseguramos que nos reímos todos mucho grabando este vídeo, y esperamos que les entren ganas de bailar con nosotros. Por supuesto, estáis tod@s invitados.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.7. ANORÈXIA, BULÍMIA, VIGORÈXIA, GINECOMÀSTIA...

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.7.1. La sexualització de les xiquetes EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Infantesa

#Autoestima

#Publicitat

#Autoestima

Desenvolupament

Llegiu i comenteu l'article [Los efectos de la hipersexualización: niñas convertidas en 'Lolitas'](#) que tracta sobre la hipersexualització de les xiquetes. Poseu en un cercador les paraules: sexualització, xiquetes i publicitat i comenteu també les imatges que hi apareixen.

L'estructura cooperativa "canvi de grup" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions:

1. Quines conseqüències a curt i a llarg termini té aquesta sexualització, tant per a la salut com per a l'autoestima de les xiques?
2. Quines conseqüències té per als hòmens heterossexuals la sexualització de les xiquetes?
3. Creieu que la sexualització afecta també els xiquets? Per què?
4. Si fóreu polítics/es que haguéreu de legislar sobre la publicitat, quina seria la vostra posició sobre la sexualització infantil?

[Nota per al professorat: és important que aquesta activitat es combine amb la pressió cap als xics perquè siguin forts i competitius

en els esports, masculinització que no se sol criticar perquè està normalitzada i és com si fóra natural. Vegeu l'activitat del Bloc 8 *Deixa en pau el teu fill*]

Text. Los efectos de la hipersexualización: niñas convertidas en 'Lolitas'

Ropa, juguetes o series de TV inoculan de forma sutil el erotismo prematuro en el inocente mundo infantil

Olga Carmona. 1 de juny de 2017. [elpais.com](#)

Ya por el año 2007 la Asociación de Psicología Americana (APA) publicó un documento en el que denunciaba la tendencia sexualizadora de nuestros niños en las sociedades modernas. En ese documento, se advertía una preocupación porque el fenómeno abarcaba desde ropa, juguetes, videojuegos y series de TV, inoculando de forma sibilina y sutil el erotismo prematuro en el inocente mundo infantil de las niñas. Este estudio reflejó que las niñas a partir de los cuatro años son bombardeadas con modelos de éxito social que triunfan gracias a sus atributos físicos, a las medidas que el mercado impone, pero no por sus cualidades personales y profesionales. Diez años más tarde y lejos de corregirse la tendencia, esta ha ido en aumento.

Es un fenómeno tan crónico, tan incorporado que a veces los adultos ni siquiera nos damos cuenta: sujetadores con o sin relleno para niñas de ocho años, tacones, tops y minifaldas, heroínas de series con cuerpos de cómic de Manara, lugares para la celebración de cumpleaños infantiles que proponen concursos de belleza y modelaje con pasarela incluida... Incluso se habla de una precocidad en la llegada

de la adolescencia, una etapa desconocida hace pocas generaciones llamada preadolescencia que va encogiendo tristemente la infancia, reduciéndola cada vez más a escasos años.

Las razones que están en la base son como casi siempre de consumo: la moda, principal artífice del uso de las niñas como reclamo publicitario a modo de Lolitas cada vez más jóvenes, impulsa esta imagen como un potente gancho comercial para vender sus productos. Todo está a la venta en una sociedad ultra materialista, todo es susceptible de generar dinero, incluyendo la infancia.

Por otro lado, vivimos en una sociedad con profundas contradicciones y con grandes dosis de **doble moral**. El sexo vende en cualquier caso y la actitud de la sociedad sobre la sexualidad femenina es como mínimo confusa y anclada en patrones machistas. Por un lado se critica a una mujer que se vista de forma provocativa, pero se acepta a una niña vestida como una mujer, maquillada, con tacones y minifalda y a una mujer vestida como una niña, bordeando los límites de la pedofilia. Es un síntoma de una cultura que flirtea desde la infancia con el mercado de lo sexual y que todavía sigue anclada en patrones que encasillan al género femenino en lo accesorio'.

El verdadero veneno de todo ello es que la mayoría de las niñas van a crecer sin el espíritu crítico necesario para salirse de ese guion y pasarán gran parte de su vida tratando de encajar en unas medidas físicas, en un guion unilateral y no decidido ni negociado por ellas, porque procede del mercado y del género masculino. Luego pasarán la otra parte de su

Els nostres cossos, els nostres drets

vida tratando de preservar lo que puedan de esas medidas y siendo pasto de los cirujanos plásticos, las dietas y la ansiedad de una carrera contrarreloj que perderemos sí o sí.

Los efectos en el desarrollo normal de una niña son los que se derivan de romper el equilibrio y saltarse etapas. Por ejemplo, tenemos datos de que en Francia el 37% de las niñas asegura estar a **dieta**, las conversaciones sobre moda y peso ideal aparecen antes, las niñas son estimuladas constantemente por la televisión, las revistas juveniles, y van asumiendo con una naturalidad perversa su condición de objetos sexuales, van adquiriendo la creencia de que la sociedad las va a cotizar en función de lo atractivas que resulten para los hombres. Un ejemplo muy gráfico es que un regalo cada vez más

frecuentes de los padres antes de cumplir los 18 años es un aumento de pecho. Otro síntoma alarmante y derivado de este desajuste es el escalofriante aumento en los porcentajes de niñas afectadas por trastornos de alimentación, principalmente anorexia y bulimia, que se están detectando ya entre los 5 y los 9 años. /.../



Captura de pantalla de les imatges en posar al cercador "hipersexualización infantil"

Els nostres cossos, els nostres drets

4.7.2. Anna i Mia EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Salut](#)

[#Autoestima](#)

[#Salut de les dones](#)

Desenvolupament

Busqueu i compartiu la informació que trobeu sobre l'anorèxia i la bulímia, en grups de 3. Dividiu-vos les pàgines i cada persona es capbussa en una d'elles. Us suggerim consultar el portal Jove.cat de la Generalitat de Catalunya o ACAB. Després, responeu a les qüestions.

- [Anorèxia](#)
- [Bulímia](#)
- [ACAB \(Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia\)](#)

Qüestions:

1. Com afecten l'anorèxia i la bulímia a les relacions afectivosexuals de les persones que les pateixen?
2. És un problema personal o social?
3. Afecta igual els xics i les xiques?
4. Imagina que el teu amic o la teua amiga és bulímic. Què li diries? Com l'ajudaries? Escriu-li un carta.
5. Escriviu un decàleg de recomanacions a la gent jove perquè no caiga en l'anorèxia o en la bulímia. Sigueu originals! (opcional)

Els nostres cossos, els nostres drets

4.7.3. Per a princeses i prínceps de tot el món EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Salut](#)

[#Autoestima](#)

Desenvolupament

Comenteu l'entrada "[Para princesas y príncipes de todo el mundo](#)" del blog [Princesa de cristal nunca más](#), on escriu una jove que ha superat l'anorèxia i la bulímia.

Escriviu una entrada de blog posant-vos en la pell d'una persona que pateix anorèxia i bulímia. Poseu títol, parleu en primera persona de la seua vida, de les seues amistats, família, institut...

El professorat recull els fulls i els reparteix aleatòriament, tenint compte que a ningú li toque la seua pròpia redacció.

Contesteu-li a la persona que ha fet l'entrada.

Entrada. Para princesas y príncipes de todo el mundo!

Hola, si tú también eres seguidora de la bulimia o anorexia nerviosa, o más conocidas para ti como Ana y Mía, creo que te has equivocado de página, pero un momento no te vayas aún, antes de irte termina de leer lo que quiero decirte.

Yo, al igual que tú también tenía un sueño, y era ser más delgada. Buscaba ser una princesa/ príncipe pero mi sueño se volvió contra mí. Sé que al principio todo son ventajas: podías perder dos kilos en cuestión de días, era algo maravilloso! Pero cuidado, porque cuando

los sueños se nos van de las manos pueden convertirse en pesadillas, y eso es justamente lo que me pasó a mí.

Hubo un tiempo en que Ana y yo éramos inseparables, yo solo vivía para ella. Sin embargo un día apareció en mi vida también Mía...

Desde ese día perdí el control en mi vida: no sólo ya no era capaz de controlar mis vómitos, la comida o la ansiedad, poco a poco fui aislándome de la gente que me rodeaba, dejé a mis amigos a un lado y deseaba con todas mis fuerzas que llegara mi final.

Lo que en un principio parecía algo perfecto se convirtió en el peor de los finales.

No solo me estaba muriendo por fuera, también por dentro. En mi exterior poco quedaba ya de aquella chica sonriente que había sido hace unos meses, sin embargo allí había una persona ojerosa, de aspecto triste, con un pelo quebradizo como el cristal... Esa era yo, un montón de sueños rotos.

Había estado ahogándome en mí pena varios meses, pero un día al no aguantar más pedí ayuda.

Actualmente mi vida es más fácil y aunque aún no estoy totalmente recuperada soy mucho más feliz que antes. No sé si tú alguna vez has sentido algo parecido a lo que yo sentí durante esos meses, pero si es así, por favor no te vayas, quizás aún estés a tiempo, quizás pueda ayudarte, nunca es demasiado tarde!

15 de diciembre de 2012

Els nostres cossos, els nostres drets

4.7.4. Vigorèxia EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Salut](#)

[#Autoestima](#)

Desenvolupament

Busqueu informació sobre la vigorèxia.

Suggerim el [portal Jove.cat](#) de la Generalitat de Catalunya

També podeu consultar la pàgina [d'ALUBA](#) ([Asociación Lucha contra la Anorexia i la Bulímia](#))

Escriviu (individualment) una entrada de blog posant-vos en la pell d'una persona que pateix vigorèxia. Poseu títol, parleu en primera persona de la seua vida, de les seues amistats, família, institut...

El professorat recull els fulls i els reparteix aleatòriament, tenint compte que a ningú li toque la seua pròpia redacció.

Contesteu a la persona que ha fet l'entrada.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.7.5. Ginecomàstia 2EBC

Nivells: Segons cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Cirurgia

#Salut

Desenvolupament

Vegeu el vídeo "[Ginecomastia - Cómo Eliminarla | Mi Historia – Parte 1](#)" del vlogger Mamados blog, que explica la seua decisió d'operar-se els mugrons perquè tenen més greix del que li agradaria.

Vegeu i comenteu el vídeo "[¿Cómo eliminar la GINECOMASTIA \(Senos Masculinos\)?](#)", del canal Cuerpos de campeones, on explica què és la ginecomàstia i com eliminar-la.

Llegiu l'article "[Vivir con ginecomàstia](#)" del blog [Ginecomastia en Hombres](#), i compareu la vivència de Samuel amb la del youtuber de Mamados blog.

L'estructura cooperativa "full giratori" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Article. Vivir con ginecomàstia – La historia de Samuel

Carlos V. Blog Ginecomastia en hombres. 10 de junio de 2017

Desarrollo

No todos los hombres que tiene ginecomastia están desesperados por resolver su problema con los pechos. Comencé a desarrollar los senos

a la edad de 13 años, y supongo que debido a que fui criado por una madre soltera que era una feminista delirante, nadie me dijo que algo andaba mal. Tengo lo que yo llamo "genética absurda", lo que significa que técnicamente no soy ni hombre ni mujer. Así que estoy produciendo más estrógeno que testosterona. Algo como eso. Nunca me molestó mucho averiguarlo. Realmente no tengo problema con aceptar mi cuerpo, más bien tengo un problema con la forma en que algunas personas de mente estrecha reaccionan a ella.

La ginecomastia es una condición médica natural, por lo que la gente con ella no debe tener que sentirse culpable, o soportar los malos tratos por la sociedad.

Reacciones de personas

Al principio, cuando era adolescente, mis pechos me molestaban, y me cuidaba mucho escondiéndolos. Pero ahora que he crecido para ser un adulto, estoy empezando a sentirme harto de no tener las mismas oportunidades y oportunidades que otras personas tienen, sólo por la forma en que me veo. Si la gente va a ser lo suficientemente estrecha para discriminarme o insultarme, no tendré ninguna vacilación para llevarlos a la Comisión Estatal de Igualdad de Oportunidades. Así que he crecido para aceptar como se ven mis pechos. Siento que me ayudan a ser único. Supongo que también me ayudan a pensar en cómo se sienten otras personas, cuando se trata de cómo la sociedad discrimina a las personas. Parece que, si usted es una minoría, hay alguien por ahí tratando de pisarle. Tienes que dejar de ser una víctima, defenderte y no soportar un trato injusto.

Nunca deja de sorprenderme que la gente reaccioné de una manera tan negativa a lo que es esencialmente algo con lo que nació. ¿Le molestan las personas ciegas porque son ciegas? ¿Discriminas contra personas con un dedo extra? (Hay muchas razas de personas en la Tierra donde la mayoría de la población tiene dedos extras) ¿Asaltas a la gente porque no se ven cómo quieres?

Algunas de las peores reacciones provienen de los médicos. Estoy bastante harto de los médicos que quieren ejecutar una serie de pruebas en mí. Realmente no aceptarán un no como respuesta. He tenido que decir a varios médicos a dónde ir debido a esto. No soy un conejillo de indias para su uso personal.

Cirugía - ninguna manera

Muchas personas me preguntan inmediatamente por qué no tengo una cirugía de reducción de senos. Este es un ejemplo de pensamiento de mente estrecha. Lo primero es que me gustan mis pechos, ¿por qué querría quitármelos?

Además de eso, es costoso. Si tuviera unos pocos miles de dólares de sobra creo que me gustaría tomar unas vacaciones, sin duda merezco una.

Luego está el factor dolor. La cirugía de mama es aparentemente muy dolorosa y odio el dolor.

/.../

Educación a la gente

Soy un gran creyente en educar a la gente por culpa de su punto de vista. Creo que, para los muchos hombres en nuestra situación, la educación es la respuesta. Sólo permitiendo que

Els nostres cossos, els nostres drets

el público en general sepa que su percepción de lo "normal" puede de hecho ser anormal, podemos volver a casa para salir de tener que vivir escondidos. No deberíamos tener que rehacer nuestras vidas por las percepciones de la gente.

¿Qué es lo normal? ¿Cómo es una persona normal?

Me considero bastante normal. Admito que tengo un sentido del humor extraño y tomo parte en algunos deportes extremos poco comunes, pero me veo tan normal como se puede ser. Entonces otra vez pienso que tengo una percepción más amplia de la normalidad que la mayoría de la gente. Pero, ¿no sería el mundo un lugar mejor si todos nos detuviéramos para revisar nuestras propias percepciones del mundo? La mente estrecha es un enemigo de todas las minorías.

Fuente: gynecomastia.org - LIVING WITH GYNECOMASTIA - SAMUEL'S STORY

Els nostres cossos, els nostres drets

4.8. AUTOESTIMA I IMATGE CORPORAL

Objectius dels apartats 4.1 a 4.8

- Entendre que els models de masculinitat i de feminitat són culturals i evolucionen al llarg de la història.
- Entendre que els models de bellesa no són naturals ni universals sinó que canvien al llarg de la història i en les diferents cultures.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Entendre la importància del cos en la nostra cultura, en la nostra subjectivitat i en les nostres relacions afectivosexuals.
- Evidenciar la pressió cap a les dones per aconseguir models de bellesa estereotipats: sense múscul, sense greix, joves..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Evidenciar la pressió cap als homes per aconseguir models de bellesa estereotipats: múscul, fortalesa, no feminitat..., i els costos per a la salut física i mental que té adequar-se a aquests models.
- Comprendre el paper dels discursos mèdics, de la indústria farmacèutica, dels mitjans de comunicació, de la indústria de la moda, etc. com a conformadors de models corporals binaris i sexistes.
- Evidenciar la discriminació cap a les persones amb diversitat funcional considerades no sexuals ni desitjables.
- Denunciar la plumofòbia social i personal (internalitzada).
- Evidenciar la importància d'una autoestima alta per a la vivència de les relacions sexuals i afectives segures i plaents.

Els nostres cossos, els nostres drets

De què està formada l'autoestima

Informació per al professorat

L'autoestima està formada per tres components bàsics: els pensaments, les emocions o sentiments que tenim de nosaltres mateixos i la valoració del nostre comportament. Hi intervenen factors biològics, que ens predisposen a posseir uns certs trets de caràcter; socials, formats a partir dels missatges que rebem de l'entorn, i emocionals, que tenen a veure amb la manera en la qual filtrem la informació que ens arriba. A més, la informació que rebem de les persones properes (família, amigats, mestres...) és com un mirall en el qual veurem com (creiem que) som.

De vegades, la percepció que tenim de nosaltres no està en consonància amb l'ideal que voldríem abastar, i si aquesta discrepància és molt gran, ens trobarem amb una autoestima baixa. Si la distància entre l'ideal i la percepció de la realitat no és massa gran, probablement tindrem una bona autoestima o una autoestima ajustada. Això farà que siguem persones més optimistes i positives, i possibilitarà que puguem anar marcant-nos fites superables, tot i que de vegades les metes a les quals volem arribar no són completament nostres sinó que vénen marcades per les persones properes.

En la formació d'una autoestima positiva són fonamentals 4 aspectes: a) la vinculació o sentiment de pertinença a un grup de persones amb interessos comuns, i amb els quals s'estableixen vincles que aporten seguretat; b) la singularitat o acceptació de la pròpia

especificitat, dels propis trets culturals, físics, intel·lectuals...; c) la capacitat d'actuar, és a dir, de buscar els mitjans que ens permeten aconseguir els propis desitjos, i c) tindre models o persones de referència, amb valors i normes amb qui contrastar-se per a anar creant els propis esquemes de pensament i conducta.ⁱ

ⁱ Font: CARRETERO, Cristina et al. (2004): "Prevenió inespecífica dels trastorns de conducta alimentària". ACAB

Els nostres cossos, els nostres drets

La imatge corporal

Informació per al professorat

La imatge corporal és la idea que tenim del nostre propi cos i constitueix una part molt important de l'autoestima. En la formació de la imatge corporal hi intervenen els nostres pensaments, ideals i estats d'ànim; el que ens diuen les altres persones; les pressions socioculturals, com la moda, els mitjans de comunicació, la pornografia, la publicitat, etc.

Per a descriure la imatge corporal que tenim és útil respondre a tres qüestions: com em veig?, com em sent? i què faig? Hi ha dies que ens alcem del llit i ens veiem guapos/es. Això ens provoca sentiments positius i de felicitat i ens sentim capaços de fer el que ens proposem. Però d'altres, ens mirem a l'espill i no ens agrada el que veiem; ens posem tristos o ens enfadem, i tot el que fem ens ix malament perquè ho fem sense ganes, com d'esma. Aquest és el poder de l'autoestima.

Per a respondre a la primera pregunta (Com em veig?) ens pot servir mirar-nos a l'espill, en una foto o vídeo o en l'aparador d'una botiga. Així, aquesta imatge corporal que veiem de nosaltres ens pot despertar sentiments positius (alegria, satisfacció, orgull...) o negatius (ràbia, insatisfacció, ansietat, preocupació...). El que sol passar és que els sentiments negatius alteren la realitat, modifiquen els nostres pensaments i la nostra percepció. i ens fan focalitzar-nos en allò negatiu (*Quina panxa més horrible! Quins braços més dèbils!*)

Habitualment, ens agraden unes parts del cos i

no ens agraden unes altres, però els pensaments negatius poden de vegades tornar-se obsessius, magnificant així els "defectes" i fent-nos veure només aquella part que no ens agrada. Això s'anomena distorsió de la imatge corporal. Però l'obsessió o la distorsió no és exclusivament un problema individual. Com més allunyada estiga la nostra imatge corporal dels models de bellesa socialment normalitzats, més a prop estarem de posar el focus en les "inadequacions" i més probable serà que patim una autoestima baixa. El mateix ocorre si les persones del nostre voltant ens recorden, amb major o menor grau de violència, que no som "normals" (*Travelo, xicotot, efeminat, foca, subnormal, contrafet...*)

Els sentiments i els pensaments negatius tenen conseqüències en les nostres accions i poden condicionar les activitats que fem, per exemple, no anar a la platja si no ens agrada mostrar el cos, no posar-nos pantaló curt si no ens agraden les nostres cames o no relacionar-nos amb altres persones per por al rebuig. També poden influir en la nostra manera de vestir (quan volem dissimular uns suposats defectes) o en l'alimentació. I tenen una clara influència en la interacció amb les altres persones, especialment en les relacions sexuals, ja que és difícil gaudir amb aquelles parts corporals que no s'estimen o pensant que no som mereixedors/es de l'atenció de les altres persones perquè els nostres cossos no són normatius.

La nostra imatge corporal i els sentiments que

l'acompanyen influeixen no sols en les coses que fem o deixem de fer sinó també en la valoració de nosaltres com a persones. Per això, en una societat tan superficial com la nostra, un cos jove, alt i prim s'associa a èxit social i a bona salut; de manera que estar prim es considera un valor, i estar gros sovint es percep com falta de cura cap a un mateix, màxima que afecta especialment les dones.¹

¹ Font: CARRETERO, Cristina et al. (2004): "*Prevenió inespecífica dels trastorns de conducta alimentària*". ACAB

Els nostres cossos, els nostres drets

4.8.1. Testant l'autoestima 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Autoestima

Desenvolupament

Feu l'activitat en grups de 4-5 persones.

D'aquesta llista d'afirmacions, quines reflecteixen una bona/dolenta autoestima?

- a) Mai he lligat ni lligaré en una discoteca
- b) Ja sé que no ho hauria d'haver fet sense condó, però em va dir que m'agradaria més sense i me'l vaig creure
- c) És la primera vegada i tinc por de perdre l'erecció, però no li diré res perquè no vull que pense que no en tinc ni idea
- d) M'agrada aquell/a xic/a i sé que puc aconseguir que es fixe en mi
- e) Hui em trobe molt guapo/a
- f) No passe per davant de la classe de FP perquè em diuen de tot
- g) Jo compre els condons, no et preocupes
- h) Aniré amb ell a sa casa per a enrotllar-nos; no vull que pense que sóc una pava
- i) He llegit en un llibre que s'ha d'acaronar el clítoris per a fer orgasmar una xica. Vols que ho provem?
- j) Amb un cos així, qui es fixarà en mi!
- k) Encara que no em fan gràcia, dissimule davant dels acudits masculistes

l) No m'agrada quan em parles diferent davant dels teus amics

m) No sóc guapo/a però sóc original; i a qui no li agrada que no mire

n) Si no m'enrotlle amb ella ja, els meus amics pensaran que sóc un idiota

Definiu què és l'autoestima i debateu posteriorment al voltant de les qüestions següents. L'estructura cooperativa "1-2-4" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions

1. Quins factors influeixen a l'hora de tindre una bona o dolenta autoestima: la família, les amistats, les relacions sexuals, el rendiment escolar, les activitats extraescolar, els mitjans de comunicació...
2. És imprescindible tindre un cos hegemònic per a una bona autoestima?
3. S'ha de tindre parella o relacions sexuals per a tindre una autoestima alta?
4. Quins elements creus que determinen l'autoestima masculina?
5. I quins, la femenina?

L'estructura cooperativa "canvi de grup" pot ser també útil per a enriquir les idees del grup. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Després, elegiu un/a portaveu i compartiu les vostres reflexions amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.8.2. Problemes d'autoestima E

Nivell: ESO

Etiquetes:

#Cossos i models

#Autoestima

#Anglès

Desenvolupament

Vegeu els vídeos i responeu a les qüestions.

- **“Conversations with the friends”** (vídeo en francès amb subtítols en anglès). Tots els adolescents voldrien canviar coses d'ells mateixos i desitgen coses que no tenen. (Dove Confident Me. Dove Self-Esteem Project)
- **“Soundtrack to school”** (vídeo en francès amb subtítols en anglès). La càmera passeja pels corredors d'un institut i anem sentint els pensaments de la gent jove sobre els seus cossos i els dels altres. (Dove Confident Me. Dove Self-Esteem Project)
- **“Conversations with the mirror”** (vídeo en francès amb subtítols en anglès). Una xica es mira a l'espill i li diu les coses que no li agraden d'ella mateixa. (Dove Confident Me. Dove Self-Esteem Project)
- **“Conversations with the team”** (vídeo en francès amb subtítols en anglès). Uns companys es critiquen per primers o per falta de músculs i presumeixen de tindre abdominals. (Dove Confident Me. Dove Self-Esteem Project)
- **“Conversations with the friends”** (vídeo en francès amb subtítols en anglès). Una amiga li diu a l'altra que li agrada com li queda el tall

de cabells. (Dove Confident Me. Dove Self-Esteem Project)

“Niña se defiende sola” (vídeo en anglès amb subtítols en castellà). Un xiquet li ha dit a la protagonista del vídeo que és lletja i aquesta és la seua resposta.

Qüestions:

1. Què els passa als joves que apareixen als vídeos?
2. Anoteu les coses que voldrien tindre les xiques, per una banda, i els xics, per l'altra.
3. Com afecten les opinions de les altres persones? I de les amistats?
4. Què els diríeu? Trieu dos vídeos i escriviu el que els diríeu als joves (a la vostra llibreta o al canal de Youtube corresponent).

Els nostres cossos, els nostres drets

4.8.3. Lloant-nos E

Nivell: ESO

Etiquetes:

#Cossos i models

#Autoestima

Desenvolupament

Quines són les qualitats dels vostres companys/es. Podeu pensar qualitats com per exemple: a) Aparència física: *Té uns ulls preciosos*; b) Coses que fa bé: *Patina molt bé*; c) Forma de ser: *És molt divertit/da*, i d) Comportament: *Sempre t'ajuda quan ho necessites*.

Tot el món es posa en cercle. El/la professor/a tira la pilota a un/a alumne/a i els dels costats li han de dir una cosa bona cadascú. Aquest la tira a un altre i així fins que tot el món haja rebut almenys, dues coses positives (no es pot repetir).

Escriu una frase que explique de què et sents orgullós/a, per exemple a l'escola, amb les amistats, amb la família, amb alguna cosa que t'ha costat molt i has aconseguit, per ajudar algú, perquè havies de prendre una decisió difícil i finalment ho has fet, perquè ho pots fer sol...

Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.8.4. Què deixen de fer aquestos joves? E

Nivell: ESO

Etiquetes:

#Cossos i models

#Autoestima

Desenvolupament

Descriu-vos físicament en una quartilla. Passeu la descripció a un company/a. Per parelles, valoreu-vos les descripcions. Són positives o negatives? Hi predominen els adjectius negatius, positius o neutres?

Per parelles, també, comenteu quines activitats deixen de fer aquestos joves?

a) Maria s'ha engreixat 4 quilos des de l'estiu passat i no vol ni sentir parlar d'anar a la piscina amb les amigues. I això que li encanta tirar-se des del trampolí.

b) Joan va amb cadira de rodes a l'institut, però anar a la discoteca ja és un altre tema. Qui es fixarà en ell? Si el miren, de segur que serà per a burlar-se'n.

c) Tots els amics de Carles són més alts que ell i encara que sa mare li diu que ja creixerà, ell se sent fatal i no vol anar a la discoteca perquè no suportaria la vergonya que li demanaren el carnet.

d) A Esther li han crescut els pits molt de pressa i no li caben els sostenidors de l'any passat. Els xics li diuen coses quan corre per la pista de bàsquet i ha decidit deixar-ho estar.

e) A Elena li encanta el handbol. És molt bona i l'ha practicat des que era menuda; però té uns braços i unes cames molt fortes i ja s'ha sentit més d'un comentari per part dels xics de la classe. Son pare també diu que una xica femenina és molt més guapa. Està pensant

deixar-ho estar.

f) Carles és molt femení i cada dia a l'institut i al repàs s'ha de sentir els típics comentaris de "marieta", "efeminat"... Al seu germà tampoc li agrada que moga les mans tant ni que siga tan expressiu i sempre li està dient que canvie.

g) Teresa és sorda. A l'institut té un intèrpret de signes i amb la seua ajuda pot seguir les classes sense problemes. Normalment ix amb el grup d'amics sords, però un dia van anar al pub on solen trobar-se els de la seua classe, i tot el món se'ls quedà mirant com si foren extraterrestres. No hi tornaran.

h) A Elena li encanta fer esport, i el seu amic Carles li ha recomanat el seu gimnàs. A ella li encantaria, però no pot evitar pensar en el "moment vestidor" perquè no està operada dels genitals ni pensa fer-ho.

i) Tots els amics s'han apuntat al gimnàs, però Enric, entre la música i les classes de cant no té temps per a res. Està pensant de deixar-se una de les dues coses perquè no vol ser el friqui del grup.

j) Mario està prenent hormones des de fa dos mesos però la veu encara no li ha canviat prou, i quan es mira a l'espill creu que té aparença de dona. No vol eixir de casa fins que no parega un xic de veritat perquè està fart que l'insulten. De fet, es va deixar l'institut perquè no suportava el bullying.

Busqueu una altra parella i comenteu les vostres respostes.

Després, poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.8.5. Les persones que admire E

Nivell: ESO

Etiquetes:

#Cossos i models

#Autoestima

Desenvolupament

Fes una llista de persones que admires, famoses i del teu entorn, que no tinguen un físic ideal:
Admire ... per... i m'agradaria assemblem-m'hi en...

Què creus que els altres valoren de tu. Demana a 4 persones de la teua família o amigats que parlen de tu (ho poden escriure o et poden enviar un àudio per Whatsapp. El que diuen de tu, fan referència al teu cos; a les coses que saps fer, a la teua manera de relacionar-te...? T'ha sorprès alguna de les valoracions?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.9. TRANSFORMACIONS CORPORALS: ELS PÈLS

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

Una societat disfòrica

Informació per al professorat

Cuidar-se s'ha convertit en sinònim de treball i de modificació corporal, i tots i totes, en major o menor grau, entrem en el joc. Les persones pateixen dolor depilant-se, forcen els seus músculs al gimnàs, ocupen temps maquillant-se, desmaquillant-se i afaitant-se, duen aparells bucals durant anys, s'injecten bòtox, se sotmeten a operacions relativament senzilles com corregir les orelles prominents o a d'altres més complexes com liposuccions, vaginoplàsties o mastectomies.

La depilació n'és un exemple paradigmàtic i té un significat social ben marcat. Pel que fa als pèls de la cara, en els xics adolescents, tindre bigoti i començar a afaitar-se'l és una espècie de ritual d'iniciació amb què es deixa arrere la infantesa. I justament per aquesta relació del pèl amb la masculinitat o l'homenia, qui encara no té pèls sol ser objecte de burla, i és admirat qui comença a utilitzar la fulleta d'afaitar. Per contra, en les xiques no es permet ni el més mínim borrisol al rostre, i els insults i la tortura depiladora comencen aviat, fins i tot en la infantesa. I diem tortura perquè llevar-se els pèls de la manera en què solen fer-ho les dones (cera, pinces, làser, maquinetes estirapèls, etc.), és molt més dolorosa que el simple afaitat. Pel que fa als pèls del pit, o als que envolten l'àrèola dels mugrons, és opcional llevar-se'ls o no, en el cas dels xics; per contra, en les xiques és quasi una obligació. El mateix podem dir de les cames, aixelles, pubis o altres parts del cos: ells es depilaran si els ve de gust; elles, obligatòriament. I les raons adduïdes no seran sols estètiques, sinó de salut (És que és més higiènic, *Em sent més neta*).

Fins on estem disposats/des a arribar en la modificació corporal és una decisió personal en tensió constant amb les pressions del voltant i amb la generalització d'unes pràctiques que eren impensables fa només una dècada. En alguns casos pot estar justificat per qüestió de salut; però en la majoria, els treball sobre el cos i les modificacions a les quals el sotmetem tenen una motivació social i/o cultural, i és imprescindible que ajudem el jovent a mesurar-ne els costos personals i les conseqüències, i que els donem eines per a defensar-se de la pressió. Val la pena, en plena etapa de creixement, passar les vesprades al gimnàs fent musculació o sotmetre's a dietes restrictives? Saben les nostres adolescents que portar calcer a la moda (estret, que no subjecta el peu, amb taló alt...) té costos per a la salut, per exemple problemes de columna? S'ha de practicar una vaginoplàstia una jove trans o operar-se les cordes vocals perquè una dona socialment acceptable ha de tindre la veu fina i ser "penetrable"? Ha de prendre Viagra un jove amb diversitat funcional perquè l'única pràctica sexual que es considera normal és la penetració?

Hem d'aportar realisme al desig d'aconseguir uns cossos que sovint no són reals sinó que estan modificats amb photoshop, o els models són persones que tenen al seu abast els diners, el temps, la tecnologia o els preparadors necessaris per a acostar-se als models de bellesa o als estàndards capacitistes imperants. Hem de desmuntar tòpics masclistes sobre els genitals femenins, per exemple, que són bruts o que fan mala olor (de peix) i per això han d'utilitzar

productes desodorants, idees que, adobades pel sexisme, provoquen que no els coneguen i que no els estimen –i de retruc que no puguem gaudir-los. Hem de desfal·locratitzar els xics i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que han de respondre automàticament a cap estímul, ni el seu valor depèn de la grandària o funcionalitat dels genitals. Hem de posar sobre la taula que la relació amb el propi cos té conseqüències en les relacions sexuals i en el plaer. Hem d'ajudar a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos. Per exemple, molts xics transsexuals se sotmeten a mastectomies, no perquè patisquen disfòria de gènere sinó perquè no poden suportar la pressió social i les mirades reprovatòries de qui no accepta un rostre i un cos masculí però amb pits. I el mateix podem dir de les vaginoplàsties a les quals se sotmeten algunes dones trans heterosexuales perquè el model de sexualitat penetratiu no es qüestiona en absolut.

El terme disfòria de gènere és una etiqueta que s'aplica a les persones transsexuals que no se senten a gust amb els seus cossos. Però en realitat, vivim en una societat disfòrica ja que tot el món pateix en major o menor grau la inadequació del seu cos a les expectatives socials.

Qui pot estar content amb el seu cos vivint en una societat tan exigent com la nostra?

Els nostres cossos, els nostres drets

Sexualitat i modificació corporal

Informació per al professorat

El filòsof Paul Preciadoⁱ anomena el període actual etapa farmacopornogràfica. En aquesta, els avanços en cirurgia estètica, els descobriments químics i l'enorme poder de la indústria farmacèutica, han convertit la sexualitat en un mercat amb un grandíssim potencial. A través de les viagres per a ús terapèutic o recreatiu; dels pegats de testosterona i l'anomenada viagra rosa per a augmentar la libido de les dones; o de les clíniques que fabriquen pits, allarguen penis i rejuveneixen vulves, la salut es barreja amb l'estètica. Així, el *distress* o malestar produït per la inadequació a les expectatives o als patrons normalitzats, justifica que la varietat de cossos i de desitjos, i els canvis normals en la vivència de la sexualitat, siguin considerats patologies i malalties curables gràcies als laboratoris farmacèutics i als seus productes.ⁱⁱ Per exemple, la Viagra, pensada en principi per a hòmens amb problemes d'erecció (ús terapèutic), és usada de manera recreativa per barons que no la necessitarien si no fóra per la pressió que els compel·leix a ser sempre potents (per exemple després d'una nit de festa i per a "no fallar").

En el cas de les dones, hi ha hagut un creixent interès per la seua sexualitat per part de les empreses farmacèutiques i també per part de les clíniques d'estètica; però tal com assenyala Ojuelⁱⁱⁱ, no es parla de sexualitat

femenina gràcies a l'esforç dels professionals ni per l'avanç del feminisme, sinó perquè a la indústria (farmacèutica i estètica) li interessa crear un mercat per vendre els seus productes. Perseguint l'èxit de la Viagra masculina, la indústria està invertint una gran quantitat d'esforços perquè la falta de desig femení i la dificultat per a orgasmar siga percebuda per la població com una patologia amb ràpida solució farmacològica. El màrqueting està tenint els seus efectes i la pressió corporal va conquistant cada vegada més parts dels cossos de les dones. I ara és el torn dels genitals. Tindre els llavis excessivament grans o una vagina "vella" poden provocar "retard" de l'orgasme o que no puguin vestir amb roba moderna per tal de dissimular el seu "defecte", segons resa la publicitat d'una clínica d'estètica. I com que les dones tenen dret al plaer i a una sexualitat activa a qualsevol edat, "han de deixar enrere les pors i els prejudicis i confiar en el professional mèdic", que solucionarà el seu "problema". De nou, la pressió estètica es disfressa de preocupació per la salut i pel benestar de les persones.

ⁱ Abans, Beatriz Preciado.

ⁱⁱ En el blog Karícies, podem veure tres entrades sobre la medicalització de la sexualitat: [Química farmacèutica o química corporal](#) (1), [El cos de les dones és un camp de batalla](#) (2) i [Torneu-nos els nostres cossos](#) (3)

ⁱⁱⁱ OJUEL, Júlia; FUENTES, Mercè i MAYOLAS, Emma (2007): "*Disfunción sexual femenina*", dins OJUEL, Júlia et al. (2007). *Manifestación y medicalización del malestar de las mujeres*. Ministerio de Sanidad y Consumo. Programa de Formación de Formadores/as en Perspectiva de Género en Salud.

Els nostres cossos, els nostres drets

La performativitat de gènere Informació per al professorat

En la dècada dels noranta, Judith Butler va marcar amb *El gènere en disputa* un abans i un després en la consideració del sexe i del gènere. Si fins aleshores s'havia considerat que el sexe era allò natural i el gènere allò cultural o construït socialment, Butler proposarà que també el "sexe" és un concepte sociològic o cultural ja que és l'efecte d'un dispositiu que es dona dins d'un sistema social binari i heterosexual, que Butler anomena "matriu heterosexual", marcat per la normativa de gènere.

Tal com explica Leticia Sabsay (2009)ⁱ, per a Butler el gènere no és l'expressió d'un ser interior o la interpretació d'un sexe que ja existia abans del gènere, sinó que les normes de gènere funcionen com un dispositiu productor de subjectivitat. L'estabilitat del gènere depèn de l'alineació ideal entre sexe, gènere i sexualitat, un equilibri que està sent constantment qüestionat per la diversitat humana. Butler no nega l'existència del sexe, de la materialitat corporal, sinó que afirma que la idea comunament acceptada de dos sexes naturals i complementaris és la forma mitjançant la qual el gènere s'ha fet estable dins del sistema.

També el filòsof Paul Preciadoⁱⁱ ha aprofundit en el que Foucault va anomenar "biopolítica", i que es refereix als dispositius del poder que controlen les vides de les persones, inclosos els desitjos i l'estima, sense que els

percebem com a obligatoris. Per a Preciado, aquests mecanismes no repressius són un efecte més del neoliberalisme, que crea individus disciplinats que assumeixen els pressupòsits d'aquest biopoder pensant que són normals i desitjables. Així, el cos no interessa tant com a organisme natural sinó com a arquitectura social i política sobre la qual s'assenten conceptes com la identitat, l'orientació, el gènere, etc., categories que hem de sotmetre a crítica ja que es tracta de ficcions històricament construïdes, i per tant plàstiques. La dificultat està en el fet que hi ha ficcions legitimades socialment i altres que no ho estan, circumstància que dificulta poder-les conformar d'altres maneres.

Butler afirma que el gènere és performatiu, és a dir, una actuació reiterada i obligatòria, una pràctica social que segueix unes normes precedents i que requereix un esforç constant i repetit d'imitar les pròpies idealitzacions del sistema. Així, l'acompliment reporta beneficis; i l'incompliment, càstigs socials (marginació, violència...). En la performativitat de gènere, el subjecte no és l'amo del seu gènere, ni és lliure de fer l'actuació que més li satisfà, sinó que les normes socials marquen el seu actuar. Tanmateix, el fet que l'existència del gènere siga possible a través de la seua repetició, fa possible que l'actuació siga inadequada i que les normes es transformen. Les persones no sempre reproduïxen les normes idealment i hi ha la potencialitat de subvertir-les.

ⁱ SABSAY, Leticia (2009): "Judith Butler para principiantes", Pàgina 12.
ⁱⁱ MOLINA, Ángela (29 de enero de 2016): "Llamadme Paul", *El País*.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.9.1. És antihigiènic! EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Il·lustracions de [Kendraw](#)

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Feminitat(s)

#Salut

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Comenteu el còmic de Kendraw "Summer Edition", en grups de 4.

Després, compartiu les valoracions en gran grup. Si coneixeu altres vinyetes antisexistes, compartiu-les amb la classe.

Per parelles, elaboreu un còmic crític amb el sexisme. No cal que els dibuixos sigues professionals. El que importa és el contingut.

Còmic. Summer Edition. Kendraw



Traducció (més o menys lliure):

- Uf, fa una calor que mata!
- Uf, sí, fa una calor que mata!
- Bon joc, tio!
- Gràcies, nano!
- Òndia! No t'afaites? Que antihigiènic!

- Uf, quina calda fa hui!
- Ei, nena! Mira açò! Ei, sexi! Vine cap ací, xiqueta! Estàs per a menjar-te, redéu! Vinga nena, no sigues tímida!
- Per què has tardat tant? Uau!, no tens calor?
- Sí.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.9.2. Pareu la deforestació! 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Salut](#)

[#Expressió de gènere](#)

Desenvolupament

Comenteu el text "Stop deforestació" per parelles. Redacteu un comentari al blog Karícies o al vostre quadern.

Per parelles o grups xicotets, elaboreu un tríptic amb recomanacions saludables sobre la depilació vulvar.

Text: Stop deforestació

La depilació del pubis és l'última de les conquestes de la moda (patriarcal). Fa uns anys, les dones solien depilar-se només allò que se n'eixia de les bragues o del biquini. Ara, s'ho han de llevar pràcticament tot. Els motius que s'al·leguen a favor de la desforestació són diversos, però n'hi ha un que destaca: per "salut". "És que és més higiènic" o "Em sent més neta" solen ser les frases emprades. Però pensar que la depilació és saludable és un engany que ens hem empassat, juntament amb altres idees que van també en la nostra contra, com per exemple el tòpic que els genitals femenins són bruts o fan mala olor (olor de peix), per la qual cosa s'han de netejar amb sabons i perfumar amb desodorants íntims, que en realitat més que netejar provoquen la desaparició de la flora protectora pròpia. Per què una xica que no es depila és titllada de

"guarra" i un xic amb el doble de pèl no rep cap qualificatiu? Coses del patriarcat, que busca maneres perquè la igualtat no siga efectiva.

La depilació pot tindre avantatges però la salut no és un d'ells. Des del punt de vista ginecològic, el pèl púbic és un protector natural que dificulta l'entrada de patògens a l'organisme, ja que forma una espècie de barrera contra bacteris que podrien atacar el sistema urogenital. Moltes persones no saben que la depilació pot arribar a generar infeccions bacterianes i altres tipus de danys en la pell i desconeixen que el pèl manté a ratlla les ferides, els cops genitals i les infeccions durant les relacions sexuals. Nombrosos dermatòlegs expliquen que la depilació afavoreix el contagi d'Infeccions de Transmissió Sexual (ITS), i adverteixen que des de la generalització d'aquesta en els dos sexes, estan augmentant

les ITS entre la gent jove, per exemple els condilomes genitals causats pel virus del papil·loma humà. Retallar-lo, o depilar-se només les àrees laterals, no és tan arriscat pel menor freq d'aquesta zona.

Aclarit el tema de la salut, podem parlar de les altres raons que s'addueixen en defensa de la depilació íntima: els genitals depilats són més bonics/sexis/juvenils...; el penis sembla més gran; la sensibilitat és major; el sexe oral és més agradable sense pèls, etc. No discutiré cap d'aquestes raons perquè són personals i cadascú ha de decidir si li compensen els riscos assenyalats anteriorment. Però sí que voldria afegir una dada que ens hauria de fer pensar: l'augment de les operacions genitals en dones per a reduir els llavis menors o fer que siguen simètrics; aplanar el mont de Venus; rejuvenir la vagina; amagar un clítoris considerat massa gran, etc. Suposadament, la depilació hauria de fer que les dones estigueren més satisfetes amb les seues vulves, però el que ocorre és que en lloc de sentir-se millor se senten pitjor, i una part de l'anatomia que fins ara quedava lliure de les urpes de la moda, ha passat a ser un motiu més per a la insatisfacció. I clar, creada la necessitat, apareix de seguida qui treu profit de la baixa autoestima de les persones.

Fragment de l'entrada "["Stop deforestació"](#)" (Karícies)



Els nostres cossos, els nostres drets

4.9.3. Princeses amb els cabells curts E

Nivell: ESO

Etiquetes:

#Cossos i models

#Feminitat(s)

#Expressió de gènere

#Intolerància per gènere

Desenvolupament

Llegiu la notícia: [Com serien les princeses de Disney amb els cabells curts?](#) Resumiu-ne les idees principals.

Reflexioneu en grups de 4 al voltant de les següents qüestions o idees per al debat.

Qüestions per al debat: Qui porta els cabells curts a classe? I llargs? La no depilació femenina com a senyal de protesta per part d'algunes feministes. Els cabells llargs com a símbol de rebel·lia als anys 70. Les transgressions de gènere com a senyal d'homosexualitat. Per què és tan difícil no seguir els models?

Després, comenteu la notícia protagonitzada per Morgan Mikenas, una jove que ha passat un any sense depilar-se: ["Esta mujer cuenta cómo ha sido su experiencia tras un año sin depilarse"](#). Mikenas va compartir l'experiència en Instagram, on té més de seixanta mil seguidors. En el vídeo ["Why I Don't Shave"](#) (en anglés) ho explica.

Compartiu les vostres reflexions amb el grup classe.

Notícia. Com serien les princeses de Disney amb els cabells curts?

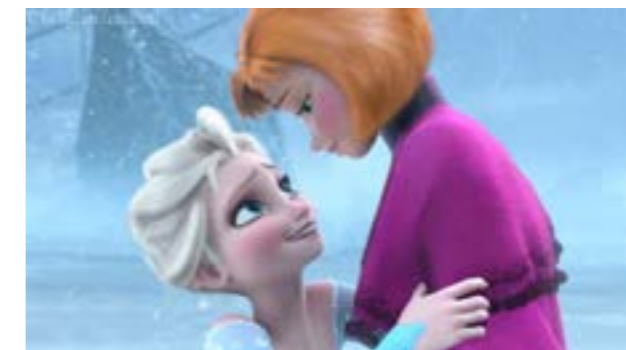
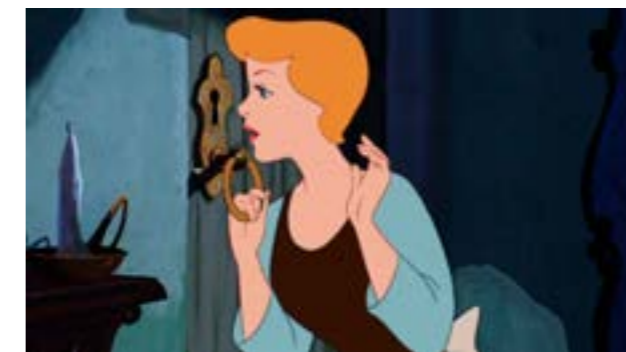
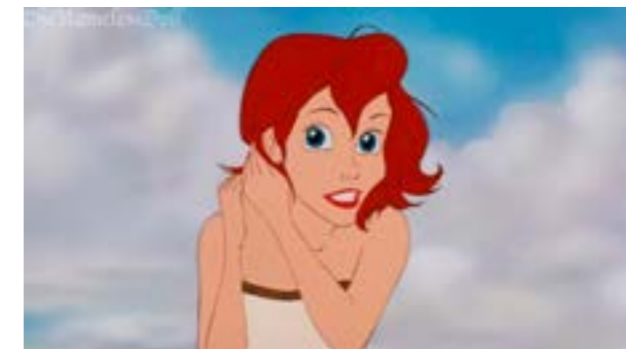
'The Nameless Doll' triomfa a internet amb la seva proposta, a mig camí entre la recreació artística i la reivindicació feminista

ARA Barcelona 15/07/2015

No hi ha història de Disney sense heroïna, sovint una princesa. I no hi ha heroïna de Disney sense melena. Les pel·lícules de la casa, antigues o modernes, reproduïen uns esquemes molt sexistes. Amb el pas del temps, la incomoditat davant de la repetició dels estereotips i les crítiques han fet que els creadors hagin introduït petits tocs de modernitat: les noves heroïnes no són només blanques i algunes d'elles ja no responen al model dòcil i submís de feminitat. Però, blanques o mulates, submises o decidides, cap d'elles s'escapa d'un model estètic que les obliga a tenir els cabells llargs.

Ja no. [The Nameless Doll](#) és un blog que, des de la creativitat, denuncia els estereotips sexistes d'unes protagonistes convertides en heroïnes per a milions de nenes d'arreu del món. Per què totes aquestes heroïnes tenen la mateixa cara de nina? Per què tenen els cabells llargs? Aquesta és la denúncia de 'The Nameless Doll', el blog que, a mig camí entre la recreació artística i la reivindicació feminista, posa l'accent en la importància dels estereotips en els dibuixos animats.

L'última creació del blog ha aconseguit un gran ressò a internet. Es tracta d'una recreació d'algunes de les heroïnes més famoses de Disney. Des de la Ventafocs fins a l'Ariel ('La sireneta'), passant per la Blancaneu o la Belle ('La bella i la bèstia'), diferents personatges han estat reinterpretades amb un 'look' més modern. I aquest és el resultat: Ariel (La Sireneta), Blancaneus, Elsa i Anna (Frozen) i Ventafocs.



Els nostres cossos, els nostres drets

4.9.4. Un any sense depilar-se EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

Llegiu i comenteu la notícia [Esta mujer cuenta cómo ha sido su experiencia tras un año sin depilarse](#), protagonitzada per [Morgan Mikenas](#), una jove que ha passat un any sense depilar-se i ha decidit compartir-ho a Instagram.

Feu dues columnes, una per a xics i una altra per a xiques. Ompliu cada columna amb les activitats que ha de realitzar un xic i una xica en la nostra societat per a ser considerats normals. Puntueu de l'1 al 5 els cost o dolor de les activitats. Feu-ne la suma.

Després, poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Text: Un any "al natural"

"Me encanta ser la versión más natural y más humana de mí misma", cuenta

VERNE 30 ABR 2017 CEST

Los cánones de belleza femenina no solo estigmatizan sobre peso y talla, también sobre el vello corporal. La estadounidense Morgan Mikenas, con 67.000 seguidores en Instagram, donde sobre todo publica fotos haciendo ejercicio, dejó de depilarse hace un año y desde hace meses comparte fotos donde visibiliza el vello de su cuerpo.

En un vídeo en YouTube, colgado en marzo, Mikenas explica los motivos por los que lleva un año sin depilarse. Ya supera el millón de visionados. Comienza explicando que no pretende que todo el mundo deje de depilarse, sino que se trata de una opción. "Solo quiero inspirar a otras para que hagan lo que crean que es más cómodo para ellas", dice. Ella dejó de hacerlo, principalmente, por el tiempo que le quitaba, pero también por la sensación que le producía. "Cuando me depilo todo pincha, pica y es incómodo", afirma. "Ahora me siento súper suave".

También habla de las reacciones de algunas personas al ver sus piernas durante el último año, como la de unos niños a los que cuidaba. "Me decían cosas como 'Dios, pareces un hombre' o '¡no te has depilado!'", recuerda. "Esta es la reacción que tuvieron unos niños. ¿Qué conclusión podemos sacar, si es eso lo que les están enseñando?", se pregunta. Mikenas cuenta que comenzó a depilarse en el colegio, después de que unas niñas se rieran del vello en sus piernas.

"Si hubiera dejado de afeitarme en el pasado, apuesto a que me hubiera sentido sucia y avergonzada", añade. "Pero nunca más: Me encanta mi pelo. Me encanta mi vello corporal. Me encanta ser la versión más natural y más humana de mí misma".

Desde hace años, cada cierto tiempo viralizan historias de mujeres que no se depilan o muestran su vello en redes sociales para reivindicar su elección. De hecho, esta instagrammer utiliza el hashta g#BodyHairDontCare (el vello corporal no

importa), usada por muchas más mujeres para normalizar el pelo en el cuerpo femenino. En España también ha habido acciones similares como #MiVelloMisNormas.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.10. TRANSFORMACIONS CORPORALS:

BODYBUILDING I MUSCULATURA

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.10.1. L'esport que fem EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Esport

#Salut

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Per grups nombrosos (de 8 o 10), feu una graella amb el temps que dediqueu a practicar esport, especificant quin tipus d'activitat física es realitza (musculació, joc en equip, córrer...), el nombre d'hores diàries, setmanals, mensuals..., si controleu l'alimentació i/o preneu algun tipus de suplement, etc. Anoteu també, breument, els motius que us porten a fer o a no fer activitat física.

Després, afegim una nova columna que comptabilitze el temps dedicat a les tasques de casa (cuidar germans/es, familiars malalts; cuinar, netejar, comprar...)

Una vegada feta i completada la graella, compareu el temps que xics i xiques dediqueu a l'esport, a l'oci, a la cura d'altres, etc. i feu-ne una valoració.

Si algun grup acaba abans, busqueu informació sobre el perill de fer peses en època de creixement (adolescència) i el perill de fer dietes durant l'adolescència.

Després, elegiu un/a portaveu de grup i expliqueu a la classe les dades i les vostres reflexions.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.10.2. Fitness per a xiques 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Esport

#Feminitat(s)

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Vegeu el vídeo "ANTES Y DESPUES | Transformación Fitness en un año | Bajar de peso de gorda a flaca", que explica la transformació d'una xica que aconsegueix perdre més de 20 quilos amb exercici. Què respondríeu a la pregunta de l'autora del vídeo: *Qué prefieres: una gordibueno o una fitness obsesiva?*

Després, busqueu dos vídeos de Youtube que donen consells sobre l'exercici físic. Trieu-ne un adreçat als xics i un altre a les xiques i compareu-los. Compartiu-los en grups de 4. Trieu, d'entre els 8 vídeos, els dos més interessants i mostreu-los a la classe explicant-ne les diferències i les semblances.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.10.3. Fofisans i grosses EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Esport](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

Desenvolupament

Llegiu la notícia "[El 'fofisano', la tendència estètica masculina de moda](#)". Després, responeu a les qüestions. L'estructura cooperativa "1-2-4" pot ser útil per a realitzar-les. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions

1. Socialment està igual vist estar gros que estar grossa?
2. Sabem que la pressió perquè els cossos siguin normatius és molt forta per a tot el món, però... no està més permesa la transgressió en els hòmens? Per què passa això?
3. Coneixeu dones de talles grans reivindicant el seu valor a les xarxes socials? Busqueu-les i mostreu-les a la classe.
4. (Per a l'ESO) Busqueu fotografies de dones i homes de talles grans i apegueu-les en cartolines amb missatges apoderadors i en defensa de corporalitats no hogemòniques.

Notícia. *El 'fofisano', la tendència estètica masculina de moda*

El escultural cuerpo de 'fitness' ya no se lleva y ahora triunfa el perfil de hombres con saludable barriga cervecera, una nueva corriente que arrasa en redes sociales

La Vanguardia. De moda. 12/05/2015 (Redacción)

Los cánones de belleza cambian y aunque éstos suelen afectar principalmente a las mujeres, los hombres tampoco se libran de ellos. El ideal del 'hombre perfecto' se aleja cada vez más de las proporciones del David de Miguel Ángel, que poco a poco ha quedado relegado por una imagen de seductora dejadez masculina. Y es que del mismo modo que el lumbersexual se impuso al metrosexual, ahora el escultural cuerpo fitness ha quedado a un lado y lo que se lleva es ser un fofisano.

Esta nueva tendencia estética nació en Estados Unidos y ha ido cuajando en los últimos meses gracias a la alegoría que le han hecho actores como Leonardo DiCaprio, Ben Affleck o Jason Segel. Es el paralelismo masculino a la reivindicación femenina de la 'belleza real' y define al típico hombre que practica ejercicio pero que no se priva del buen manjar y beber.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.11. CIRURGIA ESTÈTICA

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.11.1. Curt “Supervenus” 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Autoestima](#)

[#Cossos i models](#)

[#Cirurgia](#)

[#Violència masclista](#)

Desenvolupament

Comenteu, per parelles, el curt *Supervenus* (Frédéric Doazan, França, 2014), una reflexió crua sobre la violència a què les persones estan disposades a sotmetre els seus cossos per assemblar-se als models hegemònics. Ací teniu l'enllaç al canal de l'autor on es pot veure el [teaser del curt](#). A internet podem trobar el [vídeo sencer](#).

Comenteu, en una parella diferent, el vídeo “[#IStandUp againt harm caused by objectification women in advertising](#)” (en anglés). Forma part de la [campanya #WomenNotObject](#) (2016). Compartiu amb aquesta nova parella les valoracions amb l'anterior.

Després, ajunteu-vos amb una altra parella i decidiu qui en serà el/la portaveu per a compartir amb el grup classe les vostres idees.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.11.2. Cirurgia vaginal i vulvar 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Cirurgia](#)

[#Plaer](#)

[#Desigualtat](#)

Desenvolupament

A l'aula d'informàtica (o amb tauletes o dispositius mòbils a la classe habitual). Per parelles, busqueu informació en internet sobre cirurgia plàstica vaginal i cirurgia vulvar: quines intervencions proposen, a qui van adreçades, arguments que utilitzen per a justificar les operacions, ideal corporal i sexual al qual es pretén arribar amb les cirurgies, frases que us criden l'atenció...

Després, visiteu la pàgina [MakeoverTravel](#) (Tu cirurgia plàstica a precio asequible con los mejores cirujanos en Bolivia y Brasil). D'aquesta pàgina, hem extret el text "Labioplastia vaginal". Llegiu-lo, subratlleu les frases que us criden l'atenció. Després responeu a les qüestions:

1. El text recomana la labioplastia, que consisteix en la reducció dels llavis menors. Quins arguments s'utilitzen per a justificar aquesta operació?
2. Quin és l'ideal corporal i sexual al qual es pretén arribar gràcies a la cirurgia?
3. Penseu que aquestos serveis són una ajuda per a les dones o augmenten la pressió per a aconseguir un model corporal determinat?

[Per a dirigir la posada en comú i debat amb el grup classe, recomanem que el professorat llija

la píndola informativa "Sexualitat i modificació corporal"]

Text. Labioplastia vaginal¹

Pensando en lo que puede sentir una mujer que tiene unos labios genitales excesivamente grandes es que proponemos la labioplastia, cirugía que posibilita la mejora de las partes del aparato genital que le disgusten o le molesten.

Algunos efectos que sufren las candidatas a este tipo de cirugía son: retraso de orgasmo; no pueden usar ropa moderna por temor a que se note su defecto; no le encuentran sentido a su vida sexual ya que al tener una vagina muy amplia sus músculos vulvoperineales están desgarrados y por lo tanto el pene no roza las paredes o se sale muy fácilmente durante el coito, estímulos cuya existencia es importante para su propia, y sana satisfacción sexual y física. Todo esto lleva a la mujer a un gran interrogante y una insatisfacción física difícil de resolver para ella, sea por falta de conocimientos, por vergüenza o temor cultural lo que resulta en silencio permanente, rechazo a la vida sexual, baja autoestima, todos derechos normales como ser humano que ella tiene.

Para encontrar solución a este problema tan común, es necesario que la mujer se conozca bien físicamente a sí misma, acepte que tiene derecho a una sexualidad activa y satisfactoria a cualquier edad de su vida, sin que existan prejuicios, miedos y temores de expresarse con su pareja y ante todo con su médico.



Els nostres cossos, els nostres drets

4.11.3. La cirurgia més íntima 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles.

Etiquetes:

#Cossos i models

#Salut

#Plaer

#Cirurgia

#Clítoris

Desenvolupament

Llegiu i comenteu l'article "[La belleza más íntima](#)". Responen a les qüestions.

Qüestions

1. Segons l'article, les dones es redueixen el clítoris per a tindre relacions sexuals més satisfactòries?
2. També, segons l'article, les dones s'operen el clítoris perquè els molesta tindre'l gran? Als hòmens no els molesta tindre penis grans? Penseu que també es posarà de moda que els hòmens s'operen els penis per a reduir-los i que no els pressione el pantaló?
3. Un clítoris més gran que la mitjana és una patologia? I pateix més infeccions que un clítoris xicotet? Pateixen els penis més infeccions que els clítoris, ja que són més grans que aquests?
4. Operar els llavis menors perquè siguin simètrics significa tornar-los "a su tamaño original"?

Article. La belleza más íntima

La cirugía de rejuvenecimiento genital en mujeres, en auge

30 nov 2011- Levante-EMV

La belleza más íntima

Vaginoplastia, labioplastia, vulvoplastia y clitoroplastia son algunas de las técnicas más demandadas en el campo del rejuvenecimiento genital femenino. En el último año han aumentado un 20% las consultas, según datos del Instituto Pérez de la Romana de Alicante.

Las mujeres demandan más estas mejoras

Aumentan un 20% las consultas sobre estas intervenciones, que buscan comodidad, estética o mayor placer sexual

Los factores culturales están detrás del crecimiento, que ya parece una tendencia imparable. Las mujeres desean tener relaciones sexuales más satisfactorias y los cánones de belleza también están presentes en los momentos íntimos de una forma especial.

En la mayor parte de los casos, frente a lo que pueda parecer, son razones de «comodidad» las que impulsan a las mujeres a solicitar una intervención sobre el clítoris. Según el cirujano plástico Federico Pérez de la Romana, (miembro de la SECPRE y Active Member de la ASAPS), mediante la técnica reductora de clitoroplastia, se consigue restablecer sus dimensiones para ajustarlo a los cánones (el clítoris perfecto debe medir entre 4 y 10mm), manteniendo intacta la sensibilidad. Es una zona sensible a dos patologías: agrandamiento o abultamiento, lo que puede provocar molestias cuando se viste ropa ajustada, riesgo de infecciones, bajada de autoestima e incluso malestar durante las relaciones sexuales por hiper o hiposensibilidad en la zona. El procedimiento es sencillo y relativamente rápido. Durante la clitoroplastia, que dura aproximadamente una hora, se realiza

una pequeña incisión curva en el capuchón del clítoris y se invagina hacia dentro hasta esconderlo.

La comodidad se traduce en satisfacción en las relaciones sexuales. Es frecuente que las pacientes que solicitan una operación de labioplastia o vulvoplastia (remodelación de labios mayores o menores), sientan molestias durante las relaciones o sea su propio complejo el que le impide disfrutar de las relaciones. Habitualmente las molestias provienen de un tamaño excesivo de los labios o problemas de autoestima debidos a su asimetría. En estos casos, la intervención es muy sencilla, consiste en devolver los labios a su tamaño original, si se ha producido laxitud en los tejidos o igualar su dimensión en caso de asimetría. «Son muchas las mujeres en España que recurren ya a este tipo de intervención de cirugía íntima para sentirse mejor consigo mismas y para favorecer su sexualidad», afirma Pérez de la Romana. «No siempre son mujeres mayores las que solicitan esta intervención. A veces son jóvenes con una deformación congénita o bien que sus tejidos no han vuelto a su sitio después de partos sucesivos. La vaginoplastia no es más que el estrechamiento del canal vaginal, orientada a devolver su dimensión a su estado original», sostiene el doctor.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.11.4. La tinc xicoteta 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Cirurgia](#)

[#Autoestima](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Genitals](#)

Desenvolupament

Llegiu la notícia "[En qué consiste la cada vez más demandada operación de agrandamiento y ensanchamiento de pene](#)" sobre les operacions d'allargament de penis. Utilitzeu la tècnica "lectura compartida". (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Després, responeu a les qüestions en grups de 4, seguint l'estructura "lapis al centre" (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions

1. Per què els preocupa als hòmens la grandària del penis? Hi té a veure la pornografia, com comenta la psicòloga en l'article?
2. Quina és l'opinió de les seues parelles?
3. Què opines de les frases "no tiene el tamaño que debería" i "no dan la talla" dites per un professional mèdic?
4. Què significa "penecentrisme"? Quines conseqüències té el penecentrisme en l'autoestima dels hòmens?
5. Si la nostra societat no fóra tan exigent amb el rendiment dels xics, penseu que els xics patirien pel seu penis?

Notícia. En qué consiste la cada vez más demandada operación de agrandamiento y ensanchamiento de pene

Redacción BBC Mundo. 9 junio 2016

Michael piensa que tendría más éxito con las mujeres si se sintiera más seguro de su propio cuerpo. Por eso, a sus 64 años, va a someterse a una cirugía de aumento de pene. "Tan sólo quiero un pene decente", le contó a la BBC. Y, aunque muchos cuestionan si realmente importa el tamaño del pene, cada vez son más los hombres —de todas las edades— que, como Michael, están dispuestos a pasar por el quirófano para alargar y ensanchar su miembro viril.

En Reino Unido el número se ha duplicado en los últimos 10 años, según la Asociación Británica de Cirujanos Plásticos Estéticos (BAAPS, por sus siglas en inglés). Pero el fenómeno es global. El último estudio de la Sociedad Internacional de Cirugía Plástica (ISAPS, por sus siglas en inglés) reveló que en 2014 se llevaron a cabo 15.414 operaciones de agrandamiento de pene en el mundo, la mayoría de ellas en Alemania (2.786 operaciones), Venezuela (473), España (471), México (295), Colombia (266), Italia (256), Brasil, Argentina, Estados Unidos e Irán completaban la lista de los 10 países en los que más se practicó este tipo de cirugía durante ese año.

/.../ "Los hombres encuentran muy difícil admitir algo que probablemente ya saben: que su pene no tiene el tamaño que debería", le dijo a la BBC David Mills, director de la clínica estética londinense Moorgate Aesthetics. En los últimos dos años, este centro ha llevado a

cabo 400 alargamientos de pene, y Mills afirma que ha habido un aumento notable del interés en este tipo de operación en los últimos años. "Antes el agrandamiento de pene era algo que quedaba completamente al margen de la cirugía plástica. Puede que el aumento de la demanda se deba a que ahora hay más hombres que nunca sometiéndose a operaciones de cirugía estética", explica.

Entonces, ¿hay una obsesión con tener un pene de gran tamaño? Mills no lo cree. "No creo que (los pacientes) estén obsesionados con tener un pene muy grande. Más bien sienten que no dan la talla. Quieren tener un pene de un tamaño promedio", dice. Según el profesional, lo que la mayoría de los pacientes piden es llegar a unos 12 centímetros. "Algunos tienen un pene muy pequeño. Es algo que no se puede negar. Y ellos lo saben". /.../ Y las bromas de vestuario, asegura, no los ayudan.

La operación de alargamiento consiste en cortar un ligamento de la base del pene para hacerlo más largo: unos 2,5 centímetros, aproximadamente, cuando está flácido. Y en erección tendrá exactamente el mismo tamaño. Para hacerlo más grueso, se inyecta grasa obtenida del estómago o del trasero del paciente, y en otras ocasiones se agrega ácido hialurónico. En total, esto permite sumar unos 4 centímetros de grosor. /.../ Pero quienes se someten a él suelen quedar contentos. ¿Qué dicen sus parejas? "En la mayoría de los casos, la respuesta de la pareja suele ser: 'Creo que no hace falta, está bien como es'. Pero ellos creen que ellas dicen eso sólo para ser amables", explica el doctor Mills.

Els nostres cossos, els nostres drets

Según la psicóloga clínica Jessica Frankl-Weinberger, la pornografía también ha jugado un papel fundamental en el aumento de la demanda de este tipo de operaciones. Y con ella concuerda José Gregorio Hernández, un cirujano que hasta la fecha ha realizado más de mil intervenciones de este tipo en Venezuela./.../ Michael espera que su vida cambie después de la operación. "Probablemente viajaré más porque me sentiré más cómodo conmigo mismo. Y cuando lleve pantalones cortos y ese tipo de prendas de vestir me veré bien", cuenta, al tiempo que sonríe. "No quiero un pene de gran tamaño. Tan sólo un pene normal".

Els nostres cossos, els nostres drets

4.11.5. Mida i plaer E

Nivells: Segon cicle d'ESO [Per a primer cicle d'ESO, podem fer l'activitat sense treballar el text]

Etiquetes:

#Cossos i models

#Cirurgia

#Autoestima

#Masculinitat(s)

#Plaer

#Genitals

#Coitocentrisme

Desenvolupament

Imagineu que sou penis de diferents grandàries: un serà enorme, com el de R. Sifredi; altres seran més normalets, fins i tot hi haurà algun de molt xicotet (per a aquest exercici es repartiran cartolines amb els centímetres que mesurarà el penis de cadascú). Camineu per la sala i busqueu una parella. Conteuvos els uns als altres alguna aventura sexual molt plaent que hageu tingut. El text "La grandària de l'autoestima" us pot ajudar.

Després, poseu en comú la vostra experiència en grups de 4. Teniu en compte les qüestions per al debat que us suggerim.

Qüestions per al debat: Us ha resultat difícil ser un penis xicotet? I un penis gran? Per què? El plaer depèn de la grandària? Presumeixen les xiques de tindre la vulva, el clitoris o la vagina gran? Per què passa això? Sabeu quan mesura el clitoris? Escriviu un poema que tinga per títol: "Vindicació del penis xicotet".

Text. La grandària de l'autoestima

Si un hombre encontrara la lámpara maravillosa, posiblemente pediría la inteligencia de Stephen Hawking, el dinero de Bill Gates... Pero si los deseos a pedir fueran infinitos, en algún momento saldrían John Holmes o Rocco Sifredi. ¿Qué tienen estos señores? Pues 33 y 31 centímetros, respectivamente, de miembro viril. "La caída del pelo y el tamaño del pene son los dos motivos físicos de preocupación más frecuentes del varón. Debido a una educación sexual centrada en el modelo genital, hay quien piensa erróneamente que a un pene pequeño corresponde una masculinidad poco valiosa", cuenta José Luis Sánchez de Cueto, del Instituto Andaluz de Sexología.

Las dimensiones no tienen nada que ver con el rendimiento. Pero los chicos siguen angustiados: "En los centros y en los teléfonos de información sexual son relativamente frecuentes (un 10%) las consultas acerca del tamaño del pene", añade Sánchez de Cueto. Deberían saber que las zonas de la vagina más sensibles son las de la parte más externa. Y que la vagina está formada por un tejido elástico que se adapta a las circunstancias (desde un dedo hasta la cabeza de un bebé pasando por penes S, M o XL). Por lo que respecta al conducto anal, éste no es elástico, con lo cual puede ser hasta contraproducente que el órgano que lo penetre sea muy grande. Si esto no basta para convencerte, piensa que la naturaleza tiene mecanismos de compensación, de tal modo que los penes pequeños crecen más que los grandes durante la erección.

"Me da igual tenerla chica, cuando ligo es

porque me enrolla bien. En la cama nunca me han dicho nada", dice Goyo (30 años). Vamos, que si no llega a la media (13,58 centímetros), hay dos opciones: o hacer un drama y esconderla cual avestruz, o aceptarlo y vivir sexualmente feliz. Si haces maravillas con el sexo oral o la masturbación, a tu pareja no le importará que para el coito no desenfundes una Tizona. /.../

"Algunos hombres darían cualquier cosa por más centímetros. Sin embargo, olvidamos a aquéllos a quienes les sobran y tienen problemas por ello", explica Manoli Rodríguez, psicóloga y educadora sexual. Uno de los problemas es el número de chicas que salen corriendo al ver eso. "Cometí el error de comentarle a mi novio que mi ex la tenía enorme. Él no estaba mal dotado, pero si salía el tema se defendía diciendo que mi ex debía de haberse quedado gilipollas por concentrar tanta sangre en la polla en vez de en el cerebro", relata Elvira, de 29 años.

Si a pesar de todo sigues en tus trece, siempre queda la cirugía. El doctor Roselló, director del Centro de Urología, Andrología y Sexología (Madrid y Palma de Mallorca), ha realizado más de cien operaciones de aumento de pene, la mayoría en los dos últimos años: "El micropene es aquel de menos de ocho cm., pero muchos hombres con medidas mayores tienen problemas". ¿Su cliente tipo? Varones de entre 18 y 25 años con la autoestima por los suelos. Pero antes de pasar por malos ratos e incluso por el quirófano, habría que aceptar esta gran verdad: no importa el tamaño sino *manejarla* con gracia.

Beatriz Sanz. *El país de las Tentaciones*

Els nostres cossos, els nostres drets

4.12. MAQUILLATGE I COMPLEMENTES

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.12.1. Pots ser supermascle i maquillar-te EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

Desenvolupament

Comenteu la notícia "Pues ser muy macho y maquillarte", que informa sobre una ratlla d'ulls per a hòmens. Responeu per grups a les qüestions. L'estructura cooperativa "1-2-4" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions:

1. Creus que aquest maquillatge és un abans i un després, tal com assenyala la notícia?
2. Creus que tindrà èxit?
3. Per què vol deixar clar el comercial que no és un producte per a gais?
4. Coneixes algunes cultures on era o és habitual que els hòmens es pinten la ratlla dels ulls? Busqueu informació [se'n parla una mica en l'activitat següent].

Notícia. Puedes ser muy macho y maquillarte

20MINUTOS.ES. 31.07.2008

"Guyliner" es una raya de ojos masculina que hace fácil que los hombres se pinten. A partir de la próxima semana ellos podrán competir con las mujeres en cuestión de maquillaje porque la marca de cosmética Superdrug pone a la venta este producto, marcando un antes y un después en el sector, según datos del diario digital telegraph.co.uk. El cosmético no está pensado para homosexuales "El cosmético no

está pensado para homosexuales", asegura Jeff Wemyss, director del departamento comercial de la marca, que comenta que "hoy en día se puede ser muy macho e ir maquillado". La oferta de la raya de ojos se debe a la cantidad de hombres que, cada día más, se preocupan por su belleza y quieren satisfacer su necesidad de vanidad sin que para ello necesiten parecer una "drag queen". La coquetería no es solo cosa de mujeres ni resta hombría. Artistas como el actor Johnny Depp o los cantantes Pete Doherty y Robbie Williams se maquillan desde hace tiempo la raya del ojo sin restar virilidad a su imagen. La empresa además está preparando para después del verano el lanzamiento de una máscara de pestañas, una barra de labios y un anteojeras.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.12.2. Els beauty boys, experts en maquillatge per a hòmens 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Vloggers

#Anglès

Desenvolupament

En grups mixtes de 4 alumnes, llegiu i comenteu la notícia "[Beauty Boys, chicos expertos en maquillaje que revolucionan redes sociales](#)" i mireu el vídeo del youtuber i beauty boy Gabriel Zamora "[January IPSY Glam Bag 2017 | Gabriel Zamora](#)" (en anglès). Utilitzeu la tècnica "lectura compartida" per a la notícia (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Prepareu un vídeo d'un minut com el de Gabriel Zamora, on parleu d'un producte de bellesa, i representeu-lo. Tireu a sorts entre els xics del grup, a qui li tocarà fer-ho.

Després, trieu un/a portaveu, i poseu en comú els vostres comentaris i l'experiència del vídeo.

Notícia. 'Beauty Boys', chicos expertos en maquillaje que revolucionan redes sociales

ALICIA CIVITA / EFE. 25.01.2017

Manny Gutiérrez y Gabriel Zamora encabezan la tendencia de los Beauty Boys, un grupo de chicos expertos en maquillaje que han revolucionado las redes sociales y parecen ser respuesta a las grandes marcas de cosméticos que quieren capturar el incipiente mercado masculino, sin perder a las mujeres. Aunque las empresas de productos de belleza y aseo

personal llevaban años registrando un alza en el consumo de productos para hombres, se habían concentrado principalmente en versiones más sofisticadas de los tradicionales. Pero las cosas han cambiado. /.../

Fue en octubre de 2016 cuando la casa de cosméticos Covergirl dio un paso más allá al anunciar a su primer Coverboy (Chico de portada). En una ceremonia presidida por la cantante estadounidense Katy Perry, una de las celebridades que promociona la marca, la empresa presentó a James Charles, un estudiante de secundaria de 17 años, que en ese momento tenía más de medio millón de seguidores en Instagram. La iniciativa luego fue seguida por Maybelline, su rival en las ventas de cosméticos en farmacias, supermercados y grandes tiendas de descuentos. El elegido en esa oportunidad fue Manny Gutiérrez, quien tiene más de tres millones de seguidores en Instagram y casi dos millones en su canal en YouTube.

Mi meta como un 'chico con maquillaje' es hacer normal la idea de que los hombres se pueden maquillar. Ahora, tanto Gutiérrez, conocido en las redes sociales como Manny Mua, como James Charles están promoviendo máscaras para pestañas. /.../

La mayoría de las personas asocia el fenómeno de los Beauty Boys con los travestis y hombres transgénero, pero Gutiérrez asegura que ese no es su caso ni el de la mayoría de los influencers masculinos en el mundo de la belleza en las redes sociales. "Se trata de transformar tu cara para que luzca de forma diferente. Es darse a sí mismo libertad para crear", explicó.

Históricamente, si bien los hombres llevaban los ojos fuertemente delineados en el antiguo Egipto y en el siglo XV tanto el rey Eduardo IV de Inglaterra como los varones de su corte iban maquillados y con pelucas, en la era moderna el maquillaje masculino es potestad de estrellas de rock y de algún que otro artista rebelde como David Bowie, Michael Jackson o Marilyn Manson, quienes no dudaron en empujar las barreras de la masculinidad con cosméticos. A su vez, los actores Jared Leto y Johnny Deep son conocidos por favorecer las sombras en los ojos.

"Las marcas llevan rato convenciendo a los hombres de que está bien usar cosméticos para verse más atractivos", indicó Hernández. "Clinique y Tom Ford son algunas de las empresas que están sacando líneas para hombres para cubrir ojeras, bronzers y geles para los ojos. Así se empieza. Lo mejor es que muchos empiezan a probar estos productos porque se los regalan sus mujeres", agregó. En opinión de Gutiérrez, han sido las redes sociales las que han dado libertad a los chicos -como él- para expresarse libremente a través del maquillaje, ya que muchos de ellos se dejaron ver completamente maquillados por primera vez en Instagram o YouTube. "Yo tenía bloqueados al principio a mis familiares y conocidos", contó Gutiérrez, quien en la actualidad incluso tiene a su padre trabajando con él.

"Mi meta como un 'muchacho con maquillaje' es hacer normal la idea de que los hombres se pueden maquillar", señaló Zamora. "El maquillaje no tiene límite y si puedo romper las normas de género un poco y darle un poco más de vida a la industria, entonces siento que estoy haciendo algo bien", concluyó.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.12.3. Els sostenidors 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Música](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Desigualtat](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el vídeo "[A veces, no llevo sujetador. No me da la gana](#)" (versió llarga), de Noelia Morgana (versió curta, només amb el text). Morgana explica, mitjançant la cançó, la pressió a les xiques perquè porten sostenidors i lluisquen pits grans i fermes.

Responen, després a les qüestions. L'estructura cooperativa "llapis al centre" pot ser útil per a realitzar-les. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions

1. En la nostra cultura, els pits femenins estan sexualitzats, però els masculins, no. Per què penseu que passa això? És igual en altres cultures?
2. Què penseu que converteix en eròtica una part del cos? Quines diríeu que són les parts considerades eròtiques a la nostra societat? Sempre ha sigut així?
3. Per què són criticades les xiques que no porten sostenidors?
4. És còmode portar subjectadors?
5. Durant els anys 70, les dones començaren a rebel·lar-se contra aquesta peça de roba, per què penseu que ho feren?

6. Quines altres peces de roba, calcer... creieu que podríem eliminar i que representen incomoditat i opressió tant per als homes com per a les dones?

7. Penseu que les "obligacions" o pressions per portar roba o complements incòmodes són iguals per a xics i per a xiques?

8. Elaboreu un meme o una imatge animant a deixar d'utilitzar alguna peça de roba que supose opressió o comporte problemes de salut per a les persones.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.12.4. #Postureo E

Nivell: ESO

Etiquetes:

#Cossos i models

#Vloggers

Desenvolupament

Per parelles, vegeu i comenteu el vídeo sobre la pressió dels models de bellesa "#POSTUREO". Emma, Aina, Paula i Edu estan desdejunant-se després d'una nit de festa mentre van mirant a l'Instagram les fotos de la nit. El problema és que algunes són...

Amb una parella diferent, vegeu i comenteu el vídeo de la Psicowoman "¿Estoy buenx? y #NoMakeUp |Psico Woman hablando de la tortura del "ideal" de belleza".

Després, ajunteu-vos les quatre persones i poseu en comú les vostres reflexions. Compartiu amb el grup classe el més rellevant.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.12.5. Dissimular la violència EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Violència en la parella](#)

[#Vloggers](#)

Desenvolupament

Vegeu els vídeos d'aquestes famoses blogueres que parlen de moda i maquillatge i tenen milers de seguidors/es.

- [“Què ponerte para que te deje salir”](#), ConTolStyle
- [“Cómo disimular unos labios hinchados”](#), AiShaWari
- [“Cómo maquillar un ojo morado”](#), Isasaweis
- [“Cómo llorar sin que se corra el rímel”](#), Alipopof
- [“Cómo voy hoy”](#), Ladanena

Individualment o per parelles, escriviu un espot adreçat als xics masculistes, seguint la idea de les blogueres. I si us animeu a enregistrar-lo, doncs encara millor. Podeu llegir alguns exemples d'espots d'alumnes de 3r d'ESO, per a inspirar-vos.

Alguns exemples d'alumnes de 3r d'ESO:

Christian Stone

Bon dia a tots. Hui vinc a parlar-vos del videojoc que es va anunciar fa poc, l'esperat GTA5. Serà un dels videojocs més venuts, ja us ho avance. Fa 4 anys van traure el GTA4 i ara continuarà la saga. És un joc conegut per la violència. Pots anar caminant pel carrer, robar un cotxe o matar una persona...

Si creus que la vida és un joc, i que pots anar maltractant la teua parella, sols aconseguiràs que siga infeliç i que es trobe trista, i al final tu també acabaràs malament, entre reixes o amb una ordre d'allunyament. Per favor, no al maltractament. Número contra el maltractament: 016. [1.12.11](#)

Luis Marston

Hola, bon dia a tots. Hui vos parlaré del rugbi. Aquest esport és per a hòmens de veritat, no per a dones. En el rugbi cal de ser molt bèstia, trencar tíbies, placar, destrossar alguna clavícula, tornar a placar... A més, en el rugbi, no hi ha armadures ni proteccions, solament tens una samarreta, un pantaló curt i unes botes; per això és un esport tan bàrbar. En conclusió, cal tenir molta força i ser molt ràpid...

Si creus que en la vida s'ha de ser així de bèstia, i que pots tractar la teua parella com un jugador de rugbi, és que estàs molt equivocac i comets violència de gènere. No ho faces. Busca ajuda. Vés al psicòleg. [5.12.11](#)

Christian de Burgos

Bon dia a tots. Us parlaré d'una acció futbolística. En el partit del Reial Madrid i Getafe, temporada 2008-2009, en una disputa on el Reial Madrid no té res a perdre, en l'últim minut i en un baló dividit, els dos jugadors van botar per agafar la pilota. Pep, el jugador del Reial Madrid, va anar amb el peu per davant i li va donar al pit al jugador de l'equip contrari. L'àrbitre li va traure targeta roja.

Aquesta agressivitat et pot influir en una relació de parella i creure't superior a la dona, perquè ella no es rebel·la. Si no vols que la teua dona et traga targeta roja, no la maltractes. No deixes

que una acció t'influisca en la teua relació. [9.12.11](#)

Clàudia West i Carla Mott

Carla: Benvinguts xics, avui, encara que som xiques, us donarem consells de com liar una cigarreta sense que se n'isca el tabac.

Clàudia: Començarem agafant un paper de liar i l'estirarem bé. Agafarem el filtre i el posarem en un extrem del paper.

Carla: A continuació, agafarem una mica de tabac, i l'estendrem per la part oposada al filtre, deixant el paper cobert pel tabac.

Clàudia: Després, amb els dits, arredonirem la cigarreta perquè quede en forma de cilindre. Ara lleparem la part del paper en la qual es troba el pegament.

Carla: I l'enrotllarem fins que s'apegue. Tot seguit, ja podeu gaudir de la vostra cigarreta (Clàudia) perrrrrrrrrrfecta.

Clàudia: Per últim, podeu encendre-la, però... no! Espereu! Què penseu?, que podeu fumar-vos la vostra nóvia com una cigarreta i xuclar-li tota l'energia?

Carla: La cigarreta us la fumeu, i en acabat, en tireu la burilla, però a la vostra nóvia no podeu xuclar-li l'energia i després desfer-vos d'ella com si no servira per a res.

Clàudia: Les vostres nòvies valen molt més que una misera cigarreta. Apreneu a tractar-les.

LES DUES: Lluiteu contra la violència de gènere. Si sofriu maltractament o coneixeu algú que el patisca, telefoneu sense dubte al 016. Tenim drets, igual que ells. [15.12.11](#)

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13. CIRURGIA DE REAFIRMACIÓ SEXUAL.

BINDERS I ALTRES PRÒTESIS

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

La transsexualitat com a categoria mèdica

Informació per al professorat

La transsexualitat estava catalogada com a Trastorn de la identitat de gènere en el DSM-4; això significava considerar que les persones transsexuals estaven malaltes ja que patien un trastorn mental. El DSM (Manual diagnòstic i estadístic de malalties mentals) és un manual usat en psicologia i psiquiatria per al diagnòstic de malalties i trastorns mentals i els símptomes que en permeten un diagnòstic. Publicat per primera vegada el 1952 per l'APA (Associació Nord-americana de Psiquiatria), se n'han fet diverses revisions, fins al DSM-5 de l'any 2013. La catalogació de trastorn va desaparèixer el 2012 i, al nou DSM-5, només es conserva la de Disfòria de Gènere.

Trans és tota aquella persona que s'identifica o expressa amb una identitat de gènere diferent del sexe que li va ser assignat en nàixer, i inclou les persones transsexuals i transgènere. Transsexual és un terme mèdic que designa aquella persona que es percep i desitja ser percebuda del sexe contrari al que se li va assignar en nàixer, i decideix modificar el seu cos amb hormones i/o operacions perquè aquest s'adapte al sexe sentit. Les persones que s'autodenominen transgènere tenen també una identitat de gènere diferent del sexe assignat, però no consideren imprescindible la modificació del cos, tot i que poden prendre hormones o sotmetre's a intervencions, no necessàriament per disfòria sinó per pressió social. Les persones transgènere solen qüestionar la patologització de la transsexualitat i el sistema de sexe-gènere,

que només considera com a opcions naturals i saludables dos sexes i dos gèneres. També són crítiques amb la pressió per emmotllar-se a uns patrons estrictes de masculinitat i feminitat, als quals és molt difícil arribar sense hormonació o cirurgia. Per simplificar, els termes paraigua *trans* (o també *trans**) inclourien qualsevol persona que no vol viure amb el sexe o gènere que se li va assignar en nàixer.

La Llei 3/2007, de 15 de març, reguladora de la rectificació registral de la menció relativa al sexe de les persones, va suposar un canvi important per a les persones trans en deixar d'exigir el canvi genital; abans d'aquesta, si una persona no s'operava els genitals, no podia canviar-se el sexe al DNI. Amb tot, la llei estatal estableix la necessitat de tutela d'un professional mèdic que ha de certificar que la persona pateix disfòria de gènere, és a dir, que existeix "dissonància entre el sexe morfològic o gènere fisiològic inicialment inscrit i la identitat de gènere sentida pel sol·licitant o sexe psicossocial"; a més, aquesta dissonància ha de ser "estable i persistent", i no hi ha d'haver "trastorns de personalitat que pogueren influir, de forma determinant, en l'existència de la dissonància ressenyada".

La Llei 8/2017, de 7 d'abril, de la Generalitat, integral del reconeixement del dret a la identitat i a l'expressió de gènere a la Comunitat Valenciana, una de les més modernes avui dia, incideix en la despatologització de la transsexualitat i rebutja que siga considerada un trastorn. Tot al contrari, considera que la identitat

sentida, l'orientació o l'expressió de gènere no són cap malaltia, sinó una mostra de la capacitat de l'ésser humà de decidir per si mateix; en altres paraules, són una expressió més de la diversitat humana. Així, la norma garanteix, entre altres qüestions, el dret al reconeixement de la identitat de gènere de les persones transsexuals, lliurement manifestada, sense la necessitat de prova psicològica o mèdica.

Hi ha dos organismes de referència en l'atenció a la salut trans: La UIG (Unitat d'Identitat de Gènere) de l'Hospital Clínic de Barcelona, i Trànsit, un servei públic de l'Institut Català de la Salut que assessora i atén les persones trans. Les diferències entre un i altre servei són grans, començant per la consideració de la transsexualitat com a trastorn per part de la UIG, unitat que dona un servei públic però també privat a través de BarnaClínic. En la [pàgina privada de l'Hospital Clínic de Barcelona](#) podem llegir la descripció de la transsexualitat i els diferents tractaments, per exemple, la Cirurgia de Reassignació Sexual, que els col·lectius trans antipatologització anomenen Cirurgia de Reafirmació Sexual o també Cirurgia d'Afirmació Sexual. Podem trobar una comparació dels dos models assistencials [ací](#).

A València, el centre de referència és la Unitat d'Atenció a la Transsexualitat de l'Hospital Doctor Peset, i al cap d'aquest servei es troba el doctor Felipe Hurtado Murillo. Sembla que el model d'atenció és més proper al de la UIG que al de Trànsit.

Els nostres cossos, els nostres drets

El sistema sexe-gènere

Informació per al professorat

Tal com hem explicat en les bases teòriques d'aquest treball, l'anomenat **sistema sexe-gènere**ⁱ (sistema de gènere) o sistema binari heteropatriarcal és l'edifici que sustenta les categories i les normes culturals dins de les quals hem de viure, i entre les quals hem de triar les diferents opcions sexuals i identitàries. Aquestes categories són fonamentalment quatre: el **sexe** (anatomia), l'**expressió de gènere** (comportament), la **identitat de gènere** (tria personal al marge del sexe assignat) i l'**orientació** (del desig). Els manaments socials o normes culturals són bàsicament: a) l'assumpció del binarisme sexual (només hi ha dos sexes: mascle i femella); b) la naturalització de l'expressió i de la identitat de gènere (si una persona naix mascle, o és assignada com a tal, se sentirà mascle i es comportarà de manera masculina; i si naix femella, de manera femenina); c) l'heterosexisme (l'orientació sexual esperada i considerada saludable és l'heterosexual), i d) la dominació masculina, en forma de masclisme, androcentrisme o sexisme.

Segons aquest sistema, l'assumpció que només hi ha dos sexes, que només l'heterosexualitat és "normal", i que certs rols de gènere defineixen el baró i la dona psicològicament saludables, provocarà que uns cossos, uns gèneres, unes sexualitats i unes relacions siguin més legítimes

que unes altres, és a dir, l'adopció de determinades eleccions sexuals comportarà el rebuig d'alguns subjectes: dones amb expressions de gènere masculines i homes femenins (transgressió de l'expressió de gènere); intersexuals (transgressió del sexe); transsexuals, transgènere... (transgressió de la identitat de gènere); homosexuals, bisexuals... (transgressió de l'orientació sexual), persones amb diversitat funcional física, intel·lectual, sensorial, etc.

Parlar de "sistema", atribuint-li vida pròpia com si es tractara d'algú que actua per damunt de la voluntat de les persones, amb una concepció del poder que només s'exerceix de dalt a baix, pot dificultar l'assumpció de responsabilitat de les persones en el manteniment de l'estatu quo (Garaizábal, 2013). Així, hem de ser conscients del nostre paper en el manteniment de les violències contra qui se n'ix del model o, de vegades, contra la nostra pròpia diversitat.

Paradigmes interpretatius

Aquest sistema sexe-gènere segueix el vell paradigma que considera que el sexe condiciona l'expressió de gènere. Així, ens basem en el sexe assignat per a inferir una determinada expressió de gènere, o ens basem en l'expressió de gènere per a imaginar l'orientació sexual de les persones.

Per exemple, d'una persona cis masculina amb una expressió de gènere femenina, s'esperarà una orientació homosexual.

El feminisme va introduir un segon paradigma, majoritari actualment, segons el qual el sexe seria allò natural i el gènere allò cultural, explicació molt fructífera que va contribuir a la desnaturalització de les identitats i al desvetllament dels diferents nivells (simbòlic, estructural...) a través dels quals opera el sexisme, la LGBTfòbia, etc. Així, la violència simbòlica i la violència estructural són formes de coacció subtil a través de les quals es transmet una visió del món, dels rols socials, de les categories cognitives... que les persones van interioritzant i normalitzant com si es tractara de l'ordre social natural, però que creen obstacles per a les dones i per a les persones amb cossos, identitats i expressions de gènere no normatives, barreres intangibles i invisibles que els impedeixen accedir als drets de ciutadania bàsics.

ⁱ RUBIN, Gayle (1975). "El tráfico de mujeres: notas sobre la economía política del sexo". En LAMAS, Marta (comp.) (1996). *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*, 35-98. México: Puegunam.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.1. Un cos equivocat? 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Trans*](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Sistema sexe-gènere](#)

[#Binarisme](#)

[#Identitat de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

Llegiu els textos "Un cos equivocat" i "El canvi de nom" i responeu a les qüestions. Quan acabeu, poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Qüestions

1. Defineix sexe, gènere, orientació i identitat.
2. Què és una persona cis?
3. Una xica trans va començar la seua intervenció en una xarrada explicant que havia nascut en un cos equivocat perquè en realitat hauria volgut nàixer en el cos de Bill Gates. Què opines del concepte "nàixer en un cos equivocat"?
4. Què respondries a les preguntes que planteja Moisès Martínez al final del text?
5. Per què els cossos ambigus creen inquietud social?

6. Què és l'Inventari Multifàsic de Personalitat de Minnesota? Quin model de masculinitat i de feminitat estableix? Creus que passaries el test amb nota?

Text. Un cos equivocat?

Socialment, ser un home està establert pel físic "masculí" i pel comportament. Un home o una dona transsexual ho han de demostrar. Si no veiem un vestidet rosa o blau o unes arracades, en veure un nadó preguntem: Què és? Aquesta pregunta és un eufemisme de com serà i de com l'educarem, perquè els engranatges del gènere ja s'han posat en marxa. No oblidem que el Registre civil només admet dues caselles i que estan prohibits els noms que no identifiquen amb claredat o porten a error quant al sexe. Els cossos ambigus o inclassificables provoquen inquietud. La indefinició quant al gènere, el sexe o la sexualitat desorienten. Quan no ens quadra, quan no sabem interpretar un cos, entra en crisi el sexe i el gènere. Per això, el que no es pot classificar no es considera real: no és una dona/un home de veritat!

La percepció d'haver nascut en un cos equivocat està en el discurs mèdic, en els mitjans de comunicació (periòdics, revistes, sèries...) i en moltes persones transsexuals. També la percepció popular és la d'una inadequació que s'ha de solucionar quirúrgicament i/o hormonalment, i poques vegades es planteja que allò inadequat pugua estar en la rigidesa del binarisme

i no en les persones trans, o que el qüestionament dels sexes i dels gèneres no beneficia solament als o a les dissidents sinó a tot el món. Martínez es pregunta: "Transsexual és una persona atrapada en un cos equivocat o una persona atrapada en una societat equivocada? Qui s'equivoca? Una cadena d'aminoàcids en convertir-se en proteïna o la publicitat de la Casa del nadó amb els seus bressols blaus i roses."

Text extret de Sanchis, Rosa: Karicies.com, Edicions 96, 2012

Text. El canvi de nom

Actualment, per al canvi de nom en la documentació oficial, la persona ha d'haver estat tractada mèdicament durant almenys dos anys i acomodar així les seues característiques físiques a les corresponents al sexe reclamat. La cirurgia de reassignació sexual no és necessària ni tampoc es pot exigir el tractament mèdic si "concorren raons de salut o edat que n'impossibiliten el seguiment".

Perquè una persona pugui canviar-se el sexe en el DNI és necessari que un professional de la medicina o de la psicologia certifique que pateix disfòria de gènere. En termes mèdics, significa que existeix una dissonància estable i persistent entre el sexe morfològic o gènere fisiològic inicialment inscrit i la identitat de gènere sentida pel sol·licitant.

El problema ve a l'hora de valorar la dissonància. En el procés de diagnòstic

Els nostres cossos, els nostres drets

s'usa l'escala de masculinitat-feminitat de l'Inventari Multifàsic de Personalitat de Minnesota, criticada per mantindre una visió de gènere molt estereotipada. L'avaluació com a hòmens o com a dones inclou preguntes com aquestes: Què fas per a ser una xica o un xic? T'agrada cuinar?, la mecànica?, jugar a nines?, la velocitat? Odies els teus genitals? T'agradaria pixar dempeus?...

El transsexual Moisés Martínez explica que, en el cas d'un transsexual masculí, és contraproductiu dir que t'agrada cosir o cuidar les plantes, o que et sents atret pels hòmens. Sense arribar al nivell dels EUA, on hi ha qui es dedica a preparar per passar les proves psicològiques de canvi de sexe, algunes persones transsexuals viuen la consulta psicològica com un tràmit violent que no s'exigeix a les persones cis. Per exemple, a qui es vol sotmetre a una reducció d'estómac, no se li fa passar cap test psicològic.

Text extret de Sanchis, Rosa: Karicies.com, Edicions 96, 2012

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.2. Llei trans valenciana 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Trans*

#Lleis i declaracions

#Salut LGBTI

Desenvolupament

Llegiu el resum de [La Llei 8/2017, de 7 d'abril, de la Generalitat, integral del reconeixement del dret a la identitat i a l'expressió de gènere a la Comunitat Valenciana](#).

En el bloc 12 "Sexualitat i drets" d'aquest treball podeu consultar-ne alguns fragments de la llei.

Responen, en grups de 4, a les qüestions. L'estructura cooperativa "full giratori" pot ser útil per a realitzar-les. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".) La qüestió 6, més llarga, es farà entre tots els membres del grup.

Qüestions

1. Quins avantatges per a les persones trans presenta la llei? I per a les persones cis?
2. Què és la identitat sentida?
3. Què són els bloquejadors hormonals? I les hormones de transició?
4. Busqueu informació a la xarxa sobre l'edat a partir de la qual es poden prendre bloquejadors hormonals i hormones de transició (testosterona i estrògens) i els efectes secundaris. Si no en trobeu, vegeu el vídeo [Bloquejadors hormonals](#) (en anglés), fragment del documental [Growing up trans](#) (2015), on les famílies i el personal mèdic parlen sobre els tractaments hormonals per a menors trans.

5. Quina edat considereu que seria l'adequada per als tractaments hormonals?, i per a les operacions? Argumenteu-ho.

6. Elaboreu un decàleg de mesures que s'haurien d'adoptar a la vostra escola o institut per a protegir els drets de les persones amb identitats o expressions de gènere no normatives.

Text. Resum dels canvis legislatius de la Llei 8/2017

Aspectes normatius

El marc normatiu regula l'empara en les fases inicials del procés de declaració de la pròpia identitat sentida, la tutela en les situacions de minoria d'edat o l'atenció gerontològica, especialment en les residències de la tercera edat, situacions en les quals ha de prestar-se especial atenció.

El text arreplega, entre altres qüestions, el dret al reconeixement de la identitat de gènere de les persones transsexuals, lliurement manifestada, sense la necessitat de prova psicològica o mèdica. A més, planteja la possibilitat de concedir la documentació administrativa necessària adequada a la seua identitat dins de les competències autonòmiques, amb l'objectiu d'afavorir una millor integració i evitar situacions de sofriment per exposició pública o discriminació.

Drets en l'àmbit sanitari

En l'àmbit sanitari, la llei garanteix a les i els menors trans l'accés a tractaments de bloqueig hormonal a l'inici de la pubertat i al tractament hormonal de transició en el moment adequat de la pubertat, per a afavorir que el seu desenvolupament corporal es corresponga amb el de les persones de la seua edat. Així mateix, disposaran d'un pla de seguiment,

acompanyament i assessorament psicològic.

En el seu articulat, a més, inclou els tractaments quirúrgics de cirurgia d'exèresi de mama i genitals, reconstructiva de genitals i altres tractaments mèdics i quirúrgics requerits per a la modificació corporal, que assegurin la seua congruència amb la identitat de gènere de les persones.

Atenció Educativa

Els centres educatius de la Comunitat Valenciana hauran de garantir que la documentació administrativa d'exposició pública, com les llistes de classe o la informació publicada en els taulers d'anuncis escolars, arrecpleguen la identitat de gènere escollida per l'alumnat, sempre amb el consentiment de les seues mares, pares o tutors legals.

El protocol estableix, a més, que es respectarà la imatge física, així com la lliure elecció de la indumentària de l'alumnat, l'accés i l'ús de les instal·lacions del centre d'acord amb la identitat de gènere sentida, incloent els lavabos i els vestuaris, i que la comunitat educativa del centre es dirigeixca a les persones trans pel nom que hagen triat.

Mesures en l'àmbit social i d'ocupació

En el terreny laboral, on l'exclusió de les persones trans és molt alta, s'estableix la incorporació d'aquest col·lectiu al costat d'aquells que tenen major dificultat per a accedir a una ocupació.

També les persones trans veuran reconeguda la seua circumstància específica en l'àmbit social. La Generalitat elaborarà un programa d'actuació per a la seua inclusió a través dels serveis socials, que a més vetllaran per la seua protecció en el cas de menors d'edat.

Font: [Compromís](#)

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.3. Infantesa, cossos i identitats EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Trans*](#)

[#Infantesa](#)

[#Identitat de gènere](#)

[#Creativitat de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

[#Cossos i models](#)

Desenvolupament

En grups de 4-5 persones, comenteu el vídeo "[Ponte en mis zapatos](#)". Forma part de la campanya xilena [#PontenmisZapatos](#) (Ajuntament de Providencia, a Xile, i Fundación TranSítar, 2016), i defensa la llibertat de les xiquetes i xiquets trans de llaurar-se el seu propi camí, independentment del discursos socials i/o mèdics patologitzadors i binaristes que marquen un recorregut vital (hormonació, operació, heterosexualitat...) idèntic per a tot el món.

Després, comenteu el material didàctic "[Chicas y chicos. Identidad y cuerpo](#)" (2016), elaborat per l'associació [Chrysallis Euskal Herria](#) amb l'objectiu de treballar la identitat i el cos i trencar amb l'associació penis-xic, i vulva-xica. [Nota per al professorat: aquest material ha estat criticat per ser binarista, ja que tot i acceptar l'existència de xiquets amb vulva i xiquetes amb penis, no qüestiona la divisió sexual diàdica ni proposa obrir el model cap a vivències més fluides del sexe i del gènere. Si el grup està preparat, podem obrir aquest debat].

Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.4. Infantesa i variació de gènere EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Trans*](#)

[#Anglès](#)

Desenvolupament

Tots aquests vídeos els veurem i comentarem amb el grup classe. Podem deixar una mica de temps perquè facen els seus comentaris per parelles, abans d'obrir el torn de paraules grupal.

Vegeu i comenteu el vídeo on el periodista Fernando González "Gonzo" entrevista a Elise, una xica transsexual, i a son pare: "[Elise. La sociòloga me dijo que si me arrepentía, lo único que me quedaba era tirarme por un puente](#)" (7.49", LaSexta).

Vegeu i comenteu el vídeo on Gonzo entrevista la mare d'Eli, una xiqueta transsexual, i també els seus germans: "[Madre de Eli, una niña transexual: "Los compañeros en el colegio la percibían como una niña"](#)" (7", LaSexta)

Vegeu i comenteu la intervenció del professor i filòsof nord-americà Jack Halberstam: "[Trans*: A Quick and Quirky Guide to Gender Variance \(Trans Children\)](#)", (en anglès) que qüestiona les intervencions mèdiques en infants trans. Ací es pot veure el vídeo complet, també en anglès: "[Trans*: A Quick and Quirky Guide to Gender Variance](#)" (Trans*: Una guia ràpida i poc convencional sobre la variació de gènere).

[Nota per al professorat: El debat sobre l'administració de bloquejadors hormonals

està obert també dins de la comunitat trans. D'una banda, hi ha les pressions binaristes, tant des de l'estament mèdic com des de la legislació i la societat, i no podem oblidar que el bullying transhomofòbic –també cap a les expressions de gènere no normatives– continua ben viu. De l'altra, hi ha la falta d'estudis sobre les conseqüències a llarg termini d'aquests tractaments. Autors com Jack Halberstam alerten i demanen seny davant de les intervencions quirúrgiques primerenques, ja que durant l'adolescència (i la joventut) és probable que no es tinga la suficient experiència sexual com per a decidir si val la pena córrer el risc de perdre sensibilitat en els pits o en els genitals. Tanmateix, Halberstam adverteix de la discriminació que suposa demanar un certificat de disfòria de gènere per a una intervenció plàstica a una persona trans i no demanar res per a una cirurgia d'una persona cis.]

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.5. De Lucas a Luu EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Infantesa](#)

[#Trans*](#)

[#Cirurgia](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el documental “[De Lucas a Luu](#)” (Charlotte Hoogakker, 2005). La protagonista és una xiqueta transsexual finlandesa d’11 anys i és molt interessant que estiga contat des del punt de vista d’ella i dels companys/es de classe i amistats, sense la veu de cap persona adulta. Amb tot, presenta una visió molt essencialista i biologicista de la transsexualitat, ja que dóna per fet que aquesta té un origen biològic (alguna cosa va anar malament durant la gestació), i planteja un recorregut vital sense fissures que passa per l’hormonació i la cirurgia.

Debateu, en grups de 4, al voltant de les qüestions per al debat. després, compartiu les reflexions amb el grup classe.

Qüestions per al debat. Si fóreu polítics i haguéreu de gestionar recursos públics per a un projecte, què triaríeu: estudiar l’origen biològic de la transsexualitat, o dissenyar un bon programa per a combatre la transfòbia? S’ha d’operar Luus per a ser una dona “de veritat”? A partir de quina edat hauria de poder decidir Luus sobre els tractaments que vol rebre?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.6. Trànsit, un model despatologitzador 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Trans*

#Salut LGBTI

#Identitat de gènere

#Intolerància per gènere

#Cossos i models

Desenvolupament

Per grups, feu una taula i compareu els dos models assistencials a Catalunya: el de la Unitat d'Identitat de Gènere (UIG) i el de Trànsit, a partir de la informació extreta de: [Article: Els dos models d'atenció sanitària per a persones trans* a Catalunya: La Unitat d'Identitat de Gènere i Trànsit \(2016\)](#).

Poseu en comú el vostre treball, i el que més us ha cridat l'atenció d'ambdós models, amb el grup classe.

Fragment 1. Fonament o model teòric

La UIG es basa en un model tradicional biomèdic que considera la transsexualitat com a malaltia orgànica. Defineix la transsexualitat com un Trastorn d'Identitat de Gènere (TIG) o Disfòria de Gènere (Manual de Malalties mentals DSM-V).

El trastorn, segons aquest model biomèdic, s'entén com la manifestació individual d'una disfunció psicològica o biològica. Per a l'obtenció del diagnòstic, s'avalua la persona en funció del grau d'adequació a les normes de gènere (trets físics i psicològics que aquest

model atribueix a homes i dones de forma estereotipada). Des d'aquest model biomèdic, es dóna accés al servei únicament a persones transsexuals que encaixen en l'ideal d'aquest paradigma ("d'home a dona" o al revés) i, per tant, és un model exclouent que deixa fora totes aquelles persones que no encaixen en els paràmetres establerts.

Trànsit, en canvi, es basa en un model biopsicosocial amb visió inclusiva de la salut. Defineix el fet trans* com una expressió més de la diversitat de gènere i de l'autodeterminació de la identitat de gènere de la persona. Per tant, atén i dóna accés als serveis a persones trans*, és a dir, a persones transsexuals així com a tota la diversitat de persones amb identitats no cisgènere. Des d'aquest model, l'accés als serveis passa per unes entrevistes d'acompanyament entre professionals i persona trans* on s'escolta el relat de la persona, les seves necessitats i desitjos i el seu gènere sentit. És la pròpia persona qui té la potestat de decidir quin recorregut vol seguir i de quins serveis vol fer ús. Trànsit s'ajusta a les necessitats de cada persona individual. En l'acompanyament mèdic es treballa amb el consentiment informat o decisió lliure informada, i l'acompanyament psicoterapèutic és a petició de la pròpia persona.

La desproblematització de la identitat trans*, com a pauta de treball de Trànsit, considera que el fet trans* és un procés que no es basa en una malaltia, i requereix, a vegades, atenció sanitària. En canvi, la UIG problematitza la identitat trans*, considerant el ser trans* una

situació patològica que crea un malestar i que necessita atenció mèdica per adequar el cos al gènere sentit de manera que se'n puguin pal·liar els símptomes.

Fragment 2. Mètode clínic

A la UIG la demanda ve donada pel sistema. És el professional qui dóna accés als tractaments de transició i qui decideix si una persona és o no és trans* i quin recorregut ha de seguir. La UIG avalua el gènere a través de tests obsolets i que vulnereu els nostres drets, com el "test de vida real", que demostra si el/la pacient s'acomoda als estàndards socials d'home o dona. A través del test i de comentaris, es fiscalitza la nostra vida personal i la nostra dinàmica laboral i familiar. Aquesta tutela de les nostres identitats, cossos i processos de transició porta implícita una jerarquia, una relació de desigualtat i de poder que exerceix el/la professional i la unitat sanitària sobre les persones trans*. Es legitima un tipus de "ser trans" i es deslegitima les persones que no encaixen en aquest tipus de "ser trans" basat en rols, vestimenta i sentir uns gèneres estereotipats. Aquest model basat en l'adequació produeix una jerarquia de qui és realment trans* i qui no ho és que és rebuda per molts com una violència que invalida les nostres identitats.

A Trànsit la demanda és de la persona. Es considera que és només la persona qui pot definir la seva identitat i les seves necessitats mèdiques després de rebre informació objectiva (decisió lliure informada). No es dóna

Els nostres cossos, els nostres drets

per fet cap ruta de procés de transició, ja que s'és conscient de les múltiples realitats i és la persona la que, si ho desitja, sol·licita suport psicològic individual i/o grupal. La pràctica en aquest servei es basa en l'autodeterminació de la pròpia persona. Trànsit escolta el relat de cada persona i el seu desig a través d'entrevistes profundes amb escolta activa i oberta per atendre els malestars sentits, i l'acompanya en el procés de subjectivació.

A la UIG la visita amb el psicòleg/a i psiquiatre/a és obligatòria per al diagnòstic i accés a serveis. Es dona per fet la trifase: psiquiatria-endocrinologia-cirurgia. L'atenció psicològica i psiquiàtrica està orientada a la constatació/comprovació de la transsexualitat en base al diagnòstic psiquiàtric de Disfòria de gènere/Trastorn d'Identitat de Gènere. També és obligatori, en la majoria de casos, assistir a la teràpia grupal per a poder accedir a les operacions. En les teràpies grupals hi assisteixen moltes persones, fet que no facilita un treball significatiu. La persona queda invisibilitzada per la massificació i per no trobar suport emocional ni lloc per a exposar dubtes ni pors. La relació terapèutica és de professional a pacient.

A Trànsit la visita amb el psicòleg/a i psiquiatre/a és opcional, a petició de la persona. L'acompanyament psicològic entén el procés com el "mètode orientat a promoure un major autoconeixement i desenvolupament de l'autonomia psicològica, suficient per assumir i desenvolupar lliurement la pròpia existència". El grup de suport psicològic de Trànsit és opcional i de petit format. El focus no està posat en les hormones i les operacions sinó en el que el grup proposa com a experiències

subjectivades. Les persones que hi participen es senten protagonistes i creen vincles de confiança i de suport mutu que suposen una ajuda real en el seu dia a dia. La relació terapèutica és de professional a persona; de persona experta a persona experta.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.7. Trans FtM d'èxit 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Trans*](#)

[#Anglés](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el vídeo "[10 Guys Who Were Born Female](#)" (en anglés), on s'explica breument la transformació corporal de 10 trans FtM, tots ells persones d'èxit.

Comenteu per parelles o grups xicotets les idees per al debat.

Per parelles, escriviu un comentari (al voltant de 10 línies) i pugeu-lo al vídeo de Youtube.

Idees per al debat: es pot ser una persona d'èxit sense encarnar masculinitats hegemòniques?

Ho tenen igual de fàcil o de difícil les trans femenines?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.8. Youtubers trans 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Trans*

#Vloggers

#Identitat de gènere

#Intolerància per gènere

#Cossos i models

Desenvolupament

Per grups, busqueu youtubers adolescents i joves que expliquen els seus processos i mostreu el que us sembla interessant a la classe.

Els joves Marcos Duran Mateos, FTM Aitor o FTM Hugo, o les xiques Ela's World i Victoria Volkóva, en poden ser bons referents.

Vegeu i comenteu el vídeo de Volkóva "Ser una mujer trans en youtube" que denuncia la misogínia en youtube i dóna consells per a defensar-se'n.

Vegeu i comenteu la intervenció de Keops Guerrero, una dona trans mexicana en les Jornades "Nous reptes a l'entorn de la patologització trans" (Barcelona, 2013). Keops no pren hormones ni vol operar-se, i explica que avui dia existeix una major acceptació de les sexualitats diferents però no dels cossos trans no normatius, com ara el seu, que no s'ha sotmés a cap intervenció ni tractament hormonal.

Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.13.9. Binders 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Trans*](#)

[#Salut LGBTI](#)

[#Identitat de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

Mireu el vídeo "[Binder](#)" on el sociòleg i activista trans Miquel Missé es posa aquesta peça per a dissimular els pits.

Escolteu i comenteu també la [intervenció de Víctor Gil \(Viruta\)](#) en la taula "Diàleg trans, conquerir el cos" dins de les Jornades "Nous reptes a l'entorn de la patologització trans" organitzades per Cultura Trans (octubre 2013).

Llegiu i comenteu, per parelles, el text "Tractaments".

Feu un debat posterior i reflexioneu al voltant dels motius pels quals les persones trans porten binders o se sotmeten a intervencions quirúrgiques. És disfòria de gènere o és pressió social?

Per a fer més ric el debat, podeu veure el vídeo [Isaac in Growing up Trans](#), on aquest jove s'interroga sobre les decisions que va prendre per a masculinitzar el seu cos. El fragment forma part del documental [Growing up Trans](#) (Miri Navasky i Karen O'Connor, 2015), la visió del qual recomanem.

Text. Tractaments

Assistir a la consulta mèdica o psicològica era fins a l'aprovació de la Llei trans valenciana una obligació. No totes les persones trans consultaven els/les professionals perquè pensaren que tenien un trastorn, sinó perquè era el camí que els permetia canviar-se el nom, hormonar-se i/o operar-se, si així ho desitjaven, o simplement perquè buscaven trobar la legitimació d'un professional que facilitara l'acceptació de l'entorn sociofamiliar (Gerard Coll, 2010).

Tal com explica la psicòloga Cristina Garaizabal, les operacions són necessàries per a moltes persones transsexuals, però no per a totes; lleven patiments però no són la solució a tots els problemes. De vegades es diu que és com tornar a nàixer, encara que postposar-ho tot fins a després de l'operació pot ser problemàtic perquè en la nostra identitat hi intervenen més factors, no solament el gènere, i és possible que el canvi de genitals no tinga com a resultat la transformació que es desitjava. Les modificacions corporals tenen conseqüències que cal ajudar a valorar.

[Nota per al professorat. Per a primer cicle d'ESO, podem substituir el vídeo de Viruta pel de FTM Hugo [Binders!](#), que explica quins són els seus binders favorits i de quina manera se'ls pot posar perquè no es noten.]

Els nostres cossos, els nostres drets

4.14. INTERSEXUALITATS

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

Intersexualitats

Informació per al professorat

El terme *hermafrodita* procedeix de la mitologia grega. Hermafrodit va ser el fill d'Hermes – déu de les fronteres i missatger de l'Olimp– i d'Afrodita –deessa de l'amor, la bellesa i la fecunditat. De son pare va heretar el gust pels viatges, i de sa mare, l'atractiu. En un d'aquests trajectes va decidir refrescar-se banyant-se en un estany. La seua bellesa era tan gran que la nimfa de les aigües Salmacis es va enamorar d'ell, però davant la negativa d'Hermafrodit, el va arrossegar al fons del llac, i va demanar als déus que els fongueren en una sola persona. Des d'aleshores, Hermafrodit reuneix en un mateix cos els valors i atributs masculins i femenins.

En el món animal o vegetal, l'ésser viu hermafrodita posseeix els òrgans masculins i femenins alhora, o un òrgan mixt, de manera que pot produir cèl·lules masculines i femenines. Aquest terme està en desús per a referir-se a persones, i a més, no es coneix cap ésser humà amb la capacitat de produir tant òvuls com espermatozoides. Les denominacions més actuals són intersexualitat o DSD (*Disorders of Sexual Development*, Anomalies del desenvolupament sexual), termes paraigües per a referir-se a persones que tenen una configuració anatòmica (dels genitals externs i interns), hormonal i/o genètica que no es correspon amb els paràmetres típics de dona o d'home, i que socialment es consideren ambigües o mixtes.

L'activista intersex argentí Mauro Cabral defineix així la intersexualitat.

“Comencem pels intersexuals. Qui són? Qualsevol que haja nascut amb un cos sexual diferent a la mitjana femenina o masculina, i en particular els qui van ser sotmesos a intervencions mèdiques per a corregir-ho, i els qui han sigut i són violentats pel maltractament familiar, social i institucional d'aquesta distinció. On estan? A tot arreu. Com se'ls reconeix? No se'ls reconeix, passen inadvertits entre la gent perquè són aquesta gent: la veïna heterosexual, el capellà donant missa, el gai de la mà amb la seua parella, la lesbiana a l'escala de la facultat, el porter bisexual, la travesti que agafa un taxi amb dues amigues, el transsexual que atén el quiosc, l'àvia, l'oncle, la fillola, la cosina, el conegut del bar, la cunyada d'algú. Qualsevol persona pogué haver nascut amb un clítoris “molt” llarg o un penis “molt” curt, amb testicles que no van descendir, o amb ovotestes, sense vagina, amb el foradet per a orinar al costat o a la base del penis, amb cromosomes XXY o XO, amb algun dels múltiples cossos sexuals que la medicina va anomenar primer en la llengua de les “síndromes”, i ara en la dels “trastorns”. Aquells als qui es diu intersexuals som en general homes o dones que encarnem una diferència entre tantes: en nosaltres, el gènere masculí o femení es va inscriure literalment i amb violència, a través de procediments que cercaven convertir-nos carnalment en homes i dones iguals als altres.”

No hi ha acord sobre el nombre de persones intersexuals al món. La biòloga nord-americana

Ann Fausto-Sterling assenyala que l'1,7% dels nadons presenta alguna forma d'intersexualitat, i que entre un 1 i un 2 per mil de criatures és difícil respondre a la pregunta: és xic o xica? Altres estudis parlen d'1 nadó per cada 4.500 naixements. D'altra banda, no tots els bebès amb intersexualitats naixen amb genitals externs ambigus, ni les seues famílies o el personal mèdic han de decidir-ne el sexe “oficial”. També hi ha una gran variabilitat respecte al moment en què es “descobreix” la intersexualitat –abans de nàixer, en el naixement, en l'adolescència o, fins i tot, en l'edat adulta–, no sols per la diversitat biològica sinó pel secretisme que tradicionalment l'ha acompanyada.

Atesa la variabilitat de situacions intersexuals i de vivències, autores com Gregori (2015) prefereixen parlar d'intersexualitats o d'estats intersexuals. A més a més, el terme *disorder* o anomalia ha estat considerat patologitzant per part de col·lectius intersex, que prefereixen parlar de *Differences of Sexual Development* (Diferències del desenvolupament sexual o Desenvolupament sexual diferent o divers). Amb tot, l'activisme intersexual encara no té molta presència a l'estat espanyol i hi ha encara poques persones que es visibilitzen com a tals.

Tot i que la situació està canviant, molts bebès

Els nostres cossos, els nostres drets

4.14.1. S'ha de tallar! EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Anatomies sexuals](#)

[#Intersexualitats](#)

[#Cirurgia](#)

[#Sistema sexe-gènere](#)

[#Binarisme](#)

[#Salut LGBTI](#)

[#Clítoris](#)

Desenvolupament

Comenteu el fragment del documental *Le clítoris, ce cher inconnu* (França/Gran Bretanya, Michèle Dominici, 2003), on Melissa Cull explica que va patir l'ablació del clítoris als 4 anys per la seua condició d'intersexual.

Comenteu l'article de l'activista intersexual Mauro Cabral.

Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Article. ¡Hay que cortar!

¡Hay que cortar!

Mauro Cabral en SOY, suplemento de diversidad sexual, página 12. 16 de maig del 2008.

Hace un par de semanas atrás algunos medios de comunicación dieron a conocer una nueva "victoria" obtenida en el campo de los derechos humanos –y, en particular, en el campo del derecho humano a la identidad. Se trata de la historia de una niña correntina de cuatro años quien, tras una "larga

lucha", obtuvo su documento nacional de identidad. El sexo que consiga ese documento es, "finalmente", femenino.

De acuerdo a la información publicada, la niña había sido asignada al sexo masculino al nacer. El tamaño de su clítoris habría sido tan grande que fue confundido con un pene, lo que llevó a considerarla un niño. Luego se descubrió que tenía ovarios, que tenía útero, y que, por lo tanto, debía ser reasignada e intervenida quirúrgicamente con "urgencia". Y, por supuesto, sin su consentimiento. ¿Por qué? ¿Cuál era la "urgencia"? ¿Se trataba, por ejemplo, de una urgencia médica? ¿Era necesario operarla para salvarle la vida, acaso? No. La única urgencia del caso era la violación encarnada de su derecho humano a la identidad. ¿A qué identidad? Obviamente, a la identidad obligatoria entre "sexo femenino" y "clítoris de tamaño promedio".

Para decirlo claramente: sólo porque durante esos cuatro primeros años su existencia pareció tener lugar en ese intervalo entre la femineidad al que llaman "intersexualidad", es que una cirugía destinada a cortar el clítoris puede justificarse en nombre de sus derechos humanos. Sólo porque su existencia pareció tener lugar en esa tierra de nadie de la diferencia sexual es que esa intervención no solo no fue públicamente reputada como condenable sino que, además, fue valorada como deseable. Buscada. Defendida como un derecho. Finalmente celebrada. Y es que desde la perspectiva cultural que persiste en identificar lo humano con cuerpos femeninos o masculinos promedio, se trata de intervenciones destinadas a humanizarlos. ¿Quién podría, acaso, oponerse a eso? ¿Quién podría negarse a festejarlo?

La historia de la niña intersex de Corrientes fue relatada, invariablemente, como una gesta heroica que, contra todos los contratiempos, logró asegurarle su derecho humano a la identidad. Una Defensoría de Pobres y Ausentes, un hospital público, un tribunal, el Estado, en suma, apareció una y otra vez comprometido, en esa historia, con el final triunfal de esa gesta. Narrada, una vez más, en los términos de los derechos humanos, se trata, una vez más, de una historia de horror. Las variaciones corporales, la distancia entre los genitales de una niña o un niño particular y el ideal sexuado de nuestra cultura, los distintos modos en los que la diversidad se encarna, nada de eso, en sí mismo, deshumaniza; la violencia quirúrgica sí, e instala el trato inhumano en el centro mismo de la experiencia de devenir un ser humano sexuado.

¿Qué hacer para detener este horror? ¿Qué hacer para revertir el orden que lo justifica? Visibilizar y celebrar la diversidad corporal tal vez ayude pero también es necesario hacer visible esa otra diferencia, la verdadera, la que no reside entre nuestras piernas. Esa que se produce y se instala cuando, en nombre de la diferencia sexual, invocando ciertos derechos de lo humano y de lo idéntico y movido por las mejores intenciones, alguien dice: hay que cortar. Y corta.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.14.2. El fal·lòmetre 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Anatomies sexuals](#)

[#Intersexualitats](#)

[#Genitals](#)

[#Cirurgia](#)

[#Binarisme](#)

[#Salut LGBTI](#)

[#Clítoris](#)

Desenvolupament

Per parelles, comenteu la imatge i el text "Los cuerpos ficticios de la biomedicina". Llegiu i comenteu també l'entrevista a la mamà d'un bebè intersexual.

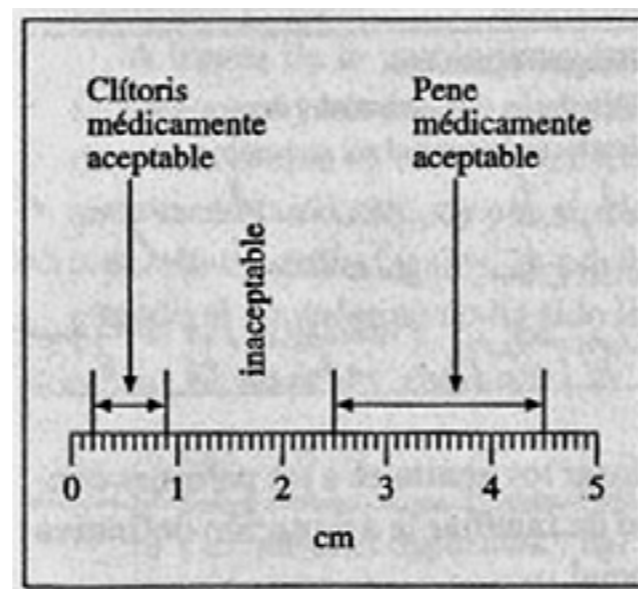
Poseu en comú les vostres reflexions amb una altra parella, primer, i després amb el grup classe.

Text 1. Los cuerpos ficticios de la biomedicina

Núria Gregori en [Piña Colada](#)

El nacimiento de un bebé del cual no se puede decir si es niña o niño con una simple inspección visual, supone la activación de una serie de resortes médicos y tecnológicos dirigidos a desvelar qué se oculta detrás de tal indefinición genital. Todos los esfuerzos dedicados a elaborar categorías, definiciones, criterios y protocolos para diagnosticar tal ambigüedad, así como el auge en investigación y desarrollo de nuevas

tecnologías biomédicas para corregirla, revelan la inquietud que provoca dentro de nuestro orden sociocultural la ambigüedad y lo inclasificable en relación al sexo, al género y a la sexualidad. Los mandatos de un orden "monosexual" –la idea de que una persona sólo puede tener un único sexo/ género y que este es estable para toda la vida- y del conocido como "dimorfismo sexual" –la creencia o convicción dominante en Occidente de la existencia de tan sólo dos sexos posibles, mujer y varón- obliga a confeccionar cuerpos ficticios que eliminan la verdadera variabilidad sexual humana. Será la institución médica y los profesionales médicos responsables de estos recién nacidos, los encargados de buscar qué sexo "verdadero" se esconde detrás de tanta ambigüedad, erigiéndose como responsables del proceso de sexuación en nuestra sociedad.



Text 2. Entrevista a la mamà d'un bebè intersexual

Com van ser els primers moments del naixement?

Molt bonics. Em diuen que he tingut una xiqueta i la registrem, Ningú ens va dir res, però la xiqueta tenia una fusió de llavis. El cap de pediatria de l'hospital va vindre a l'habitació i ens va dir que volien obrir-li els llavis. El meu marit i jo ens negàrem en redó. Jo veia que els seus genitals no eren com el meus, però no pensava... Em van enviar a casa amb la meua criatura i vaig dir a tothom que era una xiqueta. Però em varen fer tornar a l'hospital /.../. Va entrar molta gent a l'habitació i em digueren que anaven a fer una analítica al meu bebè, però li van mesurar els genitals amb un regle. No em van demanar permís. Em van dir que només li volien fer una analítica. Amb quin dret agafaren i mesuraren els genitals a la meua criatura? No poden arribar, baixar-te les bragues i mesurar-te els genitals. I així va començar tot.

És en aquest moment quan us diuen que, potser, la teua filla tinga una patologia?

Jo els vaig preguntar si era hermafrodita i la metgessa em va dir que no diguera això, que era un insult. Jo, ara per ara, em sent super empoderada i no m'avergonyisc gens ni miqueta de dir aquesta paraula. La metgessa em van dir que li farien unes proves. Estigueren tot el matí fent-les i, quan van acabar, ens va portar al seu despatx i ens va dir que havia d'explicar-nos una cosa, i que

Els nostres cossos, els nostres drets

no sabia com fer-ho. Ens va preguntar quins estudis teníem. Em va semblar molt fort i li vaig dir que quina importància tenia el meu nivell d'estudis per a parlar de la salut del meu bebé. Em va preguntar si sabia què era un cariotip i un cromosoma, i si sabia quins eren els cromosomes d'home. Li vaig dir sí, i ens va explicar que la meua filla tenia cromosomes d'home. Que tenia una alteració de la diferenciació sexual, un trastorn que era una patologia, i que no s'assabentaria si l'operaven... Volien extirpar-li les gònades, però encara no sabíem què tenia, si ovaris o testicles. Segons l'ecògraf, tenia òrgans femenins, però volien reduir-li el clítoris i fer-li una vaginoplàstia.

I us vau negar...

Evidentment! Jo li vaig dir a la doctora que no li podíem fer això sense saber ben bé què era. I ens va dir que, en aquestos casos, es fa la cirurgia i que preval el sexe de criança. Això vol dir que tu l'eduques com una xiqueta, se sentirà xiqueta. Aleshores va ser quan li vaig preguntar si sabia que existia la transsexualitat. Em va respondre que això no tenia res a veure, que era diferent. O siga, que les mares dels xiquets i xiquetes transsexuals els eduquen perquè siguin transsexuals! Jo, és que no entenia res.

GRANDE, Fani (2017). *Jo sóc així i això no és un problema*. Vinçle.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.14.3. Blogs d'intersexualitat EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Anatomies sexuals](#)

[#Intersexualitats](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu en gran grup el vídeo "[Intersexion \(documental intersexualitat\)](#)", fragment del documental "Intersexion" (Dir: Grant Lahood, Nova Zelanda, 2012). Es pot veure complet [ací en anglés](#).

En grups de 3 o 4, visiteu els blogs sobre intersexualitat següents. Trieu una entrada i expliqueu-la a la resta de la classe. Podeu llegir algun fragment, fer-ne un resum...

o [Mi bebé intersexual](#)

o [Brújula intersexual](#)

o [Yo intersexual](#)

o [Vivir y ser intersexual](#)

o [Intersex y andrógino](#)

o [Justicia intersex](#)

o [Intervisibilidad](#). Pàgina de OII Europa, que agrupa organitzacions intersex europees basades en els drets humans que treballen en la promoció de l'autoconsciència i visibilitat i reconeixement de les persones intersex a Europa i al món.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.14.4. Intersexy 2EBC

Nivells: Segon cicle d' ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Anatomies sexuals](#)

[#Intersexualitats](#)

[#Anglés](#)

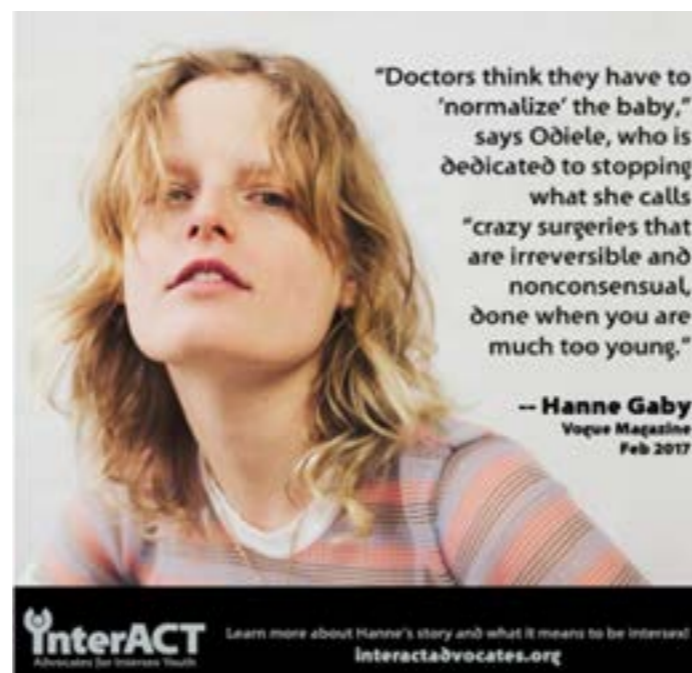
Desenvolupament

Vegeu el vídeo en anglés [What It's Like To Be Intersex](#) (Què és ser intersex), on joves intersexuals parlen obertament, i amb orgull, de la seua intersexualitat.

Visiteu la pàgina [InterAct youth!](#), tumblr dirigit per un grup d'adolescents i joves intersexuals que volen "alçar les seues veus, compartir les seues històries i canviar el món". Extraieu imatges que us criden l'atenció i traduïu els missatges o utilitzeu les que us suggerim.

Què denuncia la primera de les imatges?:
"Intersex people of colour are out of this world"

Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.



Els nostres cossos, els nostres drets

4.15. ANDROCENTRISME I L'APRENTATGE

DE LA INCOMPLETESA

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

Sóc xica perquè no tinc...

Informació per al professorat

L'androcentrisme i el sexisme, ajudats per les particularitats anatòmiques, s'encarreguen de donar diferent valor al cos de les xiquetes i dels xiquets. És obvi que tindre penis no és ni millor ni pitjor que tindre clítoris, però sovint a les xiques se'ls dóna el negatiu: els xics tenen penis, les xiques no; els xics pixen dempeus, les xiques no; papa posa la llavor dins de mamà (on ell és actiu i ella és passiva: un cabent). Així, ells creuen que són més perquè tenen penis i elles perceben el seu cos des de la incompletesa (*No tinc penis; No pixe dreta; Sóc xica perquè no sóc xic*).

A més, sol passar que associem els genitals femenins amb la reproducció i els parlem d'un úter que hi ha dins la seua panxeta, el qual quan siguen grans albergarà un bebé. Per contra, la paraula clítoris no sol aparèixer ni a casa ni a l'escola. El nom penis és habitual, però ensenyar a les criatures la paraula clítoris és quasi pornogràfic. En el cas dels xics, de l'aparell reproductor intern (pròstata, conductes deferents...) no se'n diu res o quasi res.

Estem començant, sense saber-ho, a dessexualitzar les xiques i a recordar-los el seu "destí" reproductiu? Estem desresponsabilitzant els xics del seu paper en la reproducció?

Els nostres cossos, els nostres drets

Relació amb els genitals

Informació per al professorat

La relació dels xics amb el seu cos i amb seus genitals és en general més fàcil i directa que la de les xiques. Del seu cos els han parlat de forma general: fort, musculós, prim, guapo... però a més se'ls ha deixat clar que posseeixen un penis que serà celebrat socialment, fins i tot en les ecografies (És un baró, i quina ferramenta se li veu...!). Estan acostumats a tocar-se'l per a orinar, a veure el seu i el d'altres barons en els urinaris o en les dutxes quan practiquen esports col·lectius; les ereccions són celebrades des de ben menuts (fan molta gràcia); la masturbació masculina és senyal de virilitat i els senyals de l'excitació són més evidents que en les xiques. A més, la representació dels penis a les parets, taules i portes dels urinaris o dels vestidors fan evident la importància social del fal·lus. És a més un gest molt masculí arreglar-se els genitals davant de qualsevol persona. Pel que fa a la sexualitat, el sexe és viscut com una demostració de masculinitat i de potència, mesurada per la grandària del penis, la durada de l'erecció i el nombre de coïts. La quantitat és igual a qualitat. Més és millor. El xic és l'element actiu i el seu cos ha de respondre com una màquina davant dels estímuls. La pressió per donar la talla crea angoixa i inseguretat.

Pel que fa a elles, se les ha mirat i parlat de totes les parts del seu cos (el nas, els ulls, la boca, el pit, els malucs...) menys de la vulva. Els genitals femenins són anatòmicament més inaccessibles, i es necessita un espill per a veure-ho tot amb claredat. No està ben vist que les dones es miren les seues vulves ni que

parlen d'elles. Tampoc són celebrats socialment, tal com sí que es fa amb els xics, ni s'anima a l'autoconeixement (*No et toques, cotxina!*). En les parets o en les portes no hi ha clítoris (poca gent sabia com dibuixar-lo), només forats amb penis que els penetren o hi ejaculen. Resulta també més complicat que en els xics identificar els senyals de l'excitació: lubricació, erecció del clítoris, augment vaginal... A falta de curiositat, els primers contactes amb els genitals tenen a veure amb la regla. I són també constants els missatges que fan referència a la brutícia i a la mala olor dels genitals, i la recomanació de productes (sabons, desodorants...) per a la higiene íntima, sense que existisca la seua corresponent masculina. El reduccionisme reproductiu fa que les xiquetes sàpiguen que tenen úter i ovaris però desconeguen un clítoris que només serveix per a donar-los plaer.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.15.1. Les nenes no tenen pilila E

Nivell: ESO

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Autoestima](#)

[#Genitals](#)

[#Clítoris](#)

[#Infantesa](#)

[#Educació sexista](#)

[#Androcentrisme](#)

Desenvolupament

Comenteu el vídeo "[PABLITO Y VIRGINIA 1. ESA COSITA](#)", que forma part de la sèrie d'educació sexual "Pablito y Virginia", que es va emetre a principis dels 90 a Telemadrid. En aquesta, veiem Pablito (presentat com un babau només interessat pel joc), presumint de tindre un penis que, al seu parer, només serveix per a pixar. I veiem Virginia sent instruïda per sa mare en els rudiments de la reproducció, i que adopta una actitud condescendent amb la ignorància de Pablito. El vídeo, pretesament educatiu, aprofundeix en la desigualtat; deixa en mans de les dones el coneixement de la reproducció; destaca les diferències entre els cossos masculins i femenins, en lloc d'aprofitar per a parlar de les semblances, del plaer, de penis i clítoris en xiquets cis, trans o intersex, etc. Més avall hi ha el text transcrit.

Debateu posteriorment al voltant d'aquestes idees/qüestions: Quin model de xiquet presenta? Estàs d'acord amb l'afirmació "¿Qué

ignorantes sois los chicos!? Quin és el model de xiqueta? Com es diu "la cosita" de les xiques? Té avantatges aquesta coseta? Creus que el vídeo ofereix una bona educació sexual?

Text. *Esa cosita*

(Pablito y Virginia juegan a la pelota en el parque)

Pablito. Espera un momento, enseguida vuelvo *(se pone a hacer pis detrás de un árbol)*

Virginia. ¡Mamá!

Madre. *(Está leyendo en un banco)* ¿Qué quieres, Virginia?

Virginia. ¿Por qué Pablito tiene una cosita larga para hacer pis y yo no?

Madre. Porque los niños y las niñas están hechos de forma distinta.

Virginia. ¿Todos los niños tienen esa cosita?

Madre. Sí.

Virginia. ¿Y ninguna niña la tiene?

Madre. Así es.

Virginia. Pero ¡eso es injusto! Esa cosita es muy cómoda para hacer pis.

Madre. ¿Ah, sí?

Virginia. Claro, se puede hacer pis de pie y sin bajarse los pantalones. ¡Yo quiero una!

Madre. Es verdad, esa cosita tiene algunas ventajas pero también tiene sus inconvenientes.

Virginia. ¿Qué inconvenientes?

Madre. Por ejemplo, si les dan un golpe en esa parte les hace mucho daño.

Virginia. Ah, sí, ahora me acuerdo, el otro día había unos niños jugando al fútbol y... *(le dan un balonazo a un niño)* ¿Y por qué somos distintos las niñas y los niños?

Madre. Esa diferencia entre niñas y niños sirve para que cuando seáis mayores podáis hacer más niños.

Virginia. ¿De verdad?

Pablito. Virginia, ¿no vienes a jugar?

Virginia. No sé..., mamá me está contando una cosa muy interesante.

Madre. Ve a jugar, luego te lo cuento.

Virginia. ¿Tú sabías que los niños y las niñas somos distintos?

Pablito. Claro que lo sabía, las niñas no tenéis pilila.

Virginia. ¿Y para qué sirve la pilila?

Pablito. Pues para hacer pis sin bajarse los pantalones.

Virginia. ¡Qué ignorantes sois los chicos!

Els nostres cossos, els nostres drets

4.15.2. Els nens fan pipi i les nenes caca E

Nivell: ESO

Etiquetes:

#Cossos i models

#Autoestima

#Genitals

#Infantesa

#Educació sexista

#Desigualtat

#Androcentrisme

Desenvolupament

Per grups, comenteu les vinyetes de Frato i les fotografies de les fonts. La primera s'anomena Jeanneke Pis (xiqueta que pixa) i la segona, Manneken Pis (xiquet que pixa) i ambdues estan a Brusel·les. Després, responeu a les qüestions. L'estructura cooperativa "1-2-4" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions:

1. Per què no és comú veure xiquetes pixant i sí que ho és veure xiquets?
2. Quina relació tenen els xics i les xiques amb els seus genitals?
3. Quins missatges reben de les persones del voltant?
4. És igual tocar-se (per a arreglar-se els calçotets, per exemple) en públic per a un xic que per a una xica?
5. Com responen les persones adultes quan les criatures menudes es toquen el clitoris o el penis?



Els nostres cossos, els nostres drets

4.15.3. Lammily, una nina diferent E

Nivell: ESO

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Autoestima](#)

[#Infantesa](#)

Desenvolupament

Llegiu la informació sobre la nina Lammily i/o mireu el vídeo del youtuber K. Kortez "[Barbie Con Celulitis, Estrias, Acne, Tatuajes y Mas](#)".

Després, responeu a les qüestions. L'estructura cooperativa "1-2-4" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Text. Lammily

Amb l'objectiu de promoure "la bellesa de la realitat", l'artista digital nord-americà Nickolay Lamm va llançar al març de 2014 una campanya de micromecenatge (crowdfunding) per a fer Lammily. Aquesta és una nina de malucs amples i mesures més acostades a les dones de veritat. A diferència de Barbie, no té els peus arquejats per a portar talons, sinó que se subjecta sola sobre el terra, i té un cos articulad que li permet fer esport. Compta també amb un paquet de 38 adhesius de vinil que la fan encara més real: acne, cel·lulitis, estries, cicatrius, pigues, ferides, tatuatges, ulleres, taques i, fins i tot, picades de mosquit.

Qüestions:

1. Creus que les xiquetes (i els xiquets) que juguen amb Lammily, se sentiran millor amb els seus cossos que les que juguen amb Barbie?

2. Coneixes cap iniciativa semblant que vulga presentar models masculins alternatius?

3. Inventa una campanya de crowdfunding (tal com va fer l'autor de Lammily) amb l'objectiu de recaptar fons per a un nino no hegemònic. [Els suggerim que incloguen alguna discapacitat] [Poden fer-lo en Dibuix].

Els nostres cossos, els nostres drets

4.15.4. Deconstrucció de joguines EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Feminitat(s)

#Masculinitat(s)

#Performativitat

#Creativitat de gènere

Desenvolupament

Farem un taller de deconstrucció de joguines. Han de portar a classe nines i ninos diferents que ja no s'estimen (no importa que estiguen trencats). A classe els/les desmuntarem (roba, extremitats, complements...) i formarem nous ninos més diversos i andrògins (Madelmans amb braços de Barbie o amb falda, Barbies amb cames musculoses, Clicks...). Fotografiarem el procés o en farem un vídeo (per a penjar-lo a la xarxa).

Després, cada alumne ha de mostra la seua criatura a la classe, i explicar per què ha decidit deconstruir-lo així.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.16. REALITAT VS. PERFORMANCE.

CONSTRUINT LA DESIGUALTAT

Objectius dels apartats 4.9 a 4.16

- Evidenciar la pressió cap a les persones perquè s'adequen als models corporals normatius: depilació, operacions, entrenament físic...
- Ajudar els joves perquè coneguen i valoren els costos de sotmetre's a modificacions corporals per a adequar-se als estàndards
- Qüestionar les intervencions en els bebès intersexuals per a adequar-los a uns estàndards de masculinitat o feminitat, sense el seu consentiment.
- Ajudar a entendre la necessitat de les persones trans d'adequar els seus cossos al sexe sentit, sense judicis.
- Ajudar el jovent a desenvolupar el sentit crític davant de les motivacions que socialment es donen per a transformar els cossos.
- Entendre el caràcter performatiu del gènere i ajudar a reflexionar sobre el model de masculinitat i de feminitat que volem encarnar.
- Comprendre els efectes que els avanços tecnològics tenen en la conformació de les nostres corporalitats.
- Mostrar la diferent relació de xics i xiques amb els seus cossos, i específicament amb els seus genitals.
- Evidenciar el diferent valor que es dóna als genitals masculins i femenins. Denunciar el fal·locentrisme.
- Ajudar a desmuntar els tòpics masclistes sobre els genitals femenins (bruts, mala olor...). Animar a conèixer-los i a estimar-los per a poder gaudir-los.
- Ajudar a desfal·locratitzar els barons i rehumanitzar els seus cossos, que no són robots que actuen davant d'un estímul.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) a les dones que posa l'èmfasi en els òrgans –i la seua (in) adequació– i en la funció reproductiva, i posa en segon terme el plaer.
- Desvetllar l'educació sexual sexista (formal i informal) que posa més l'èmfasi en el rendiment sexual i en el dret al plaer, i menys en la prevenció.

Els nostres cossos, els nostres drets

La construcció de la desigualtat

Informació per al professorat

Erika Linder és una dona cis, però en l'anunci de vaquers Crock ens demostra que amb una mica de maquillatge, i un poc de teatre, pot passar per un home, ja que l'únic secret és conèixer bé el guió de la masculinitat. Del LaGrace Volcano és un fotògraf i activista trans i ens explica que com a home li està permès ser agressiu, fins i tot és potenciat, i les dones del seu voltant, conegudes o no, el tracten amb més consideració perquè per a la feminitat tradicional la cura dels altres és un manament.

La drag king Diane Torr, a més d'actuar, organitza tallers on ensenya les dones el guió de la masculinitat tradicional. De vegades, Torr es vesteix d'home per a passejar per la ciutat, i percep el major respecte i atenció que desperta per part de la gent, ja que la nostra cultura patriarcal confereix major autoritat als hòmens que a les dones, i aquestes només criden l'atenció si performen models de bellesa tradicionals.

La princesa Diana de Gal·les era només un centímetre més baixeta que Carlos; en canvi, en totes les fotografies que apareixen junts, a ell se'l mostra almenys un cap més alt que ella. Si ens fixem en la publicitat, els hòmens que mostren sempre són més alts. Coneixeu moltes parelles heterosexuales on la xica siga més alta que el xic?

Què és ser home? Mirar dur, caminar segur, somriure poc, amagar les emocions, tallar-se els

cabells ben curts, afaitar-se perquè el pèl isca més... I ser dona? Abaixar la mirada, caminar insegur, mostrar debilitat, cabells llargs, depilar-se perquè el pèl desaparega... Com són els hòmens? Alts, forts, musculosos, peluts... Com són les dones? Menudes, fràgils, sense pèl, sense múscul... Les diferències que percebem com a naturals són potenciades pels models culturals. Naixem d'una determinada manera però aprenem a ser per imitació, per obligació, per la pressió de l'entorn... I aquesta educació comença en el mateix moment que l'ecografia determina el sexe de la criatura.

Hi ha estudis que mostren persones adultes interactuant amb criatures de pocs mesos. I quan creuen que són xiquetes, riuen i en destaquen la bellesa; i quan creuen que són xics, els tracten amb menys cura i menys carícies, i els gestos que fa la criatura (ja que es tracta del mateix bebè a qui se li canvia el color del cos) són interpretats com a senyal de fortalesa.ⁱ També l'adjectivació, l'entonació o el to de veu varien. I el mateix passa a l'escola.ⁱⁱ

És important que ens preguntem si la masculinitat o la feminitat que encarnem és nostra, o només una còpia social que hem adoptat per a encaixar i que no ens critiquen. Si mirem al nostre voltant podem veure qui porta els cabells curts i qui llargs, qui vesteix amb roba ajustada i qui amb roba ampla i còmoda, qui porta sabates estretes i qui no...

Si fórem realment lliures d'expressar-nos com volguérem, no penseu que hi hauria més diversitat? Si les dones es passaren les vesprades anant al gimnàs a fer musculació, com fan molts xics, no tindrien uns cossos més forts? Si els xics es depilaren els pèls de la cara, en lloc d'afaitar-se, no tindrien faccions més suaus? Si duguérem els cabells llargs, no s'assemblarien a les dones? Si les xiques portaren els cabells rapats, no serien més masculines? Si la masculinitat o la feminitat foren "naturals", caldrien tants insults per a qui se n'ix de la norma?

i Vídeo "La mente en pañales" <https://www.youtube.com/watch?v=7hBX7YUax2I>

ii SUBIRATS, Marina (1988). Rosa y azul. *La transmisión de los géneros en la escuela mixta*. Ministerio de Cultura.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.16.1. Lady Di i Carlos EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Performativitat](#)

[#Rols de gènere](#)

[#Masclismes quotidians](#)

[#Desigualtat](#)

Desenvolupament

En grups, llegiu i comenteu la notícia: [¿Por qué Lady Di se veía más baja que Carlos de Inglaterra si medía solo dos centímetros menos?](#) Utilitzeu la tècnica “lectura compartida” (Vegeu l’annex “Estructures cooperatives”).

[Per a primer cicle d’ESO podem explicar el text o mostrar només fotografies de Carlos i de Diana]

Després, responeu a les qüestions. L’estructura cooperativa “llapis al centre” pot ser útil per a realitzar-les. (Vegeu l’annex “Estructures cooperatives”).

Qüestions:

1. Coneixeu parelles heterosexuales on el xic és més baixet que la xica?
2. Ser alta pot ser un problema per a trobar parella heterosexual?
3. Als xics heterosexuales o bisexuals els agraden les xiques més altes i/o més fortes?
4. A les xiques heterosexuales o bisexuals els agraden els xics més baixets i/o menys forts que elles?
5. Els nostres gustos estan condicionats per la cultura?

Notícia [¿Por qué Lady Di se veía más baja que Carlos de Inglaterra si medía solo dos centímetros menos?](#)

El País. Madrid 22 MAR 2017

Philip N. Cohen trabaja como sociólogo en la Universidad de Maryland en Estados Unidos, y desde hace más de cuatro años enseña en una de sus asignaturas un collage de imágenes de Carlos de Inglaterra junto a Diana de Gales. /.../ Sonrientes, mirando a la cámara, anunciado su noviazgo, su compromiso y su boda, en todas y cada una de estas imágenes oficiales el heredero de la corona británica se muestra, por lo menos, media cabeza más alto que Lady Di. /.../

El catedrático de Sociología explica que él utiliza esta anécdota con sus alumnos— también lo ha expuesto en su libro *The Family: Diversity, Inequality, and Social Change*— para explicar el machismo en la sociedad. “El marido más alto evoca la imagen del hombre protector y dominante. Por poner un ejemplo conocido, aunque Carlos era en realidad una pulgada [2 centímetros] más alto que Diana, a menudo parecía más bajo que ella si eran retratados por los paparazis. Pero cuando posaban para retratos oficiales, por lo general se subía en una caja o un escalón para verse más alto. Este ejemplo ilustra la idea de que la mujer es el sexo débil y corresponde al patrón de dominación masculina en la sociedad moderna”, crítica en su libro Cohen.

Tras ver la serie de imágenes, la idea de que detrás de la decisión de hacerlo parecer a él más alto y a ella más pequeña se esconde un factor machista y sexista es inevitable. Algunos han intentado

excusar la diferencia de estatura por una cuestión de protocolo —no hay ninguna publicación oficial de la casa real británica que diga que el hombre debe verse más alto—, otros, como el profesor o la socióloga Lisa Wade, lo atribuyen a la dicotomía de género, que predomina en la sociedad, que establece que el hombre es alto/fuerte versus la mujer pequeña/débil.

“Estamos acostumbrados a demostrar el papel que juega cada género en la sociedad. Cada día es más común que la gente se habitúe a las diferentes preferencias sexuales, pero no a romper con la idea preestablecida de que el hombre es fuerte y protector. Las personas temen ser juzgadas e intentan encajar en los estereotipos”, dice vía telefónica Cohen. Quien además, añade que quizá nadie se había percatado de que esta diferencia de estatura era intencionada porque las personas se han acostumbrado a ese modelo de hombre protector y por ende dejan de cuestionarse que quizá esa norma haya sido impuesta y por ello no es verdadera.

En 2011 la socióloga Wade catalogó que estas imágenes representaban “el compromiso social con la idea de que los hombres son más altos y las mujeres más bajas. Cuando las parejas no siguen esta regla realizan grandes esfuerzos para encajar con la idea impuesta por la sociedad”.

Las teorías que han surgido /.../ son muchas y variopintas, pero lo cierto es que ha traído de nuevo a la mesa el debate sobre el machismo en la sociedad moderna y ha evidenciado que, muchas veces, pasan desapercibidas cosas tan obvias como querer, a como dé lugar, que la imagen de los hombres predomine sobre el de las mujeres.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.16.2. L'ocupació dels espais: manspreading o eixancarrament EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Performativitat

#Masclismes quotidians

#Desigualtat

Desenvolupament

Analitzeu l'ocupació de l'espai d'hòmens i dones a partir de les imatges següents. Responen a les qüestions en grups de 4.

Qüestions:

1. Com s'asseuen els hòmens? I les dones?
2. Quina és la manera de caminar més habitual d'uns i d'altres?
3. Eixiu al mig de la classe per parelles mixtes i imiteu-vos la manera de caminar i d'asseure-vos.
4. Penseu que hòmens i dones ocupem els espais de manera diferent? Si és així, a què és degut, a la biologia o a l'educació?
5. Sabeu què és el manspreading? Busqueu informació sobre les campanyes antimanspreading del transport públic de Madrid i d'altres ciutats del món.
6. Vegeu i comenteu el vídeo "[Manspreading](#)" (El Tornillo 5x32).



Els nostres cossos, els nostres drets

4.16.3. She or he? 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Anatomies sexuals](#)

[#Performativitat](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

Desenvolupament

Vegeu l'anunci "[Whatever](#)" i comenteu les vostres primeres impressions en gran grup.

Comenteu, per parelles, les qüestions següents.

Qüestions

1. Penseu que la masculinitat o la feminitat són naturals o creades socialment?
2. Quin paper tenen els insults (mariquita, masclot, efeminat...) en el manteniment de la masculinitat i feminitat hegemòniques? Si la gent no rebera aquestos insults (o no tinguera por a l'insult o a la crítica social), penseu que les diferències entre xics i xiques serien menors?
3. Quin és el paper de la moda, dels mitjans de comunicació, de l'educació... en el manteniment de les diferències físiques (vestimenta, gestos...)?
4. Llegiu la píndola informativa del bloc 4: "La construcció de la desigualtat" i torneu a revisar les vostres respostes. Afegiu el que considereu.
5. Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

[Nota per al professorat. La model Erika Linder fa el paper de xic i de xica, però no tots els/les alumnes se n'adonen. Si és així, després de deixar un temps per als comentaris espontanis sobre l'anunci, els aclarim que és la mateixa persona]

Els nostres cossos, els nostres drets

4.16.4. Drag Kings 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Performativitat](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

Desenvolupament

Vegeu el vídeo "[Dréd performant-se](#)", un fragment del documental *Venus Boyz* (Gabriel Baur, 2001) que mostra algunes de les més importants Drag Kings i les seues performances. Llegiu també el text "[Drag Kings](#)". Després, responeu a les qüestions en grups. L'estructura cooperativa "canvi de grup" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions:

1. Què és una Drag Queen?
2. I un Drag King?
3. Quin és l'objectiu de les performances de les Drag Kings?
4. Què són els tallers de masculinitat per a dones? Creus que són útils? T'animaries a participar-hi?
5. Existeixen tallers de feminitat per a hòmens? T'animaries a participar-hi?
6. Coneixeu els crossdresser? Busqueu-ne informació. [A l'activitat del B4 "Crossdressing" podem trobar-ne]
7. Penseu que té avantatges anar pel carrer com a home? I com a dona?

Text. Drag kings

Una Drag King és una dona que, conscient de la teatralitat de la masculinitat, decideix jugar amb el gènere actuant en un club o en un escenari. Les drag kings parodien els estereotips i les estratègies de poder masculines per a mostrar que la masculinitat és una representació on només es necessita maquillatge, uns pelets a la cara, capacitat d'observació i ganes d'experimentar. Per exemple la drag king Mildred representa a la perfecció el seu cantant favorit Dréd; Mo B Dick ens mostra el binarisme vestint una part del seu cos d'home i l'altra, de dona, i Del La Grace Volcano fotografia la diversitat i ens explica que des que ha decidit usar pronoms masculins se li permet socialment expressar l'agressivitat, i fins i tot les amigues el tracten diferent perquè en el guió de teatre de les dones està escrit que han de complaure i servir els hòmens.

La drag king Diane Torr, a més d'actuar, organitza tallers on ensenya les dones el guió de la masculinitat i les instrueix en la manera d'ocupar l'espai, de mirar al seu voltant, de relacionar-se i de protegir-se que tenen els hòmens. En general, les dones caminen amb passes curtes --sovint per culpa de les sabates incòmodes--, i solen mirar el món amb curiositat i desig de transmetre o comunicar les seues emocions. Els hòmens són més reservats, miren amb desconfiança, i esperen que el món vaja a ells. I quan caminen, ho fan ocupant l'espai i sentint que cada tros de terra que xafen els pertany. Torr es vesteix sovint d'home i passeja per la ciutat, i la gent la respecta i l'escolta amb més atenció quan sembla un baró perquè

la masculinitat tradicional dóna autoritat als hòmens.

El professorat porta a classe alguns pots de pintaungles (o els demanem que en porten) i els xics es pinten les ungles d'una mà. Passen el dia (o més dies, si s'atreveixen) i la propera sessió contenen l'experiència. A les xiques, els demanem que es posen perfum masculí. Si prefereixen fer altres accions que trenquen amb els estereotips de gènere, ho poden fer, per exemple, utilitzar un nom masculí o femení durant un dia.

Els nostres cossos, els nostres drets

4.16.5. Disfòria de gènere 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Trans*](#)

[#Identitat de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el vídeo [Mi disforia](#) del xic trans Marcos Duran Mateos. Responeu, després, a les qüestions i poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Qüestions

1. Què és la disfòria?
2. Quines característiques considera Marcos que són masculines o femenines?
3. Quines coses no li agraden d'ell mateix?
4. Els xics cis tenen una disfòria semblant a la de Marcos? I les xiques cis?
5. La disfòria és una problema personal o social?

Els nostres cossos, els nostres drets

4.16.6. Em dic Pol i vull ser un home diferent 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Performativitat](#)

[#Trans*](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Rols de gènere](#)

[#Identitat de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

[#Cossos i models](#)

Desenvolupament

Vegeu i comenteu el vídeo "[Este chico sufrió el machismo en sus carnes. Descubre su historia](#)" (9", 2007), on Pol Galofre*, un xic trans, ens conta les seues reflexions sobre el model de masculinitat que vol encarnar.

Es tracta d'escoltar la història de Pol, i de reflexionar sobre la construcció de la masculinitat en els xics. És convenient que la reflexió i el debat dels grups de quatre persones es facen separats per sexes (tot i que si alguna persona pensa que es pot sentir més còmoda en el grup de l'altre gènere, es pot canviar). Després, en el gran grup es debatran totes les idees, i es veurà el que pensen les xiques i els xics sobre la construcció de la masculinitat i feminitat i les noves maneres de ser hòmens i dones.

Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Qüestions

1. En què creus que consisteix ser home? Pensa en un home ideal. Com és?
2. En què creus que consisteix ser dona? Pensa en una dona ideal. Com és?
3. Per als xics. T'ha passat alguna vegada no estar d'acord amb el que es deia i feia en el teu grup de xics i callar perquè t'acceptaren? Pol sent moltes vegades ràbia i frustració en el grup de xics. T'ha passat a tu alguna cosa semblat? Què va ocórrer?
4. Per a les xiques. T'ha passat alguna vegada no estar d'acord amb el que es deia i feia en el teu grup de xiques i callar per a ser acceptada? Què vas sentir en aqueixa situació?
5. Com es pot construir una nova masculinitat?
6. Com es pot construir una nova feminitat?
7. Reflexiona aquestes qüestions en grups de quatre persones. Una s'encarregarà de fer un resum del parlat.
8. Debat general veient els resultats dels xics, d'una banda i els de les xiques per un altre, per a veure coincidències i diferències.

[Nota per al professorat: Aquest vídeo és una magnífica reflexió sobre el gènere que recomanem veure, sol o acompanyant qualsevol de les activitats d'aquest bloc. Pol hi explica com transitar a home, però no a "mascle hegemònic", a més de reivindicar amb orgull els anys que va viure en femení i que formen part de la seua experiència vital. En l'activitat del bloc 2, "Passar, que complicat", podem llegir un text de Galofre on es pregunta pel model de masculinitat que voldria performar i els canvis que ha suposat viure com a home.]

Els nostres cossos, els nostres drets

Nota: Orientacions didàctiques

Com veureu, algunes de les activitats incloses en aquest projecte contenen instruccions que us ajudaran a posar-les en pràctica a l'aula. Quan aquest no siga el cas, les podreu treballar individualment, mitjançant alguna de les estructures cooperatives que expliquem en l'annex "Estructures cooperatives", o bé com a xicotet projecte de treball. D'altra banda, és també recomanable treballar els continguts de forma transversal en les diferents assignatures del currículum que es consideren adients.