

A close-up photograph of a person's face and hand. The person has long, reddish-brown hair and is wearing a silver ring in their lower lip. Their hand is raised to their chin, with fingers slightly curled. A rainbow-colored wristband is visible on their left wrist. The background is dark and out of focus.

“NO, NO QUEREMOS HACER UN TRÍO CONTIGO”

Las mujeres con una orientación sexual disidente
sufren a diario la mirada masculina machista.
Ellas no la necesitan, su identidad y su deseo está
exclusivamente en sus manos

Ser mujer implica, de base, sufrir un tipo de discriminación: el machismo. Si a este hecho le añadimos tener una sexualidad distinta a la heteronormativa, el número de razones por las que se padece exclusión incrementa. Este acoso provoca que queden en los márgenes, sufriendo difamaciones que las hacen arraigarse aún más en la disidencia.

“¿Queréis hacer un trío?” es una de las frases estrella, compartida como vivencia común por todas esas mujeres que en algún momento se han sentido atraídas por otra. A este colectivo se le bautiza como sáficas, término que tiene su origen en la poeta Safo de Mitilene. Sus obras se centaban en el amor entre mujeres, dando pie a una de las primeras referencias del lesbianismo en la Antigüedad. Hoy, el término sáfica se utiliza para referirse al amor entre mujeres, independientemente de su orientación sexual.

Si hablamos en números, a nivel estatal, el 4,9% de las mujeres españolas se consideran bisexuales, junto a un 1,5% que se proclama como lesbiana, según una encuesta realizada por el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) en 2023.

“Puede parecer fuerte lo que voy a decir, pero he llegado a pensar que era mejor que me agrediesen físicamente a que me sexualicen mientras me doy un beso con otra mujer”, revela Naroa Gallués, mujer bisexual de 21 años. La última vez que recuerda haberse sentido sexualizada se remonta a cuando tenía pareja, otra mujer. Una noche, mientras estaban en la calle se dieron un beso. En ese momento escuchó una voz masculina que les preguntaba, “necesitáis un hombre, ¿verdad?”. No era la primera vez, ni tampoco sería la última.

El caso de Naroa no es el único: cada una de las testimonios de este reportaje ha reconocido escuchar esta proposición más de una vez a lo largo de su vida, mientras mostraban públicamente atracción o amor por otra mujer. Así es la hipersexualización, en la que el reconocimiento de una persona depende del deseo sexual que produce en los demás.

De esta manera, se conforma la mirada cisheteropatriarcal, que se debe en gran parte a la cultura de la pornografía. Como apunta Fran Muñoz, sexólogo especializado en cuestiones LGTBIQ+, el alto consumo de esta provoca que los únicos referentes sexuales entre mujeres sean los que retroalimentan el gran mito erótico: “la pareja de mujeres hecha por y para el hombre”.

Nira Santana, mujer bisexual de 28 años, reconoce haberse sentido sexualizada más veces de lo que le gustaría. Sin embargo, no recuerda la última vez que un hombre la vio como objeto de deseo por su orientación sexual. “Desgraciadamente, he normalizado este tipo de comportamiento para que no me afecte más de lo que me gustaría”, admite.

Este hecho particular se ve reflejado en cifras. El Informe de Delitos e Incidentes de Odio de 2022, elaborado por la Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Trans, Bisexuales, Intersexuales y más (FELGTBI+), indica que solo un 15,53% de las lesbianas han presentado una denuncia

La mayoría de agresiones sexuales se dan en espacios nocturnos. A las sáficas, la hipersexualización las obliga a soportar acercamiento sexuales por parte de hombres que no desean



Planet, local de ocio nocturno para mujeres, ubicado en Ruzafa, València. NEREA PEDRÓN

por delito de odio, seguido por el 3,79% de bisexuales. El dato resulta alarmante si lo comparamos con la Encuesta sobre el Estado del odio: Estado LGTBI+ de 2023, realizada por la misma federación. El estudio posiciona a las mujeres lesbianas como el segundo colectivo que sufre más acoso, discriminación o agresión física dentro de las siglas LGTBIQ+, solo por detrás de las personas trans.

Un 47,1% de las mujeres lesbianas afirman haber sufrido acoso, seguido del 33,3% que ha sufrido discriminación y el 14,7% que ha padecido una agresión física o de carácter sexual.

No, no quieren ser agredidas sexualmente

La manifestación más común de la hipersexualización son las agresiones sexuales. En el caso concreto de las mujeres lesbianas y bisexuales, la reacción se debe a la discriminación y estigmatización de su orientación sexual. Sin embargo, hay muy pocos análisis que tengan en cuenta el caso especial de las mujeres sáficas.

Una de las pocas investigaciones publicadas sobre el tema proviene de Estados Unidos, de la mano del grupo conformado por las académicas Sasha Canan y Kristen Jozkowski. En el trabajo, se comparan las experiencias de agresión sexual y violación entre mujeres lesbianas, bisexuales y heterosexuales, del cual sobresale un dato preocupante: el 63% de mujeres bisexuales reconocen haber sufrido violencia sexual en alguna de sus diferentes manifestaciones, seguido por las lesbianas, con un 49%. Comparadas con las mujeres heterosexuales, las sáficas son el doble de propensas a ser víctimas de agresiones sexuales, mostrando que este tipo de violencia se convierte en su status quo.

Las cifras sirven para entender la dimensión del problema, pero cada una de esas víctimas tienen nombre y apellidos. Uno de ellos ya lo conocemos: el de Naroa Gallués. “Volver a reconciliarme con el sexo con hombres era una cosa que ni se pasaba por mi mente”, reconoce. Después de estar en una relación con un hombre donde sufrió abusos sexuales, sus relaciones no volvieron a ser las mismas. El sexo se convirtió en tabú en su vida, y eso le marcó en el momento en el que quería establecer un vínculo con otra persona, sobre todo con hombres. “Después de dejar la relación, cuando intentaba tener relaciones con otro hombre me entraba un miedo paralizante”, relata.

Los actos sexuales abusivos constituyen una de las partes más denunciadas por las testimonios. “De base, lo más común es que te hagan preguntas incómodas, preguntas con trasfondo, proposición de prácticas sexuales, miradas si mi pareja y yo mostrábamos cualquier tipo de muestra de cariño en público. Esto ha provocado que me sienta cohibida de estar con una chica en sitios públicos por lo que pueda pasar”, describe Ada (nombre ficticio). Sin embargo, algunos agresores dan un paso más allá, con tocamientos en zonas íntimas u ocupación del espacio personal.

Así lo cuenta Nira Santana, en uno de los episodios que recuerda con más claridad: una noche salió a una discoteca de Bolonia, su ciudad de Erasmus, con la compañía de su novia, con la que sigue manteniendo la relación, y un par de amigos. En el momento en el que se dio un beso con ella, dos hombres de aproximadamente treinta años empezaron a dar vueltas por su zona. “De repente, noté como alguien me tocaba el culo, pero no fue una vez, fueron

varias veces. Estaba cansada, así que me giré y le grité cabreada que me dejase en paz. ¿Cuál fue su reacción? Tacharme de loca, decirme que me lo había imaginado”, narra.

La llamada de atención no sirvió de nada, lo que provocó que el otro hombre se entrometiese también. “Me daba un beso con mi novia y

El caso concreto de las sáficas lo estudia el segundo informe de *Noches Seguras Para Todas de 2021*, realizado por la Federación Mujeres Jóvenes (FMJ), el cual asegura que las mujeres jóvenes lesbianas sufren un tipo de violencia sexual específica por su orientación sexual. Esto comporta que en situaciones de ocio nocturno

so mostrar a dos prostitutas dándose un beso, abarcando un tema lésbico y erótico de una manera tierna y natural. En su época, se convirtió en una manera transgresora de representar las relaciones entre mujeres, dejando de lado el erotismo por y para el morbo del hombre. Sin embargo, una vez esta obra ha sido analizada



de repente tenía la cara de él a un centímetro, intentando meterse para que le diésemos un beso también. Yo ya no sabía qué hacer y nos separamos un rato para evitarlo. Me cabréo muchísimo tener que hacerlo para que nos dejasen en paz”, declara.

“Me cabréo muchísimo tener que separarme de mi pareja para que nos dejasen en paz y pasar la noche tranquilas”

La localización de este incidente no es una casualidad. Según el estudio *La sexualidad de las mujeres jóvenes en el contexto español. Percepciones subjetivas e impacto de la formación*, realizado por el Instituto de las Mujeres en 2022, un 41,6% de las mujeres han sentido miedo de sufrir esta forma de agresión en sitios de ocio nocturno.

“los hombres lleven a cabo acercamientos sexuales aun sabiendo que ellas no les desean”. Indistintamente, estos arrimos se dan tanto en lesbianas como en bisexuales, sin necesidad de que se muestren visibles, solamente que sean percibidas como sáficas. “No entienden que las mujeres podamos tener deseo entre nosotras, para ellos tiene que haber una figura de un hombre”, manifiesta Nira.

“No, no te necesitamos”

La invalidación del deseo femenino hacia otra mujer desencadena otra de las propuestas más comunes que reciben las sáficas: “¿necesitáis ayuda?”. “Y claro que no lo necesitamos, nunca lo hemos hecho”, reivindica.

Históricamente, las relaciones eróticas entre mujeres se han visto como vínculos menos violentos y transgresores que la propia homosexualidad masculina. La obra del pintor y cartelista francés Toulouse-Lautrec es la prueba de ello: en un conjunto de cuatro obras que pintó para un burdel de París, representa diferentes escenas de lesbianas besándose. En la obra *En la cama: el beso*, el artista postimpresionista qui-

a posteriori, se ha dejado vislumbrar un fondo donde la infantilización destaca a la hora de recrear este tipo de vínculo.



“En la tradición heteropatriarcal, la mujer queda relegada a una posición de objeto, pasiva, a la espera de un hombre que la complete”, esclarece Fran Muñoz, sexólogo especializado en cuestiones LGTBIQ+.

Así es como lo vemos reflejado en Juana (nombre ficticio), una mujer bisexual de 22 años. “En

el momento no me di cuenta y he necesitado mucha terapia para deshacerme de esa culpa”, confiesa. Cuando tenía dieciséis años empezó una relación con otra chica de su edad, y optaron por establecer una relación no monógama. Una noche conoció a un chico que era mayor que ella, a quien le contó que tenía una relación abierta con otra chica. “No le importó en absoluto que yo le dijese que estaba con otra persona, para él no estaba comprometida con nada”, cuenta. Pasaron los meses y la testimonio decidió poner fin a su relación, manteniendo un buen vínculo con su expareja. “Fui a contarle que ya no estábamos juntas y se la sudó, no se veía amenazado. En ningún momento le dio seriedad al hecho de que estuviese con otra chica, pero estoy segura de que, si hubiese sido otro hombre, no hubiese pasado lo mismo”, manifiesta.

del hombre como sujeto de deseo y, por decirlo de alguna manera, el protagonista”, reflexiona Muñoz.

De esta forma, el sentimiento de no sentirse validadas cuando se trata de establecer relaciones con otras mujeres se generaliza. “Parece que tengamos que demostrar a la sociedad que somos lesbiana o bisexual todo el rato, que tienes que estar comprometida totalmente con ello para que te puedan tomar en serio”, declara Naroa.

“No, no somos tu espectáculo”

En las últimas generaciones, la capitalización del deseo se ha convertido en una realidad con el aumento del consumo de pornografía y la facilidad de acceso a estos contenidos. De acuerdo con el estudio sobre *Juventud y Pornografía en la Era Digital*, realizado por Fad Juventud en

éticos o feministas por los cuales no se muestra un interés generalizado: solamente el 6,9% los busca, en el cual un 12,2% es por parte de ellas frente al 2,9% de ellos, como indica el informe de Fad Juventud.

El consumo de pornografía en jóvenes es del 62,5%. En el caso de ellos, son un 72%, comparado con el 53% de ellas. El consumo de contenidos éticos o feministas se posiciona en un 6,9%, con un porcentaje menor en hombres que en mujeres.

Por ello, las relaciones entre mujeres se ponen en el punto de mira, siendo percibidas como un



“En ningún momento le dio seriedad al hecho de que estuviese con otra chica. Si hubiese sido otro hombre, no habría pasado lo mismo”

Esta reacción no surge de la nada, es la que proviene de la enseñanza heteropatriarcal. “La masculinidad se construye en torno a la idea

2023, el 62,5% de los jóvenes en España consume pornografía, en el que un 72% es por parte de hombres, frente al 53% en mujeres.

El consumo de pornografía en exceso provoca en un 40% de los jóvenes efectos negativos importantes en sus vidas. Este uso problemático aumenta de manera significativa en el caso de los hombres más adolescentes, ya que, como la investigación indica, duplican la frecuencia de uso.

“Creo que eres porno en directo para ellos”, reflexiona Naroa. La mirada que proporciona la pornografía está basada en la cisheteropatriarcal y, en ese modelo, “el placer masculino es la estrella”. La alternativa son los contenidos

objeto de consumo disidente. “Hay veces que siento que estoy en un escaparate y me he convertido en un espectáculo para ellos”, confiesa Nira. Lo que le ocurrió fue sencillo: conoció a una chica y bailó con ella, pero cuando se dio cuenta había un grupo de hombres mirándolas. “Nos miraban como si fuésemos carnaza, ellos solo estaban allí para disfrutar mientras veían cómo nos besábamos o, simplemente, estábamos una al lado de la otra”, relata.

La misma historia se repite en el caso de Naroa, pero en su experiencia se le añadieron preguntas incómodas cómo, “¿cómo os lo montáis entre dos mujeres?”, “¿quién es el hombre y quién la mujer?”, y un largo etcétera. “Sé que

hay mucho desconocimiento sobre el tema, pero que te lo tenga que explicar porque quieres ponerte cachondo me parece horrible. No somos un espectáculo”, explica.

La reacción más habitual para muchas es huir del sitio donde está ocurriendo. “Me siento muy incómoda. Primero se quedan un rato mirándote y luego ya pasan a la acción, se acercan y empiezan las preguntas, la curiosidad sobre las relaciones que tenemos y es como: déjame en paz”, narra Desi, lesbiana de 28 años, nacida en Las Palmas de Gran Canaria.

Este comportamiento no se produce solamente en los encuentros en persona, sino también en sitios donde se pueden convertir en referentes. Uno de esos casos ocurrió durante la emisión del conocido *talent show* musical Operación Triunfo, donde uno de los dúos conformados por las concursantes Chiara Oliver y Violeta Hódar desató la polémica. A las dos participantes, reconocidas como lesbiana y bisexual respectivamente, les fue adjudicado el tema *I kissed a girl*, de Katy Perry. Bajo las indicaciones del programa, montaron su actuación de una forma erótica y provocadora. Para una parte de la audiencia, fue un espectáculo muy aclamado, pero también bastante cuestionado.

“Es como, mira si estas dos chicas tienen un interés romántico o no que al menos me ponga cachondo. Es así porque nos han enseñado a utilizar solamente la mirada masculina. Ni siquiera nos molesta, es que parece que no nos interesa si no se muestra de una manera hipersexualizada”, reconoce Naroa. De la misma forma lo ve Ada, que cree que el núcleo del problema yace en las intenciones del programa en sí. “Se hace de manera consciente porque saben que va a crear más expectación, y con ello más público, solo por el ‘morbo’”, analiza.

No, no queremos perdernos

“Llegó un punto en el que sentía que había perdido del todo mi identidad, no sabía si era bisexual o en qué me había convertido: quería alejarme de todo para volver a encontrarme”, recuerda Naroa. La pérdida de identidad es uno de los principales problemas que afecta a la salud mental de las sáficas. En la encuesta de *The National Survey on Drug Use and Health (NSDUH)*, realizada por el gobierno federal de Estados Unidos en 2021, apunta que el 38,7% de lesbianas reconoce haber sufrido alguna enfermedad mental, porcentaje que aumenta con el caso de las mujeres bisexuales, con un 54%; más de la mitad.

“La hipersexualización sobre todo va a afectar a la autoestima, a tu identidad, a tu autopercepción”, contextualiza Rocío Jiménez, sexóloga especializada en cuestiones de género. Sin embargo, la lista abarca otros problemas con la imagen corporal o la alimentación, vincularse sexualmente con otras personas, entre otras.



Las concursantes de Operación Triunfo, Violeta y Chiara dándose un beso al terminar la actuación de 'I kissed a girl'.

OPERACIÓN TRIUNFO

De esta manera lo explica Fran Muñoz, sexólogo especializado en cuestiones LGBTQ+: “desde la óptica patriarcal y masculina, tanto a mujeres bisexuales como lesbianas se les erotiza desde una hipersexualización exagerada, solo hay que ver el porno *mainstream*, que está hecho por y para hombres”.

Esto provoca que, en algunos casos, el colectivo sáfico sienta mayor reticencia a estar con otras mujeres, sobre todo en público, como en el caso de Ada. La represión llega hasta en las muestras de afecto hacia otra mujer, por miedo a escuchar comentarios incómodos, como nos narra Carla, mujer bisexual de 27 años. Como consecuencia de este miedo, Naroa empezó a reprimir su sexualidad por “evitar ver cómo el mundo la miraba”, tanto de manera sexual como identitaria.

La objetificación ataca de manera directa a la expresión del deseo y la concepción de la propia sexualidad. “Si se asume que el sexo ocupa un lugar tan central en las relaciones puede llegar a entenderse como algo que le debes a alguien”, afirma Muñoz. Es entonces cuando se provoca el bucle: la sexualidad cishetero-

Para salir de esa espiral, se debe fomentar la “sexualidad consciente”, como la define Fran Muñoz. “Es una sexualidad centrada en las sensaciones y en el placer, alejada de guiones preestablecidos y normas absurdas interiorizadas”. Sin embargo, hay muchas luchas que nacen desde uno mismo y se van exteriorizando. “Hay que ir rompiendo moldes, romper con todo lo establecido para poder vivir tu vida con tranquilidad, sabiendo que mereces estarlo”, promueve Rocío Jiménez.

No nos hemos cambiado de acera

La infancia determina en mayor o menor medida cómo serás en un futuro. A Naroa cuando jugaba a “las casitas” le encantaba simular que se casaba con sus amigas y compañeras. “Nunca nadie me miraba mal por ello, ni yo veía en sí algo malo o algo que debía escon-

der”, recuerda. Durante la primera etapa vital, se van consolidando distintos aspectos sociales y culturales del entorno, siendo adquiridos como propios. Para Nira este factor fue muy determinante: repudiaba lo femenino. “Lo odiaba porque lo femenino simbolizaba que no podía hacer muchas cosas. Era algo tan básico como querer jugar al fútbol en el patio y no poder por ser una chica”, explica.

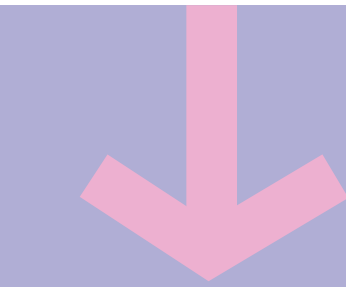
Con el tiempo, llegó a reconciliarse con la feminidad, lo que provocó que se desligara de la masculinidad. “Por aquel entonces, solo conocía a una niña lesbiana de mi colegio, con una expresión de género más acorde a la masculina. Como yo no era como ella, no sabía qué era lo que me pasaba: yo era femenina, era imposible

que me gustasen las chicas”, recuerda. Por esta razón, Nira no se definió como bisexual hasta que cumplió los 22 años.

El caso contrario le sucedió a Carla. Desde su infancia, cumplía con la imagen prototípica lésbica, por lo que fue encasillada dentro de ese molde. “A consecuencia de mis tendencias masculinas, para la sociedad era más cómodo encajarme en el escaparate de lesbianas que en el de bisexual”, confiesa. El día en el que abiertamente expuso su bisexualidad, su vida dio un giro: “¿Cómo era posible que una mujer con una clara etiqueta lésbica de pronto dijera que también le atraían los hombres?”, pregunta.

En cambio, a Ada le ayudó mucho su círculo más cercano. Iba a clases de baile, donde su profesora era abiertamente bisexual, además de encontrar referentes familiares que pertenecían al colectivo LGBTQ+. “Desde la infancia tuve normalizada las relaciones entre mujeres”, manifiesta. A los 17 años se definió como bisexual, aunque sentía cierto miedo a la hora de contárselo a su círculo más cercano. “Muchas personas se enteraron directamente porque empecé mi primera relación con una chica, y no porque yo ya les hubiese dicho que era bisexual”, explica.

El punto en común entre todas ellas es que, aunque no supieran darle forma ni nombre, sabían lo que eran y lo que sentían. Y si sabían etiquetarse, muchas veces les daba miedo decirlo en voz alta. “No hemos cambiado de acera, lo sabíamos desde siempre. Si nos clasificamos desde el principio en un molde y luego tenemos que decir que no pertenecemos es cuando tenemos que salir del armario”, declara Naroa.



Sus infancias

Naroa

“Jugaba a las casitas y me encantaba casarme con mis amigas. Era lo más natural del mundo para mí y para ellas”

Nira

“Como yo no tenía una expresión masculina, no sabía lo que me pasaba. Era imposible que me gustasen las chicas”

Carla

“Para la sociedad, era más fácil encasillarme en el escaparate de lesbiana que en el de bisexual”

Ada

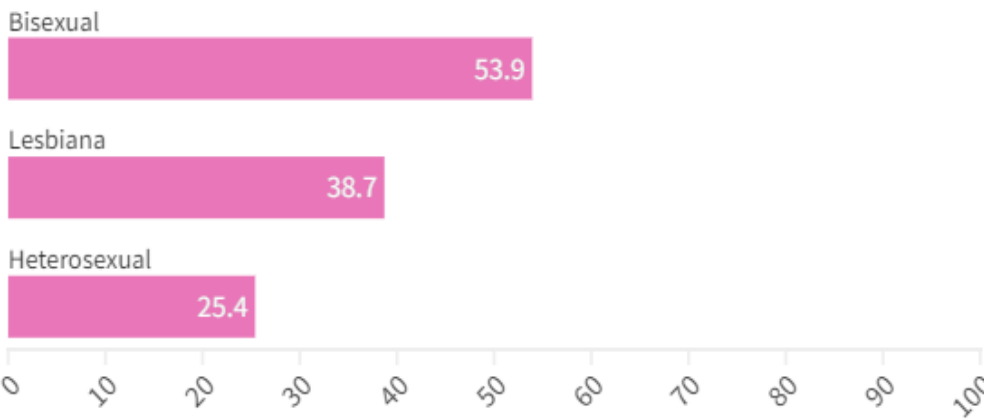
“Desde siempre, tuve normalizadas las relaciones entre mujeres. Aún así, ser visible como bisexual me costó mucho”

“No nos hemos cambiado de acera, lo sabíamos desde siempre”

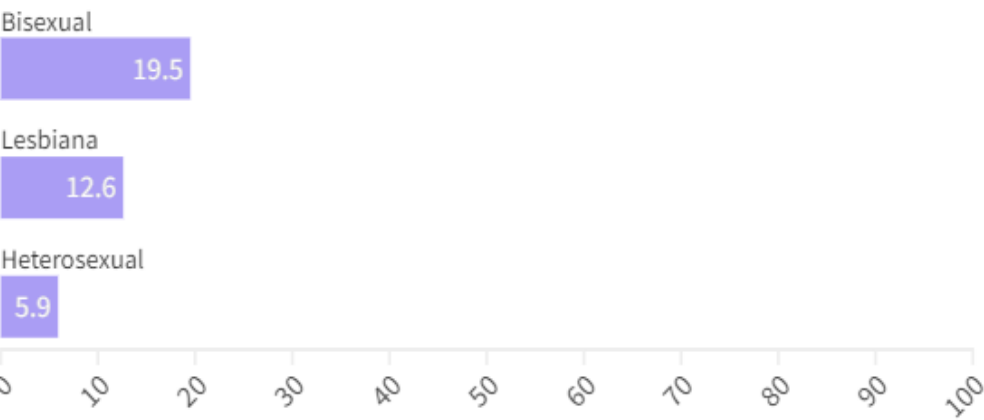
Naroa Gallués

Porcentaje de mujeres por orientación sexual que han sufrido problemas de salud mental en 2021

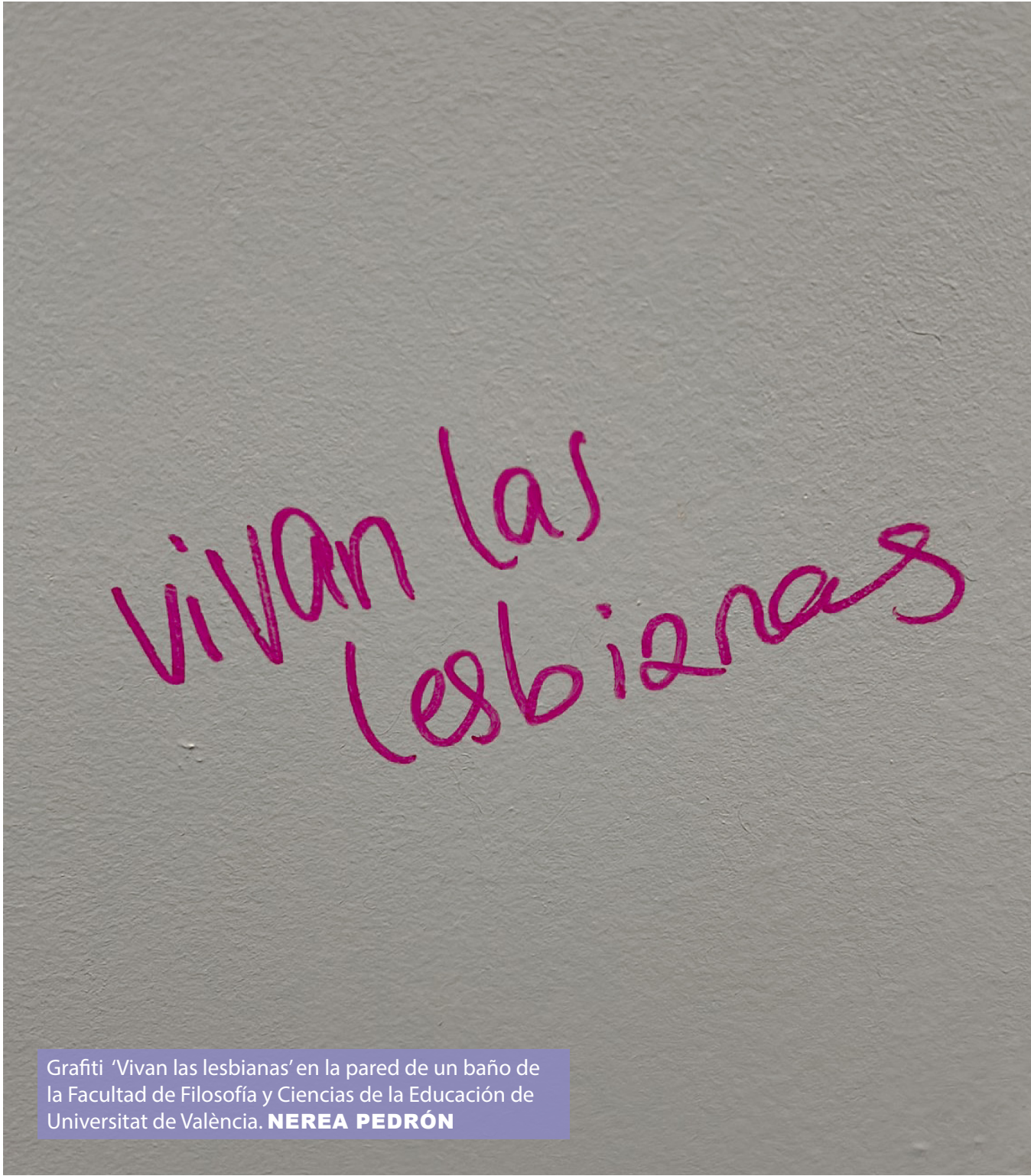
Ha padecido un trastorno mental



Ha padecido un trastorno mental grave



Fuente: Lesbian, Gay, and Bisexual Behavioral Health: The National Surveys on Drug Use and Health 2021. Elaboración propia.



Grafiti 'Vivan las lesbianas' en la pared de un baño de la Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación de Universitat de València. NEREA PEDRÓN



Luisa Notario, primera regidora visiblemente lesbiana de la ciudad de Valencia. **NEREA PEDRÓN**

No, ya no viven en los márgenes

A pesar de los avances en cuestiones del colectivo LGTBIQ+, no siempre se ha vivido la diversidad sexual y de género de la misma manera. Hasta el siglo XX no se luchó concretamente por la visibilidad y aceptación social de la orientación sexual lésbica. Anteriormente, la discusión se enfocaba en cuestiones de género, partiendo de la desigualdad de derechos y libertades de las mujeres.

Debido a la invisibilización del colectivo lésbico en los movimientos sociales, las lesbianas se adhirieron al movimiento feminista, período conocido como “los años gloriosos”, que tuvo lugar en la década de los ochenta

El primer núcleo sobre la realidad sáfica tuvo lugar en Berlín, donde diversos bares y espacios fueron clasificados para mujeres. En Bilbao, el movimiento feminista se unió al lésbico,

creando un frente común lesbofeminista. Otra de las ciudades protagonistas fue Valencia, como explica Luisa Notario, primera regidora lesbiana visible del Ayuntamiento de Valencia y excoordinadora del Lambda.

“En los años 80, el lesbianismo no existía en ningún lugar. Yo viví ese descubrimiento en un marco de soledad, de dolor y de desconocimiento”, describe. El hecho de ser lesbiana la llevaba a vivir en los márgenes en distintos espacios de socialización como el instituto, con las amigas y la familia, teniendo un efecto negativo durante su adolescencia. A los dieciséis años descubrió la palabra lesbiana. “Yo siempre digo que soy lesbiana de toda la vida. Nunca he ejercido de heterosexual”, declara.

Con los dieciocho años recién cumplidos, empezó a frecuentar lugares de ambiente LGTBIQ+, uno ubicado en la calle Denia de Valencia. “Era uno de los pocos lugares exclusivo para mujeres”, afirma. Al ser un lugar oculto, la identificación de las personas que entraban se comprobaba a través de una mirilla.

Entre los “espacios de socialización”, como los define Notario, se encontraba Mogambo, una discoteca ubicada al lado de la plaza del Ayuntamiento de Valencia. A pesar de ser un

sitio exclusivo para mujeres, siempre conseguía colarse alguien. “Entraba el típico hombre cisheterosexual que venía a explicarnos cuáles eran nuestras carencias sexuales”, relata. Entre los comentarios que recibía, no tan solo ella si no también sus compañeras, estos son algunos de los que recuerda con más claridad: “tú eres bollera porque no has probado una buena polla”, “vamos a hacer un trío” o “déjame que te enseñe cómo se hace”. Su caso y el de sus compañeras no era uno aislado. “Todo eso estaba a la orden del día; ya sabías que el día que ibas a ir, iba a estar el típico tío baboso”, lamenta Notario.

“Todo eso (la objetificación) estaba a la orden del día. Ya sabías que la noche que ibas a una discoteca o a un sitio de ocio nocturno, te ibas a encontrar al típico tío baboso”

El clima de los años noventa obligó a muchas mujeres a permanecer en la sombra. “Yo sabía que era lesbiana, pero ser visible me costó mucho más tiempo”, reflexiona. Para Notario, su visibilidad dependía de distintos factores: la autonomía económica y laboral, además de la estabilidad. “A muchas de mis otras compañeras, cuando le confesaban a su familia que les gustaban las mujeres, las tiraban de casa. Yo quería evitar riesgos, por ello, hasta que no me compré mi primera casa no salí del armario. Tenía 29 años”, narra.

Desde ese momento, se implicó en el activismo, uniéndose al bloque trans de la asociación Lambda. Empezó a ser una persona más visible, poniendo su orientación sexual en el centro del debate político. “A parte de ser lesbiana soy muchas otras cosas: soy mujer, madre, entre millones de características. Para mí, ser lesbiana también ha sido una estrategia política, he puesto en la esfera pública lo que es mi intimidad para que nadie pasase lo que yo pasé”, relata.

Nombramiento de Notario como coordinadora general del Lambda, en el año 2005. **LAMBDA VALÈNCIA**



TOMA DE POSESIÓN

El pasado 30 de abril, tras la marcha de Joan Ribó como concejal de Compromís, Luisa Notario tomó su relevo como edil de la corporación local.

Con la celebración del pleno extraordinario del Ayuntamiento de Valencia, ha tomado posesión del cargo, ya que ocupaba el décimo puesto de la lista electoral de la formación.

De esta manera, lleva por bandera la causa del movimiento LGTBIQ+ y la experiencia adquirida en la pasada legislación.

Un espacio seguro para todas



En el Planet, el 17 de Mayo, Día contra la LGTBifobia, se firmaba como forma de reivindicación en un armario de gomaespuma. NEREA PEDRÓN

Los espacios seguros se han convertido en un concepto que pretende proteger a todos aquellos que se encuentran en riesgo de discriminación por parte de la sociedad. En lugares de ocio nocturno, la búsqueda de un entorno seguro se complica. Por ello, existen sitios como el Planet, el cual se define como un pub de mujeres donde cabe todo el mundo.

Vivir en la sombra ha sido la realidad para el colectivo LGTBIQ+ durante años. La visibilidad tenía un precio a pagar: la marginación social. Ante la situación de desamparo, se empezaron a crear los conocidos como *safe spaces*, un término anglosajón que tenía la intención de ponerle nombre a esos espacios donde poder ser uno mismo. Los también llamados espacios seguros o positivos son aquellos que albergan a personas que son marginadas por la sociedad. El objetivo es que se puedan reunir para hablar de sus experiencias y tener un sitio de encuentro.

Para Luisa Notario, el primer sitio donde se pudo poner en contacto con otras personas del colectivo fue en la página de contactos de una revista, la cual decía lo siguiente: “chica busca chico, chico busca chica, chico busca chico, chica busca chica”. “Era el único sitio donde las personas del colectivo nos podíamos encontrar”, comenta. En principio, estos espacios se consolidaban como lugares privados y exclusivos, ante la inexistente regulación de derechos LGTBIQ+, pero los tiempos han ido cambiando. Rosa, quien hoy dirige uno de los locales de ambien-

te sáfico más conocidos de la ciudad de València, el Planet, es un ejemplo de ello. “Con cincuenta años, me quedé en el paro. Siempre había tenido la ilusión de crear un local que fuese para lesbianas y bisexuales, pero que no tuviese la intención de segregarnos, si no de incluir a todo el mundo”, narra. De ese inicio hace ya doce años, lo que era un antiguo club de jazz se transformó en un punto de encuentro. Y, actualmente, cuentan con una clientela “muy fiel y respetuosa”.

Cumpliendo con los objetivos de Rosa, el Planet se ha convertido en un entorno “sano, divertido y seguro”. Además, se desarrolla como un lugar donde poder integrar experiencias y conocer a gente. “Hay chicas que vienen solas y se van acompañadas con nuevas amistades”, señala. A la vez, disponen de un protocolo contra cualquier tipo de violencia. “A cualquier mirada o comentario, se les comunica a las camareras y ellas se encargan de ponerse en contacto

con el de seguridad para echarlo. Tenemos una política de tolerancia cero y para nosotras es esencial”, describe. De la misma manera, establece el Planet como un sitio donde poder educar en valores LGTBIQ+, ya que la clientela suele ser joven. “Con el panorama que hay en la actualidad, tenemos que cuidar estos espacios y cuidarnos a nosotras”, manifiesta Rosa.

Un grupo de amigas en el Día contra la LGTBifobia en el Planet. NEREA PEDRÓN



► 17M: NOCHE EN EL PLANET CONTRA LA LGTBIFOBIA

1 La puerta donde se firmaba simbólicamente en contra de la LGTBifobia simulaba ser un armario, jugando con el concepto de “salir del armario”. Dentro de este, estaban colgadas la bandera LGTBIQ+, de todo el colectivo y, la lesbiana, representada por los colores rosa en varios tonos, blanco, rojo y naranja.

2 Al entrar al local, en la zona de la barra más próxima a la puerta, se encuentra el bote de propinas. A este vaso de plástico en forma de cubalibre se le bautiza como “Apadrina una lesbiana”, con un toque humorístico y autoparódico.



“No, no nos hemos visto reflejadas”

La primera vez que Notario se dio cuenta del poder que tenía mostrarse públicamente como lesbiana fue durante una celebración del Orgullo LGTBIQ+ en València. “Una mujer se me acercó y me dio las gracias porque su hija de diecisiete años se había definido como lesbiana al tenerme como referente. Ahí sentí que todo había valido la pena”, recuerda.

Detrás de convertir su orientación sexual en una posición política, habitaba la voluntad de que nadie viviera una infancia sin referentes. Para muchas de las testimonios esta fue su realidad: criarse en un clima donde no se podían encontrar reflejadas.

Con Desi ocurrió de esta manera, ya que no sabía lo que le sucedía. “Pensaba que me pa-

saba algo raro con una chica y que solo era con ella y con nadie más, me desesperaba”, admite. En su entorno, tampoco sabía con quién podía consultar su situación ni a quién pedirle consejo.

De la misma manera transitaba Carla sus dudas en la niñez. “Me hubiera encantado haber podido sentir la comodidad de abrazar esa incertidumbre sobre cómo sería eso de sentir amor o deseo por otra mujer”, reflexiona. Hoy por hoy, reconoce que sigue debatiendo con su círculo más cercano qué sería de su vida si hubiese tenido esos recursos audiovisuales y bibliográficos en el colegio o medios de comunicación.

Hasta cierto punto, los referentes potenciales existían, aunque la historia se encargó de es-

conderlas. Entre ellas, se encuentran Gabriela Mistral y Doris Dana, Emily Dickinson y Susan Gilbert, Alejandra Pizarnik y Silvina Ocampo, Frida Kahlo y Chavela Vargas, hasta Virginia Woolf y Vita Sackville-West. Estas historias que pudieron haber supuesto un referente durante la niñez, las testimonios confiesan que las conocieron ya en la edad adulta.

“Los referentes me hubiesen ayudado a abrazar esa incertidumbre en la niñez”



Día de la Visibilidad Lésbica, 26 de abril, se realizó una mesa redonda en la asociación Lambda de València. NEREA PEDRÓN



Participantes de la mesa redonda, de izquierda a derecha: Maria, de la ESN; Paula de FELGTBI; y Nerea, voluntaria del Lambda. NEREA PEDRÓN

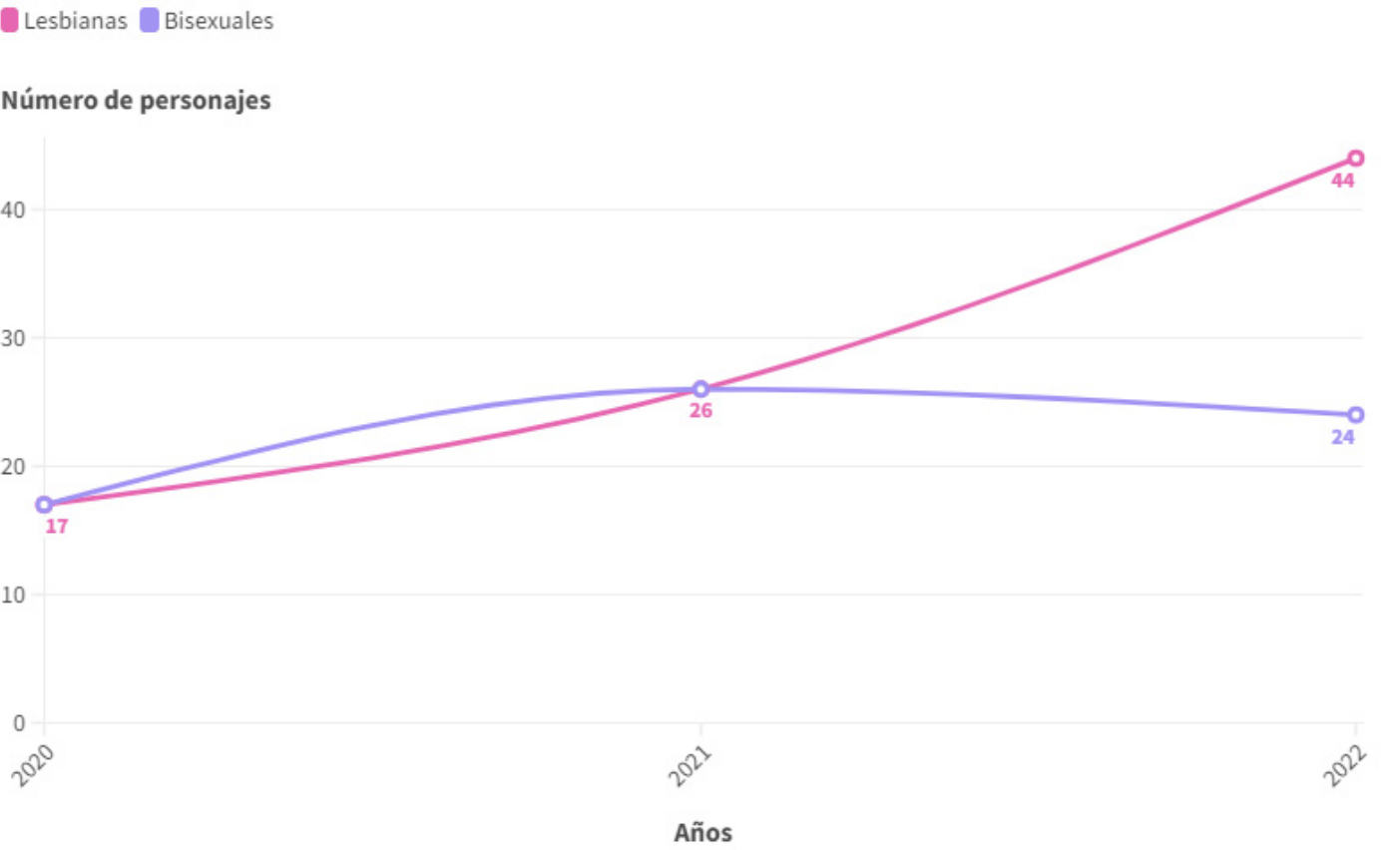
“Actualmente, hay mucha más diversidad y muchísima más representación y libertad para contar este tipo de historias, pero en generaciones atrás no era así”, desarrolla Beatriz González de Garay, doctorada e investigadora en diversidades sexogénéricas en la ficción televisiva.

Para estas generaciones, su primer referente fue el beso de Madonna y Britney Spears durante los VMA ‘s en 2003. “Ahora lo pienso y tampoco es que fuese muy buen referente, eran dos mujeres heterosexuales dándose un beso para un espectáculo, como si esa fuese la única dimensión en la

que podíamos habitar”, reflexiona Nira Santana. En su caso, encontró otros espacios de la cultura popular donde podía verse reflejada, como con Angelina Jolie, quien hizo pública su bisexualidad en el mismo año.

En el ámbito de las mujeres bisexuales, el panorama resulta más desolador. “Al relacionar siempre la expresión de género con la orientación sexual, la bisexualidad quedaba en un limbo. Para mí, encontrar a Miley Cyrus durante mi adolescencia tardía me ayudó a entenderme de manera personal y sexual”, describe Naroa Gallués.

Número de personajes sáficos en producciones españolas



Fuente: Informe ODA 2021, 2022 y 2023. Elaboración propia

“No, no no somos unas viciosas”

“Ah, que también eres bisexual” fue uno de los comentarios más hirientes que Naroa confiesa haber recibido. Una noche, mientras charlaba con un chico, le comentó que era bisexual: “recuerdo el tono con el que me lo dijo, se frotó las manos y vi cómo le ponía mi orientación sexual. Asumía que ser bisexual significaba que yo era una viciosa”, explica.

A pesar de que las personas bisexuales constituyen el 55% del colectivo, como indica el informe sobre el Estado Socioeconómico LGT-BI+ realizado por FELGTBI+ en 2023, aún son reconocidas como una “mayoría en silencio” e invisible. Es así como lo define Misty Gedlinske en la TED Talk sobre bisexualidad que dio en 2019: “yo he elegido una pareja, no un lado”. En su charla, refleja los inconvenientes que afronta al mantener una relación con otra persona de distinto género y cómo eso influye en la invisibilización de su orientación sexual.

“Yo he elegido una pareja, no un lado”

Esta también fue la historia de Naroa, hasta que se topó con el libro *Resistencia bisexual: mapas para una disidencia habitable* escrito por Elisa Coll. “Justo ahí entendí que la bisexualidad era una cuestión política, que toda esa opresión venía del sistema y me abrió los ojos”. La mirada sexualizante de la que había huido por no quedar en los márgenes empezaba a tener sentido dentro de la manera de vivir su propia orientación sexual.

“Antes de entender la bisexualidad como algo político, pensaba que ese concepto no se podía

atribuir a mí misma. Cuando empecé a escuchar sobre la bifobia interiorizada, ahí lo entendí todo”, explica Elisa Coll, escritora y activista



Manifestante en el Día del Orgullo 2023 en Bolonia (Italia) con la camiseta 'Orgoglio Bisessuale' (Orgullo Bisexual). NEREA PEDRÓN

bisexual. En su libro, atribuye esta hipersexualización a la capitalización del deseo femenino, entendida como una manera de “desarmar políticamente” la bisexualidad.

A la vez, en el relato reflexiona sobre la expresión de género y la percepción social. “Cuando pensamos en una mujer bisexual parece que la

relacionemos con una ‘hetero curiosita’, feminizada pero no mucho. Sin embargo, esto borra la existencia de las butch bisexuales, que son percibidas socialmente como lesbianas”, razona.

Esta podría ser la historia de Carla, quien define su proceso como una “salida del armario a la inversa”. “Siempre me había expresado de una manera más masculina, así que la sociedad asumió que yo era lesbiana. Cuando descubrí que era bisexual, empecé a notar cómo ya no era tomada enserio”.

En *Resistencia Bisexual*, Elisa Coll investigó sobre la cuestión bisexual a nivel nacional, con vivencias personales y documentación internacional, por la falta de referentes a nivel estatal

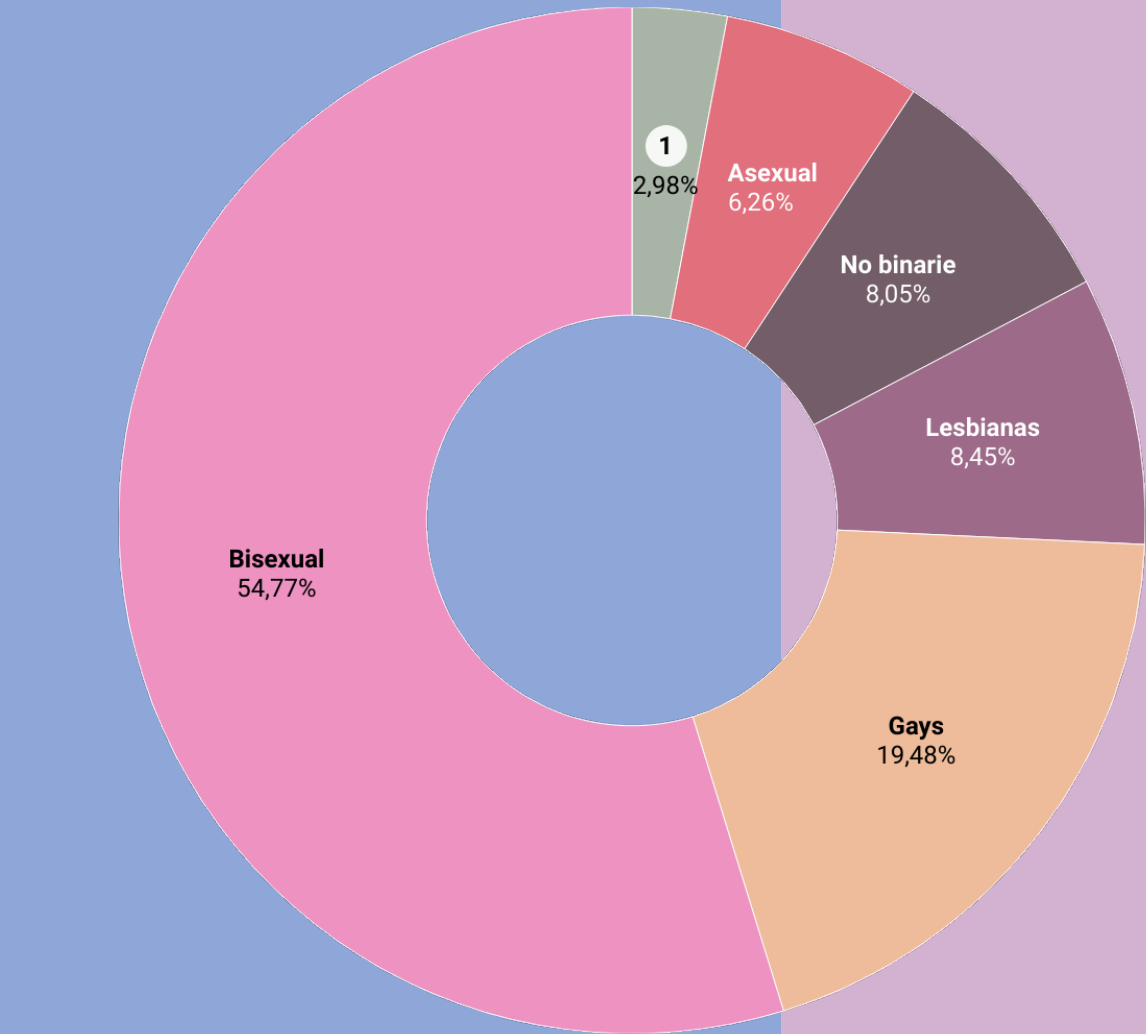
Teniendo en mente estas historias, Elisa Coll escribió el primer libro que hablaba sobre la realidad que sufrían las personas bisexuales en España. Su objetivo era visibilizar la existencia de las que quedaban en los márgenes, dando voz a todas las realidades que se viven como bisexual en la sociedad actual.

Uno de los factores estudiados fue la sexualización de la bisexualidad. “Si una mujer se sexualiza a sí misma, es ella la que toma esa agencia. El problema es cuando se te sexualiza desde fuera sin que tú lo desees”, analiza.

Esta hipersexualización y fetichización de la bisexualidad femenina construye estereotipos como “promiscua”, “heterosexual encubierta”, “desviada” o “la que tiene doble de posibilidades un sábado por la noche”. Y entre las más repetidas, “viciosa”.

LA BISEXUALIDAD EN CIFRAS

Desglose por orientación sexual y diversidad de género dentro de las siglas LGTBIQ+ en España



1 Trans

Nota: A pesar de que aparecen como conjuntos puros y excluyentes, pueden presentarse mezclados (ejemplo: una mujer puede ser trans y bisexual).

Gráfico: Elaboración propia • Fuente: Estado Socioeconómico LGTBIQ+: Estado LGTBIQ+, publicado por FELGTBI+. • Creado con Datawrapper

Porcentaje de bisexuales por franjas de edad en España

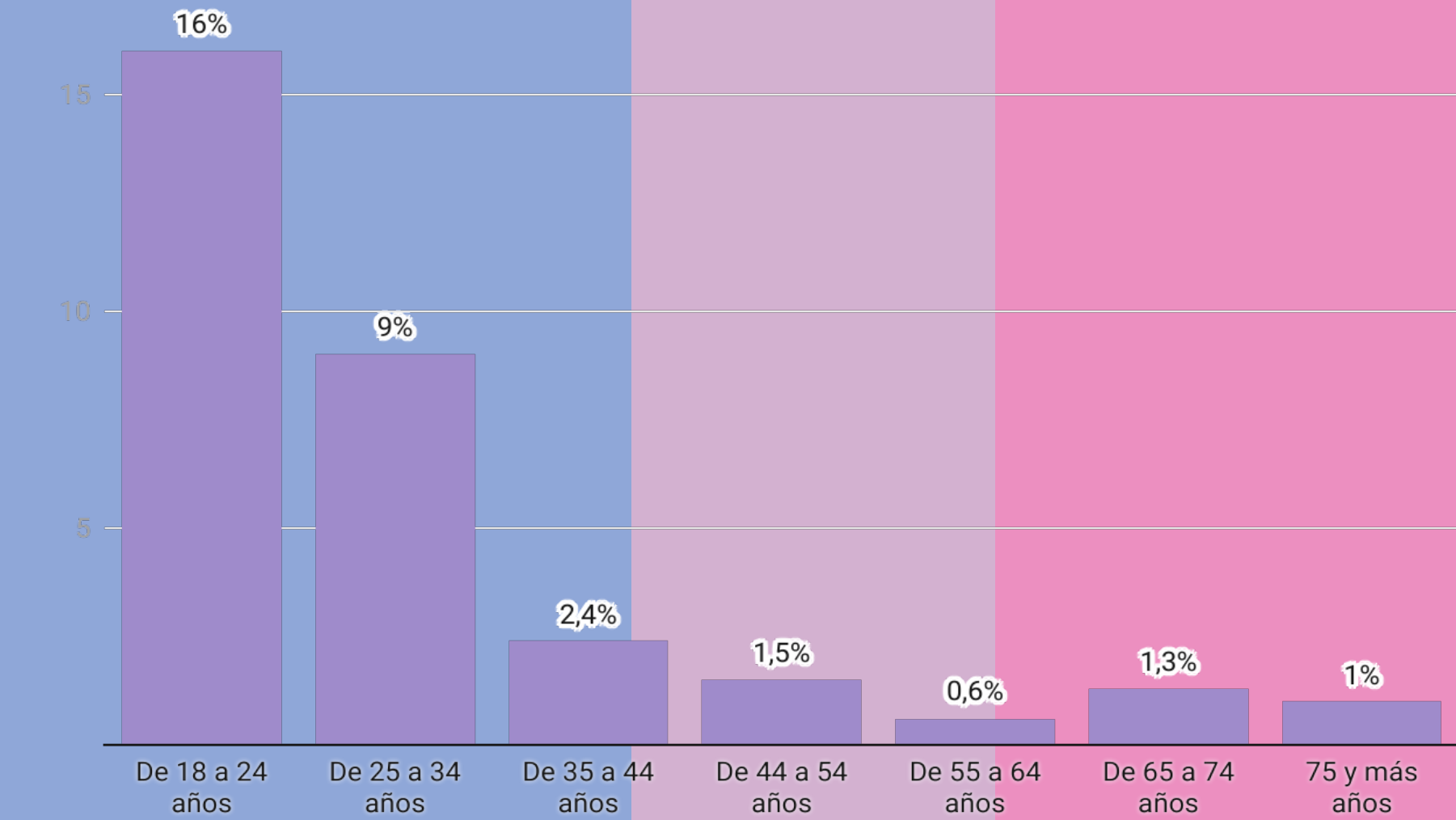


Gráfico: Elaboración propia • Fuente: Encuesta sobre relaciones sociales y afectivas, CIS (2023). • Creado con Datawrapper



Pin de la bandera bisexual al lado de una insignia en forma de sinsajo, popularizada por la saga ‘Los juegos del hambre’, como símbolo de justicia y revolución.

NEREA PEDRÓN

El reflejo en la ficción sáfica

El audiovisual se ha consolidado como un referente y un espejo de la realidad que permanece en la sombra. Actualmente, las producciones tanto en la pequeña como en la gran pantalla tienen en cuenta el protagonismo de los personajes LGTBIQ+, dejando las burlas y estereotipos de lado poco a poco

Una representación vale más que mil palabras. La cuota de pantalla para el colectivo LGTBIQ+ ha sido históricamente pobre: según indica el Observatorio de la Diversidad en los Medios Audiovisuales (ODA) en su último informe en 2023, el 9.2% de personajes en series y cine pertenecen al colectivo.

“Siempre he defendido que cualquier representación es mejor que una no representada”, justifica Beatriz González de Garay, especialista en diversidades sexogénéricas en la ficción televisiva. Desde la Transición, donde se iniciaba un aperturismo liderado por imágenes más sexualizadas, los papeles LGTBIQ+ quedaban grabados en producciones de bajo coste, de serie B.

En el caso concreto de las sáficas, esto las llevaba a ser representadas como vampiresas, con una figura más explícita sexualmente. “Eran producciones pensadas para un público masculino, para un sujeto hombre cishetero”, afirma González de Garay.

Sin embargo, la representación variaba en las distintas plataformas audiovisuales. Mientras que en televisión se construía una imagen más liviana o “adaptada para todos los públicos”, en el cine se desarrollaba un tratamiento de los personajes sáficos más explícito e hipersexualizado.

Los géneros cinematográficos por excelencia donde se recreaban los personajes sáficos eran en el cine negro y el drama. “A pesar de que en España hay una tradición de la comedia, las lesbianas y bisexuales no solían aparecer, solamente una versión estereotipada de los gays, donde normalmente abundaban los contenidos que hacían burla de ellos”, reflexiona González de Garay.

Con el cambio social en ámbitos como el género, la orientación sexual e identidad de género, el audiovisual ha querido estar a la altura: diez de cada catorce sáficas en el cine tienen trama



Alba Cros y Zaida Carmona, ambas como actrices en ‘La amiga de mi amiga’. LA AMIGA DE MI AMIGA

propia, mientras que en series son dieciocho de cada treinta, duplicando las cifras del año anterior, extraídas del informe ODA.

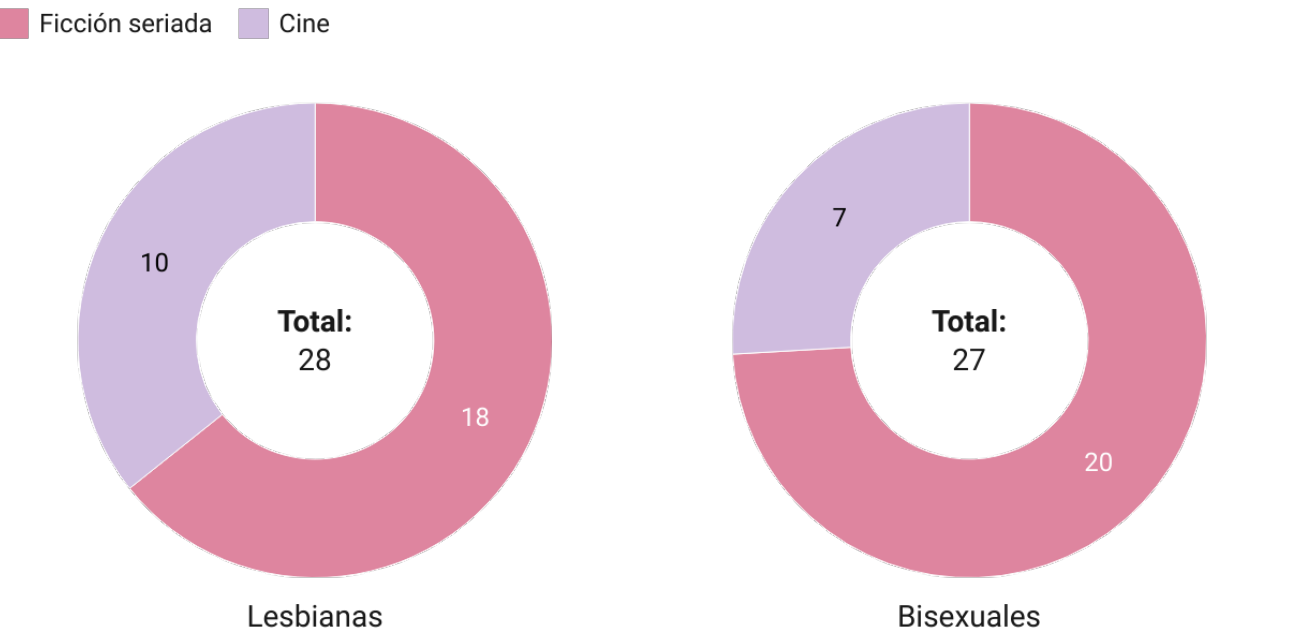
Este ápice de cambio no se ve reflejado en las mesas de producción y dirección, que parecen ser “más difíciles de ocupar”. Así lo expresa Zaida Carmona, directora de *La amiga de mi amiga*, uno de los mayores referentes actuales sobre representación lésbica. “Esta producción nace de una manera muy espontánea y natural. De la necesidad de hablar de mi entorno queer y mi neurosis, a la vez que de mis inseguridades”, relata Carmona.

El largometraje cuenta la historia de unos enredos lésbicos a cinco bandas, con un aire cómico que ha supuesto un cambio en las narrativas y géneros habituales adjudicados a las sáficas. “Quería contar una historia donde las protagonistas no fueran tomadas excesivamente en serio por ser lesbianas. Había cierto hartazgo de vernos solo en películas dramáticas”, cuenta Carmona.

“Quería contar una historia donde las protagonistas no fueran modelos a seguir, que no se tomasen excesivamente en serio, simplemente que fuesen humanas, con sus aciertos y errores”

Otra de las colaboradoras en este nuevo panorama cinematográfico es Alba Cros que, junto a Nora Haddad, creó *Alteritats*. “Para nosotras fue una manera de definir ‘lo bolleril’, hablando de lesbofobia interiorizada y crear un espacio donde pensar por nosotras mismas”, explica

Personajes sáficos en producciones españolas que pasan el test de Vito Russo*



*El test de Vito Russo es utilizado para medir la representación de las personas LGTBIQ+ en la ficción. Cuenta con 3 reglas: identificación de su orientación sexual o diversidad de género de manera clara; que este factor no sea la única característica o la principal del personaje; y que su participación en la trama sea significativa.

Gráfico: Elaboración propia. • Fuente: Informe ODA 2023 • Creado con Datawrapper

Cros. En esta producción domina la presencia de testimonios lésbicos, con una necesidad documental nacida de una mesa redonda.

Aun existiendo producciones con tanto peso en el panorama audiovisual, la escasa cantidad de producciones sigue preocupando a las directoras: “ojalá hubiese diez *La amiga de mi amiga* y diez *Alteritats* para que pudiéramos hablar de normalidad y de cantidad”, manifiesta Cros. Como primera consecuencia, el peso de una buena representación recae en las pocas directoras pertenecientes al colectivo. “Es una carga de la que debemos desprendernos. Hay una responsabilidad, pero también podemos hacer películas mediocres, sin la necesidad de ilustrar personajes buenistas y ejemplificantes”, proclama Carmona.

Desde el punto de vista de Alba Cros y Zaida Carmona hay un factor esencial para conseguir una buena representación: la participación activa de personas del colectivo LGTBIQ+ dentro del equipo de producción. “Si no eres del colectivo, abrir la posibilidad de codirigir con gente que sí lo sea y que sea su realidad. Así se huye de estereotipos y se puede mirar de un modo más poliédrico y complejo”, apunta Cros.

Con la necesidad de crear una comunidad femenina con perspectiva, nace la plataforma Dones Visuals, un directorio que tiene el objetivo de fomentar iniciativas femeninas en el audiovisual. No obstante, las iniciativas sáficas quedan relegadas a la representación *underground* de bajo presupuesto. El siguiente paso será conquistar el *mainstream*.

Historia de la representación sáfica en la gran pantalla

Vampyros Lesbos	Me siento extraña	Carne apaleada	Calé	Todo sobre mi madre	Habitación en Roma	Carmen y Lola	Elisa y Marcela	La amiga de mi amiga	Alteritats
Las sáficas llevaban el papel de <i> femme fatale</i> al extremo, convirtiéndose en vampiros. La hipersexualización era la crónica habitual.	Protagonizada por Rocío Dúrcal y Bárbara Rey, reflejó las primeras relaciones románticas entre mujeres. Pionera en el cine español.	Basada en la novela homónima, presenta un drama carcelario entre dos mujeres, que encontrarán el amor entre rejas.	Una de las películas sáficas españolas más disruptivas. De la mano de Rosario Flores, se desarrolla una trama amorosa entre una actriz y una gitana ambulante. Primera representación sáfica de la comunidad gitana.	“Las mujeres somos gilipollas... y un poco bolleras” fue una de las frases célebres de este film. Ahonda en diferentes representaciones del colectivo LGTBIQ+. Una de las películas más reconocidas de Almodóvar.	Película de culto para la comunidad sáfica. Desarrolla un romance al estilo Before Sunset, tomando como ubicación la capital italiana, Roma.	Ambientada en la comunidad gitana. Muestra los problemas y la lucha interna de dos mujeres en busca de su propia identidad, dejando de lado lo que busque su entorno para ellas.	La historia del primer matrimonio sáfico de la historia de España. Una película de época que pretende representar las adversidades que tuvieron que enfrentar para poder estar juntas.	Comedia romántica sáfica con enredos amorosos entre un grupo de amigas de Barcelona. El humor sirve de hilo conductor.	Documental que recoge diferentes vivencias lésbicas de cuatro generaciones de mujeres de Cataluña. Sus experiencias se consolidan como el cuerpo del largometraje.

Septiembre 2021. Manifestación en València por el asesinato de Samuel Luiz, víctima de una agresión homófoba en grupo. NEREA PEDRÓN



“Sí, nuestras relaciones son solo nuestras”

Cuando el deseo se convierte en un elemento clave en las relaciones, la hipersexualización sale a relucir. Este hecho provoca tanto la objetificación propia como la externa, como dicta el estudio *La sexualidad de las mujeres jóvenes en el contexto español. Percepciones subjetivas e impacto de la formación*, publicado por el Instituto de las Mujeres.

Como relata la investigación, esta cosificación puede provocar conductas represivas o autorepresivas con el objetivo de ponerle fin al acoso. Este comportamiento se convirtió en la realidad de Naroa durante mucho tiempo. “Me prometí esconderme y deshacerme de esa mirada sexualizante, coincidiendo justo cuando inicié una relación con un hombre. Era mi manera de no ser vista como un objeto”, describe.

En la actualidad, Naroa ha dejado de lado esa visión y ahora siente que tiene una relación más sana con su sexualidad. “Ahora soy yo la que tiene la sartén por el mango, no me veo una promiscua ni tampoco como una monja”, manifiesta. A día de hoy, su autopercepción ha mejorado, al tener un entorno que la apoya y por su propio descubrimiento.

“Hoy en día vivo mi sexualidad como una parte cualquiera que conforma mi identidad. Creo que es algo que he aprendido a través del proceso de maduración personal”, analiza Carla.

El mismo caso es para Nira, Desi, Ada y Luisa Notario, quienes se muestran públicas y visibles respecto a su orientación sexual y la manera en la que la viven. “Es nuestra manera de contraatacar”, defiende Notario.

Para ellas, la hipersexualización sigue calando en sus vidas, pero su manera de verla ha cambiado. Son mujeres que reivindican su de-



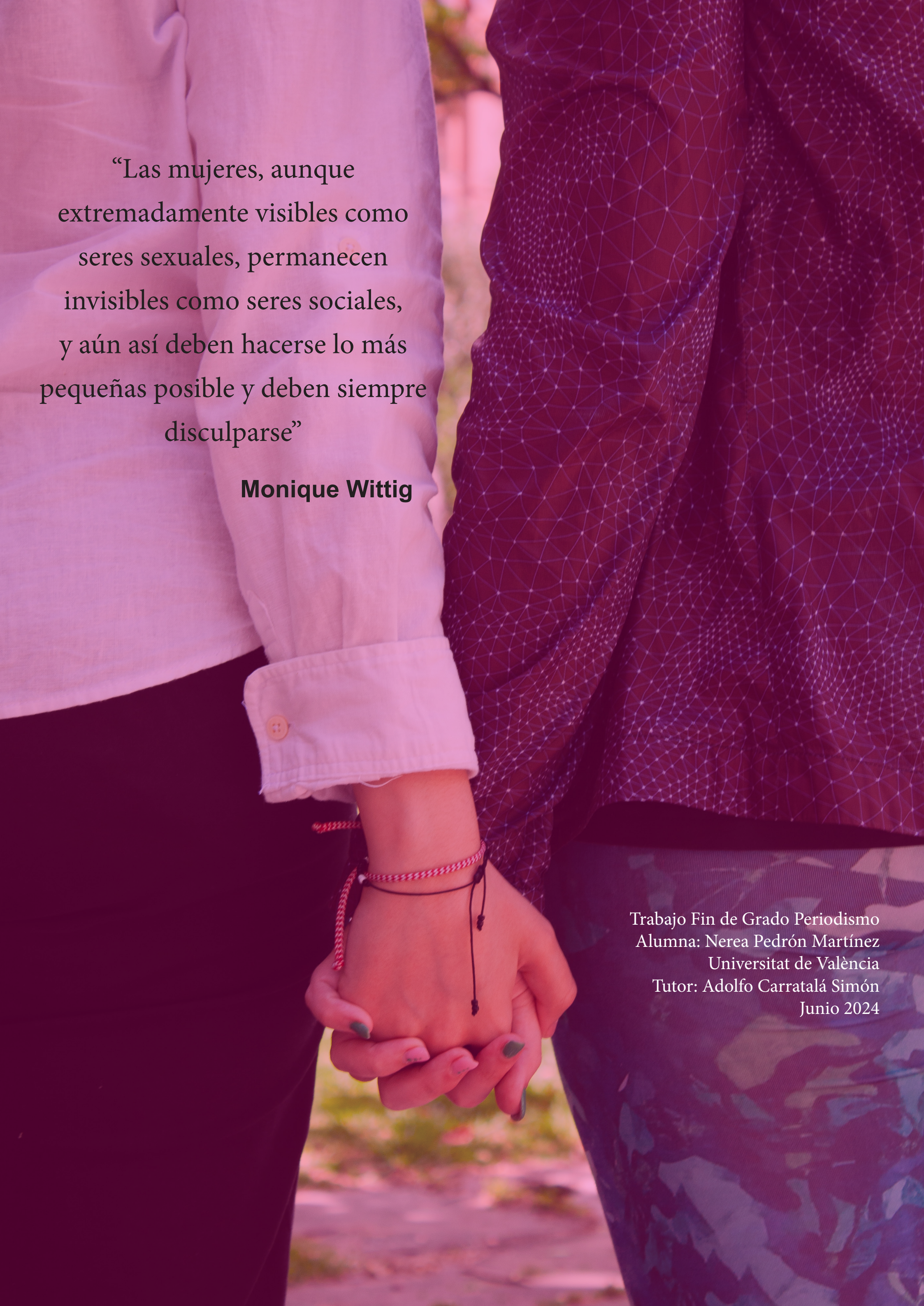
Bandera LGBTQ+ con dos símbolos de Venus entrelazados, representando el amor sáfico NEREA PEDRÓN

recho a vivir su orientación sexual de una manera natural, desde darse la mano con otra chica mientras pasean hasta unirse a movimientos políticos. “Las relaciones son solo nuestras, de nadie más”, afianza Nira. Y lo seguirán siendo, respondiendo con dureza a cada ofrecimiento con un: no, no nos sexuales.

“Nuestra identidad y nuestras relaciones son solo nuestras, de nadie más”



Banderas lésbicas colgadas en la barra del Planet NEREA PEDRÓN

A photograph of two women holding hands outdoors. The woman on the left is wearing a white long-sleeved shirt with a buttoned cuff and a red and white braided bracelet. The woman on the right is wearing a dark purple patterned top. They are standing on a path with greenery in the background. The image has a soft, warm light.

“Las mujeres, aunque
extremadamente visibles como
seres sexuales, permanecen
invisibles como seres sociales,
y aún así deben hacerse lo más
pequeñas posible y deben siempre
disculparse”

Monique Wittig

Trabajo Fin de Grado Periodismo
Alumna: Nerea Pedrón Martínez
Universitat de València
Tutor: Adolfo Carratalá Simón
Junio 2024