

# CÓMO CONSTRUIR MEJOR

DECÁLOGO PARA CREAR UN ESPACIO SEGURO

LGTBI+

BRICO  
DEPÔT

#CONSTRUIMOSMEJOR

# ¿QUÉ ES EL COLECTIVO LGTBI+?

Un colectivo que engloba a las personas **lesbianas, gais, trans, bisexuales e intersexuales**. Además, el símbolo + que colocamos al final representa otros colectivos que no tienen representación en estas siglas.

# ¿POR QUÉ HABLAMOS DE CONSTRUIR MEJOR?

**UN 42% DE LAS PERSONAS LGTBI+ HAN SUFRIDO ALGÚN TIPO DE VIOLENCIA VERBAL EN EL TRABAJO.**



**EL 55% DE LAS PERSONAS QUE HAN SUFRIDO ALGUNA AGRESIÓN AFIRMAN QUE NADIE SE HA POSICIONADO EN SU FAVOR.**



LAS PERSONAS QUE SE DEFINEN COMO BISEXUALES -EN SU MAYORÍA MUJERES- PRESENTAN LOS MENORES NIVELES DE VISIBILIZACIÓN:

**SOLO EL 15% COMPARTE SU ORIENTACIÓN AFECTIVO-SEXUAL EN EL ENTORNO LABORAL.**

**EL 28% RECONOCE HABER SUFRIDO CHISTES;**  
EL 25% COMENTARIOS DE CARÁCTER DESPECTIVO O BURLAS.



**EL 40% DE LAS PERSONAS TRANS**  
HAN SIDO RECHAZADAS EN ENTREVISTAS DE TRABAJO POR SER TRANS.



**EL 86% CONSIDERA NECESARIO OCULTAR**  
SU ORIENTACIÓN AFECTIVO-SEXUAL.



**3 DE CADA 4 PERSONAS HAN TENIDO MIEDO**  
A REVELAR SU ORIENTACIÓN AFECTIVO-SEXUAL EN EL TRABAJO.



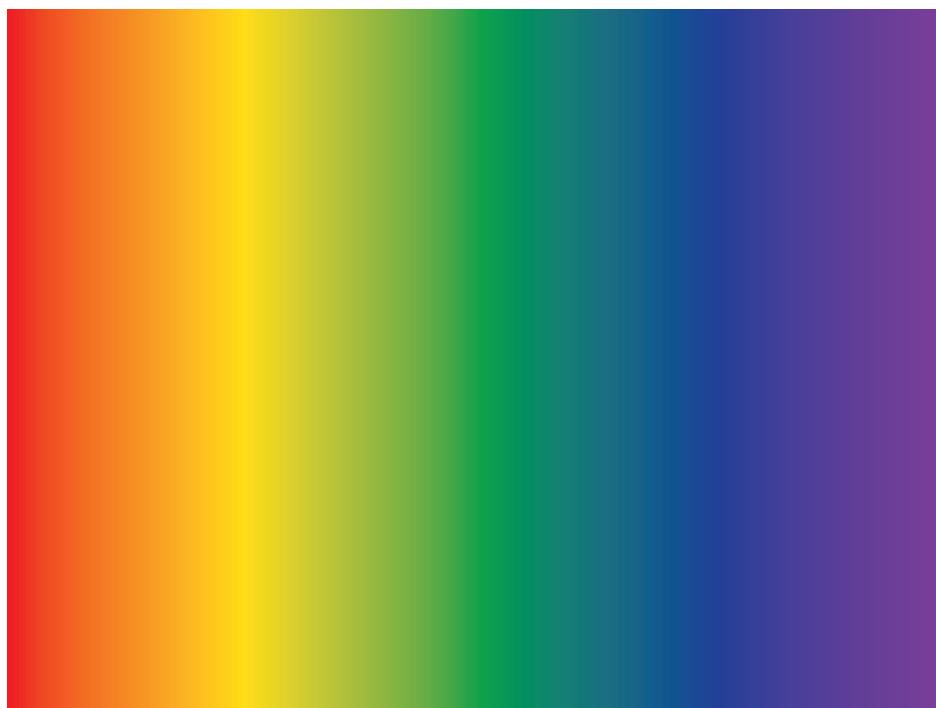
**EL 69,31% DE LAS PERSONAS HETEROSEXUALES ENCUESTADAS**  
PIENSAN QUE LAS PERSONAS LGTBI+ NO TIENEN LAS MISMAS OPORTUNIDADES.



**EL PORCENTAJE DE PERSONAS LGTBI+ FUERA DEL ARMARIO EN LAS EMPRESAS**  
QUE CUENTAN CON PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE DIVERSIDAD ES DE UN 53%, FRENTE A UN 36% EN LAS EMPRESAS QUE NO CUENTAN CON ELLOS.



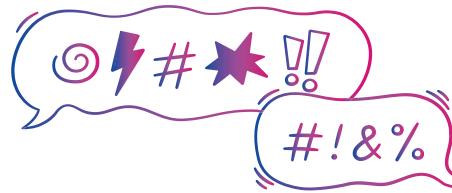
# DECÁLOGO PARA CONSTRUIR MEJOR.



#CONSTRUIMOSMEJOR

## 1 LA NORMATIVIDAD NO ES "LO NORMAL"

**Evita dar por sentada la orientación afectivo-sexual de tus compañerxs.** No preguntes a tu compañero de trabajo si tiene novia, o a tu compañera si ha hecho algún plan con su novio durante el fin de semana. Utilizando palabras inclusivas, como pareja, evitarás que esa persona se sienta incómoda y estarás creando un espacio seguro y de confianza.



## 2 RENOVANDO EXPRESIONES

**El lenguaje es una parte fundamental de la inclusividad!** No uses palabras como "maricón", "sarasa", "tortillera", "nenaza", "marimacho", "travelo", etc. O expresiones como "perder aceite", o "tener mucha pluma", entre muchas otras. Por supuesto, tampoco utilices la orientación afectivo-sexual de las personas como un insulto, o de forma peyorativa. Ej. gay, lesbiana.

3

## RESPETO A LA PRIVACIDAD



**A veces la curiosidad puede jugarnos malas pasadas, pero el respeto debe estar siempre por delante.** No tienes por qué preguntar a una lesbiana cómo son las relaciones sexuales con su pareja. O cuándo salió del armario. O a una persona gay, quién es el hombre y quién es la mujer en su relación... En el caso de las personas trans, no le preguntes cuál era su nombre anterior, o si se ha sometido a alguna operación. ¡No es de tu incumbencia!

## 4 DESMONTANDO ESTEREOTIPOS

**Es hora de derribar todos esos prejuicios y estereotipos que se han ido**

**construyendo:** No todas las mujeres llevan el pelo largo y saben cocinar, ni los hombres son duros y más manitas. Asimismo, tampoco todas las personas gais están interesadas en la moda, ni las lesbianas son más "masculinas" que las mujeres heterosexuales. Tampoco las personas bisexuales son promiscuas. ¡Cada persona es diferente!

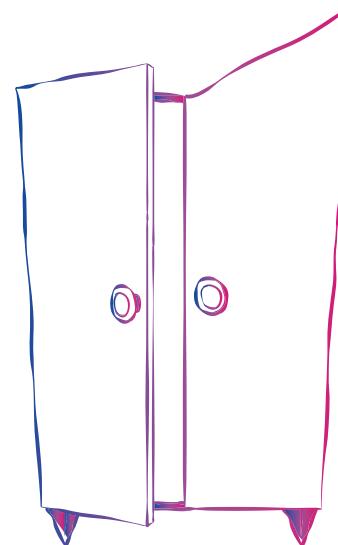
## 5 DI NO A LA LGTBIFOBIA

**A la hora de construir un espacio seguro, no solo es necesario cambiar ciertas costumbres aprendidas, sino que seamos una parte activa.**

Si presencias un acto lgtbifóbico contra un/a compañerx, el silencio es cómplice. No dudes en posicionarte y señalar la agresión, sea del tipo que sea. Las personas que no forman parte del colectivo son necesarias para construir mejor.

6

## EL ARMARIO - CADA UNX CON SUS TIEMPOS



**Compartir con otras personas nuestra orientación afectivo-sexual o nuestra vida privada es una elección que debe ser respetada.** Por eso, y aunque muchas veces haya buenas intenciones detrás, no está bien "sacar" a tus compañerxs del armario frente a otrxs. Esa decisión es personal.

7

## TÚ PUEDES SER EL CAMBIO



**Pregunta en tu empresa si ya cuentan con un protocolo o con medidas pensadas para la integración y la igualdad,** de forma que puedas conocer los procedimientos en tu entorno laboral. Si no cuentan con ningún tipo de medida similar, itoma la iniciativa! Seguro que tus ideas son más que bienvenidas.



9

## DIFERENTES IDENTIDADES DE GÉNERO

El uso de los pronombres adecuados es otra forma más de visibilizar tu apoyo y crear espacios seguros. Respeta los pronombres de tus compañeros y compañeras trans o no binarios y, si no estás segurxs de cuáles utilizar, ipregúntaselo!

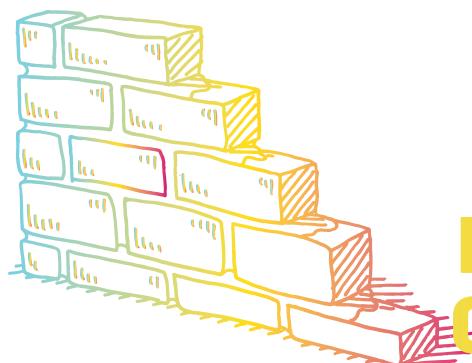
8

## TODXS SOMOS DIVERSXS

Es importante dar visibilidad y tener en cuenta a todas las personas infrarrepresentadas también dentro del colectivo: personas mayores, mujeres, o personas racializadas, por ejemplo. Además, comprender que las siglas LGTBI+ no hablan solo de orientación afectivo-sexual, sino que engloban diferentes identidades y expresiones de género.



#CONSTRUIMOSMEJOR



10

## EN CONSTANTE CONSTRUCCIÓN

Crear espacios seguros significa convertirte en aliadxs y ser consciente de que, aún con buena fe, habrá momentos en los que vuelvan los prejuicios, la lgtbifobia o la transfobia. Si queremos construir mejor debemos hacerlo cada día, seguir aprendiendo y seguir revisando todos esos comportamientos y creencias adquiridas a lo largo de los años. Así que ojalá este decálogo sea solo el principio de tu camino, y juntxs hagamos del mundo del bricolaje y de la construcción un lugar más inclusivo.

# ¿QUIERES SUMARTE A #CONSTRUIMOSMEJOR?



Escanea este código y descarga la señal de espacio seguro para  
visibilizar tu compromiso en tu entorno de trabajo.



En colaboración con  
 **FELGTBI+**  
Federación Estatal de Lesbianas, Gais,  
trans, Bisexuales, Intersexuales y más  
[www.felgtbi.org](http://www.felgtbi.org)