

**HEZKUNTZA ETA KIROL FAKULTATEA**

**Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Gradua**

Ikasturtea: 2020-2021

**TRANS\* PERTSONAK KIROLA ETA JARDUERA FISIKOA EGITEKO DITUZTEN  
OZTOPO ETA MOTIBAZIOAK**

**HIRU AHOTS HIRU ERREALITATE**

EGILEA: Otegi Álvarez, Amaia

ZUZENDARIA: Fernandez Lasa, Uxue

2021eko ekaineko deialdia

## AURKIBIDEA

|  |    |
|--|----|
| 1. SARRERA ETA JUSTIFIKAZIOA.....                              | 5  |
| 2. EGOERAREN ANALISIA .....                                    | 6  |
| 2.1. KONTZEPTUALIZAZIOA: SEXU-GENERO SISTEMA .....             | 6  |
| 2.2. KIROLA-JARDUERA FISIKOA ETA LGBT+ PERTSONEN OSASUNA ..... | 7  |
| 2.3. TRANSAK* ETA KIROLA-JARDUERA FISIKOA: PARTE-HARTZEA.....  | 9  |
| 2.4. KIROLAREN SEXU-GENERO SEGREGAZIOA TRANS* PERTSONETAN..... | 10 |
| 2.5. GORPUTZ ITXURAREN ERAGINA TRANS* PERTSONETAN .....        | 13 |
| 2.6. HEZIKETA FISIKOA TRANS* PERTSONETAN .....                 | 15 |
| 2.7. MARKO TEORIKOA: IKUSPEGI SOZIOEKOLOGIKOA .....            | 16 |
| 3. LANAREN HELBURUA.....                                       | 16 |
| 4. METODOLOGIA .....   | 17 |
| 4.1. DISEINU MOTA.....   | 17 |
| 4.2. PARTE-HARTZAILEAK ETA INKLUSIO IRIZPIDEAK .....           | 17 |
| 4.3. DATUAK JASOTZEKO TEKNIKAK.....                            | 18 |
| 4.4. DATUEN ANALISIA .....                                     | 18 |
| 4.5. IRIZPIDE ETIKOAK .....                                    | 20 |
| 5. EMAITZAK ETA EZTABAIDA.....                                 | 20 |
| 5.1. FAKTORE INTRAPERTSONALAK.....                             | 20 |
| 5.1.1.GORPUTZ ITXURA.....                                      | 20 |
| 5.1.2. HORMONAZIO PROZESUA .....                               | 23 |
| 5.1.3. OSASUN EGOERA .....                                     | 25 |
| 5.2. FAKTORE INTERPERTSONALAK.....                             | 27 |
| 5.2.1. FAMILIA ETA LAGUNAK.....                                | 27 |
| 5.2.2. GAINERAKO KIROL AGENTEEN ROLA.....                      | 27 |
| 5.3. TESTUINGURUKO FAKTOREAK .....                             | 29 |
| 5.3.1. ESPAZIOAK.....  | 29 |
| 5.3.2. HEZIKETA FISIKOA.....                                   | 34 |
| 6. ONDORIOAK.....  | 35 |
| 6.1. APLIKAZIO PRAKTIKOAK.....                                 | 37 |
| 7. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOA.....                           | 38 |
| 8. ERANSKINAK.....   | 44 |
| 8.1. BAIMEN INFORMATUA .....                                   | 44 |
| 8.2. ELKARRIZKETA GIDOIA.....                                  | 45 |
| 8.3. ANDERREN ELKARRIZKETA .....                               | 48 |
| 8.4. EGOITZEN ELKARRIZKETA.....                                | 64 |

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 8.5. BEÑATEN ELKARRIZKETA..... | 74 |
|--------------------------------|----|

## LABURPENA

Beste edozein arlotan bezala, trans\* pertsonak kirol-jarduera fisiko munduan hainbat oztopo aurkitzen dituzte bizi estilo aktibo bat izateko nahia dutenean, hala eta guztiz ere kolektibo hau inguratzen duten hainbat faktore kirola eta jarduera fisikoa egitera bultzatzen dituzte. Ikerlan honen helburua, oztopo eta motibazio horiek identifikatzea da. Horretarako, hiru errealitate trans\* entzun eta aztertu dira. Parte-hartzaileak, kirol-jarduera fisikoarekin harremana duten hiru mutil trans\* izan dira, 18, 23 eta 24 urte dituztenak. Emaitzak 3 dimentsiotan sailkatu dira, faktore intrapertsonalak, faktore interpertsonalak eta testuinguruko faktoreak. Emaizetan ikusi da faktore intrapertsonalak (gorputz itxura, hormonazio prozesua eta osasun egoera) oztopoak izan daitezkeela, baina aldi berean faktore motibatzaileak ere. Faktore interpertsonalei dagokionez, familia eta lagunak eta hauen babes soziala populazio hau aktiboa izateko paper garrantzitsua jokatzeko dute, aldiz gainerako kirol agenteak oztopo edo motibazio bilakatu daitezke. Testuinguruko erreparatuz, espazioak oztopo nagusienetarikoa bat dira, heziketa fisikoa aldiz, ez da izan esanguratsua helduaroko kirol-jarduera fisiko maila baldintzatzeko. Ikerlan honetatik ateratako ondorioa izan da, kirola eta jarduera fisikoa ezinbestekoak direla kolektibo honen osasun fisiko eta psikologikoa bultzatzeko, baina, kirol-jarduera fisikoan ematen den sexu-genero segregazioa eta honi lotutako arau sozialak, estereotipoak eta heteronormatibitatea trans\* pertsonen kirol-jarduera fisiko maila oztopatzen dute. Kirola eta jarduera fisikoa trans\* inklusiboa izateko oraindik ere eraldatu beharra dago.

*Gako-hitzak:* Jarduera fisikoa, kirola, trans\* pertsonak, oztopoak, motibazioak.

## 1. SARRERA ETA JUSTIFIKAZIOA

Jakina denez, eguneroko bizitzan trans\* pertsonak hainbat oztopoei aurre egin behar izaten dute, bazterketa, diskriminazioa, jazarpenak...Hala gertatzen da kirol eta jarduera fisikoaren esparruan ere. Ebidentzia zientifikoari erreparatuz, oraindik ere, trans\* pertsonak kirola eta jarduera fisikoa egitea oztopatzen eta motibatzen duten faktoreak analizatzen dituzten ikerketen beharra dago (Devís-Devís et al., 2015).

Hori izango da lan honen helburua, faktore horien identifikazioa eta eraldaketa, garrantzitsua izango baita kolektibo honen kirol-jarduera fisiko parte-hartzea sustatzeko.

Gai hau hautatzeko nahia, trans\* pertsonak eta kirol-jarduera fisikoaren arteko harremanaren inguruan kirol eta jarduera fisikoko ikasketetan agertzen den hutsuneak bultzatuta dator. Bestalde pare bat errealitate trans\* eta kirolari gertu izanda interesgarria iruditu zait hauei ahotsa ematea, gure arloari ekarpen bat egiteko, etorkizunean kirol eta jarduera fisiko arloko profesional bezala horrelako errealitateekin topo egingo dugulako, heziketa fisikoan edota bestelako kirol esparruetan. Gainera, genero estereotipoak jarraitzen ez dituzten pertsonentzat eta trans\* pertsonentzat kirolak duen estruktura binarioa oso kaltegarria izan daitekeela suposatuz, honako hau aztertzea interesgarria iruditzen zait. Orduan, gustuko ditudan eta interesgarriak iruditzen zaizkidan bi arlo bateratzea (kirol-jarduera fisikoa eta aniztasun sexuala) erabaki nuen.

Lan hau hainbat ataletan banatuko da, hasteko egoeraren analisia aurkeztuko da, orain arte gai honen inguruan publikatutako literatura zientifikoa aztertuz. Bigarrenik, ikerketa aztertzeke erabiliko den ikuspegia aurkeztuko da eta horren ondoren, ikerketa lan honen helburua zehatza ezarriko da. Hirugarrenik, erabilitako metodologia azalduko da. Geroago emaitzak eta eztabaida egingo dira, eta amaitzeko ondorioak eta aplikazio praktikoak aurkeztuko dira. Lana aberasteko, ikerketan zehar erabilitako eranskinak atxikituko dira.

## 2. EGOERAREN ANALISIA

### 2.1. KONTZEPTUALIZAZIOA: SEXU-GENERO SISTEMA

Sexuari dagokionez, Munduko Osasun Erakundearen (MOE) definizioak ezaugarri fisiko eta fisiologikoei egiten dio erreferentzia, bi kategoria bereiztuz, arrak eta emeak. Varela (2018) feministaren hitzetan sexuak “biologiari egiten die erreferentzia, gizonen eta emakumeen gorputzen arteko desberdintasun fisiko/biologikoak”. Coll-Planasek (2009) sexua kontzeptuarekin pertsona batzuk beste batzuetatik desberdintzen dituzten ezaugarri biologiko eta anatomikoei egiten dio erreferentzia, hala nola, barru eta kanpo genitalak, sexu-ezaugarri sekundarioak, kromosomak eta karga hormonalak, hortik abiatuta lehen aipatutako bi kategoriak sortzen dira. Aldi berean, Fausto-Sterlingekin (1993) bat dator eta sexua konplexuago dela adieraztean, eta bi kategoria izan beharrean, bi horien artean continuum bat dagoela adierazten dute, hainbat konbinazio posible izanez.

MOEk “gizarteak gizonezkoentzat eta emakumezkoentzat sozialki eraikitako rol, portaera, jardura eta atributuak” bezala definitzen du generoa. Jada Stollerek (1963) sexu eta genero arteko banaketa adierazi zuen, bi faktore desberdin eta independente bezala, sexu eta generoaren arteko lotura hautsiz. Pentsalari askoren ustetan, generoa eraikuntza soziala da, gizakiak kategorizatzeko erreminta (emakumezkoa-feminitatea, gizonezkoa-maskulinitatea), normalean gure biologiarekin baitan esleitzen zaiguna (Coll-Planas, 2010).

Butlerrek (2007), queer teoriaren bultzatzailea, sexua ere eraikuntza sozial gisa ulertzen du. Generoari dagokionez, ezegonkorra dela dio eta performatibitatearen ondorioz eraikitzen da, bi kategoriatara mugatu gabe.

“Trans\*” aldiz, aktibismotik ateratako hitza da, kontzeptu klinikoak alde batera utziz, eta jaiotzean erregistroan agertzen dena, sexuaren baitan esleitutako generoarekin identifikatzen ez diren pertsona guztiei egiten die erreferentzia (Coll-Planas eta Missé, 2015). Cabralekin bat etorriz (2009), izartxoak erabiliko da, hitzak aterki itxura har dezan, horren barruan errealitate trans guztiak eta trans izateko era guztiak barne hartzeko, pluraltasuna eta aniztasuna nabarmentzeko helburuarekin, eta transgenero eta transexualen arteko kategorizaziorik ez sustatzeko.

Sexu-genero sistemari dagokionez, dimentsio biologiko bati dimentsio sozial bat ematean datza, desberdintasun eta hierarkizazio soziala naturarekin justifikatuz. Naturala denari ezaugarri sozialak ematen dizkio. Horrela eraikitzen da sistema hegemonikoa: alua-

emakumezkoa-feminitatea-heterosexuala eta zakila-gizonezkoa-maskulinitatea-heterosexuala (Coll-Planas, 2010).

Queer ideologiak gizonezko edo emakumezkoa izatea performatibitatearen menpe dagoela defendatzen du. Queer kontzeptuak, normatibitate at dauden errealitate guztiei egiten die erreferentzia (Herrera Gómez, 2011).

## 2.2. KIROLA-JARDUERA FISIKOA ETA LGBT+ PERTSONEN OSASUNA

Jarduera fisikoa eta kirolak dituen onura psikologiko eta mentalei erreparatuz, jarduera fisikoa eta kirolak paper garrantzitsua dute emozio eta sentimenduen kudeaketan (Granados eta Cuéllar, 2018). Hain zuzen ere, antsietatea, depresioa eta estresaren murrizketa eragiten du eta gaitasun kognitibo eta sozialak, autokonfidantza eta erresilientzian hobekuntzak (Granados eta Cuéllar, 2018). Gainera, luzaro jarduera fisiko edo kirol programa erregular bati atxikituta dauden pertsonetan ongizate psikologiko hobea ematen da, depresioa, arazo sozialak eta antsietatea murriztuz, autokonfidantza hobetzen den bitartean (Maltby eta Day, 2001). Bestalde, aktiboak diren pertsonetan irekitasuna eta sentsazio berrien bilaketaren parametro altuagoak izan ohi dira eta jarduera fisiko erregularra praktikatzea depresioa izateko aukera gutxiagorekin lotuta dago (De Moor et al., 2006).

LGBT+ populazioa ikertzerakoan, ikus daiteke kirolak eta jarduera fisikoak ekar ditzakeen onura psikologikoen gabezia emateko arrisku handiagoa dagoela (Safren eta Heimberg, 1999). Gainera, gaztaroko adinetan, suizidioa, depresioa eta etsipena ohikoagoak dira, populazio heterosexualarekin konparatuz (Safren eta Heimberg, 1999). Honen arrazoa, gizartean erreprimetuta egon den eta oraindik ere guztiz onartuta ez dagoen kolektibo baten parte izateak eragiten duen estresa, babes falta eta norberaren buruaren onarpen faltarekin lotzen da. Faktore hauek aldagarriak direlakoan, prebentzio eta interbentzio psikosozialak garrantzi handia hartzen dute (Safren eta Heimberg, 1999).

Trans\* pertsonen kasuan are eta gehiago. Grossman eta D'Augelli (2007) egindako ikerketan parte hartu zutenen ia erdiak bere buruaz beste egitea kontsideratu zuen eta %20k noizbait edo batzuetan horretaz pentsatu zutela adierazi zuten. Trans\* pertsonen bizi dituzten jazarpenen ondorioz eta hauen estigmatizazioaren ondorioz dator. Bestalde, suizidioa kontsideratu duten trans\* pertsonen artean ohikoagoa zen gurasoengandik jasotako jazarpen fisiko eta psikologikoak (babes sozial eza). Horretaz aparte, suizidioaren planteamendua eta gorputzarekiko autoestimua arteko lotura ere baieztatu zen, gizartean finkatuta dauden genero estereotipoak ekar ditzakeen arazoak azaleratuz. Horrela, gorputzaren aldaketa bat bilatzen duten pertsonengan (gizarteak haien generoarekiko esleituta duen gorputz itxura

lortzeko), baina horretarako baliabideak ez dituztenengan, problematika hau areagotzen da (Grossman eta D'Augelli, 2007).

Gizartean oraindik ere trans\* pertsonen inguruan dagoen ikusgarritasun eta informazio ezagatik, hauekiko estigmatizazioa gertatzen da (Mizock eta Mueser, 2014). Honek, kolektibo honen inklusioa oztopatzen du arlo askotan, hala nola, lan arloan. Gainera, lan arloa bezalako inguruetan txertatuta ez egoteak geroz eta arazo mental gehiago sortzen ditu, depresioa, antsietatea eta suizidioa (edo honen kontsiderazioa) besteak beste, eurenganako estigma barneratzeaz aparte. Transfobia egoerei irtenbidea emateko ezinbestekoa da lan komuna, interbentzioa, hezkuntza, aktibismoa eta eraldaketa politikoa (Mizock eta Mueser, 2014).

Jazarpenak eta diskriminazioa izateko beldurrak hainbat egoera eta espazio publiko eta sozial ekiditea eragiten du, askotan kirol eta jarduera fisiko eremuak. Espazio horietan, haiek identifikatzen diren genero bezala ez "pasatzea" ('passing') eta trans\* bezala irakurriak izatea, edo aditzera ematea, dira ziurgabetasun gehien eragiten duten faktoreak, eta honek ekar dezakeen diskriminazioa edo gainontzekoen balioztatze falta (Ellis et al., 2014).

Trans\* populazioaren baitan hormonazio prozesua egitea erabakitzen dutenen artean, prozesu honek hainbat arazo fisiko eta fisiologiko suposa ditzake. Bizitza osoan edo epe luzez hormonazio tratamenduan egotea inplikatzeko du (Bourgeois et al., 2016). Hormona dosi altuak denbora luzez jasotzeak, likidoen erretentzioa, odolaren koagulazio kaskarra, insomnia, estresa, gainpisua, gaixotasun kardiobaskularrak, tronboemboliak, osteoporosia, ezegonkortasun hepatikoak eta hiperprolaktinemia edo prolaktinomak izateko arriskua ekar dezake. Gainera, arrisku honetaz aparte, hormonazio prozesu batean sartzeko oraindik ere dauden oztopoak kontuan izanda eta trans\* pertsona askok ahalik eta azkarren gorputz itxura aldatzeko beharra dutela kontuan hartuz, askok eta askok haien kontura hormonatzea erabakitzen dute, profesional baten gainbegiratzetik gabe (Bourgeois et al., 2016).

Bestalde, horrelako kasuak zuzentzen ditzuzten mediku endokrinosen artean, asko dira aurretik aipatu diren efektu negatiboak edo arrisku faktorei aurre egiteko jarduera fisikoko programak gomendatzen dituztenak. Izan ere, hormonazio prozesua profesional batek gainbegiratu gero, horrek eragin ditzakeen arrisku faktoreak ia erabat murrizten dira, eta jarduera fisikoarekin osatutako prozesua bada, are gehiago. Modu horretan, populazio honen hilkortasun-tasa, suizidioa, Giza Immunoeskasiaren Birusa eta drogen gehiegikeriarekin lotuta dago (Bourgeois et al., 2016).

Hormonazio prozesuan berebiziko garrantzia hartzen du bizi estilo osasuntsu bat izateak, jarduera fisikoa osagarri bezala duena eta arrisku faktore kardiobaskularrak murriztea



prozesu honen bitartean, inaktibitatea eta sedentarismoa arrisku faktore kardiobaskularra dela jakinda (Wierckx et al., 2012).

Hormonazio tratamenduan zehar jarduera fisikoak eta kirolak duten garrantzia azpimarratzen jarraituz, aipatu behar da testosterona eta estrogenoek arrisku faktore kardiobaskularrekin eta gaixotasun kardiobaskularrekin duten lotura, emakumezkoetan are gehiago. Testosteronaren kasuan, trans\* gizonezkoetan hipertentsioa, hiperlipidemia eta obesitatea ekar ditzake. Estrogeno, progesterona eta antiandrogeen kasuan, trans\* emakumezkoetan kolesterol totala, HDL-C, LDL-C eta triglizeridoetan efektu kaltegarriak izan ditzakete, eta baita hipertentsioan, insulinarekiko sentsibilitatean eta glukosa mailan ere bai. Hauek hartzeko moduak efektuak baldintzatu dezake. Hala eta guztiz ere, ikerketa gutxi dira hormonazio prozesuak epe luzean, 10 urtetik gora, izan ditzakeen efektuak aztertzen dituztenak (Dutra et al., 2019).

### 2.3. TRANS\* ETA KIROLA-JARDUERA FISIKOA: PARTE-HARTZEA.

2020an Espainian, López-Cañada eta kideek trans\* pertsonen parte-hartzea aztertu zuten. Laginaren hiru laurdenak jarduera fisikoa eta kirola praktikatzen zuela ikusi zen, eta erdiak, astean zehar hiru aldiz baino gehiagotan egiten zuen, trans\* gizonezkoak parte-hartze altuagoa izanik.

Populazio honetan, askotan norberaren generoa publikoa egitean, kirola, gehienetan talde kirolak eta antolatutako jarduerak, uztea erabakitzen dute. Beste alde batetik, trans\* pertsonak jarduera ez antolatuak nahiago dituzte, antolatuak baino. Desberdintasun hau trans\* nortasuna publikoa egin ostean (gender disclosure) areagotzen da, orokorrean garai horretan antolatutako jardueren orde ez antolatuak nahiago dituztelako. Hau da, futbola, igeriketa, dantza, saskibaloia eta boleibola bezalako kirolak edo jarduerak gutxiagotzen dira eta, aldiz, kulturismoa bezalako gimnasioko jarduerak, gehien bat trans\* gizonezkoetan, areagotzen dira. Talde kiroletan edo talde jardueretan trans\* gizonezkoen parte-hartzea handiagoa da emakumezkoarekin konparatuz. Hala ere, kolektibo honen preferentzietan dagokionez, bai generoa publikoa egin aurretik eta baita ondoren ere, kirol indibidualen aldekoak dira. Jarduera ez antolatuen artean populazio honetan ohikoenak "footing, oinez ibili eta kulturismoa" dira (López-Cañada et al., 2020).

Aipatzekoa da, azkenaldi honetan LGBT+ kolektiboaren errepresentazioa kirolean areagotzen ari dela, behintzat trans\* esperientzietan ahotsa ematen ari zaie, eta honi esker kirolean trans\* pertsonentzat lekua dagoela ikusgarri egiten ari da, inoiz baino gehiago. Hala ere, gaur egun kolektibo honenganako zapalkuntzak dirau, interseksionala dena,

elkarrekintzan dauden hainbat zapalkuntza lerro, pertsona bakarrean elkartu daitezkeelako (Kettle-Linsell, 2020).

Antzinagoko ikerketetan ondorioztatu da trans\* pertsonen parte-hartzea jarduera fisikoan eta kirolean ez zela hain altua. Gainontzeko pertsonekin konparatuz jarduera fisiko gutxiago egiten dutela esan daiteke (NUS, 2012). Symons eta kideek (2010) egindako ikerketan soilik trans\* pertsonen heren bat aktiboa zela adierazi zuten.

Ingalaterran ondorioztatu zen soilik LGBT+ kolektiboaren %42k egiten duela osasunean onurak izateko behar den jarduera fisikoa. Datu hauek ikusita, bazterketa sozialak kolektibo honen jarduera fisiko mailan eragina duela esan daiteke, inaktibitatea nahiko ohikoa da populazio honetan (The National LGB&T Partnership, 2016).

Transen\* parte-hartzea ulertzeko norberaren gorputzarekiko asetze/poztasun maila (tratamenduan zeudenen artean) eta autoestimua (tratamenduan ez zeudenen artean) faktore erabakigarrienak ziren (Jones et al., 2018). Esandakoarekin lotuz, hormonazio tratamenduan sartzen saiatu ziren trans\* pertsonak jarduera fisiko maila urriago bat adierazi zuten, haien ezaugarri berberak zituzten zisgenero pertsonekin konparatuz eta baita hormonazio prozesuan zeudenekin konparatuz ere (Jones et al., 2018).

Laburbilduz, pertsona hauen ikusgarritasunari esker Trans\* kolektiboaren kirol eta jarduera fisikoko parte-hartzea gorantz doan arren, inaktibitate maila oso altua da gainontzeko populazioarekin konparatuz, kirola-jarduera fisikoak izan ditzakeen onurak ezagututa (Jones et al., 2018). Hau, trans\* pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egiterako orduan topatzen dituzten oztopo eta zailtasunen ondorioz gertatzen da, hain zuzen ere, bizi izandako esperientzia txarregatik (Jones et al., 2017).

#### 2.4. KIROLAREN SEXU-GENERO SEGREGAZIOA TRANS\* PERTSONETAN

Bourdieuaren ustetan (2000), kirolak, generoaren eraikuntzan paper garrantzitsua du eta batez ere maskulinitate eta feminitate hegemonikoaren bilakaeran. Bereizketa hau antzinatek dator, emakumezkoek kirolean lekua ez zuten garaitik. Diskriminazio mekanismo hau oso barneratuta dago gizartean eta oso naturalizatua kirol arloan (Vicente-Pedraz eta Brozas-Polo, 2017). Berez, segregazio hau, gizonezko kirolariek abantaila fisikoa dutela kontsideratzen denez egoera justuago bat sortzeko helburuarekin egin zen (Wiesemann, 2011).

Baina zer gertatzen da hain zorrotza den segregazio honetan trans\* ez binarioekin, hormonazio tratamendua hasi berri dutenekin, intersexualak diren pertsonekin edota orokorrean trans\* kolektiboarekin?

2021. urtean egonik ere, oraindik nortasun agirian eta erregistro zibilean izena eta sexua aldatzea ez da erraza, ezta eskuragarria, ezta duina ere, kasu askotan. Dagoeneko indarrean dagoen 2007ko legeari erreparatuz, nortasun agirian agertzen den sexua zuzentzeko, alde batetik, genero disforia diagnostikatuta izan behar da (ebaluazio mediko eta psikologiko baten ostean), honek "genero identitate eta idatzita agertzen den sexu morfologiko edo genero fisiologikoaren arteko disonantzia, eta hau egonkorra eta iraunkorra"- dela frogatu beharko du, eskaera egiten duen pertsonak nortasunaren nahasmendurik ez duela frogatzen den bitartean. Beste alde batetik, bi urtez hormonazio tratamenduan egon beharko da nortasun agirian agertzen den sexua aldatzeko (BOE, 2007).

Sexua aldatzeko tratamenduan egon behar diren bi urteak denbora asko dela eta trans\* pertsona askok horrelako prozesuetatik pasatzeko desira edo egoera sozioekonomikoagatik baliabiderik ez dutela kontuan izanda, nortasun agiriko sexua ez dator bat pertsona askoren identitatearekin. Hau, oztopo bat da trans\* pertsonen kirol praktika bultzatzeko. Zeren eta Espainiaren kasuan, autonomia-erkidego gehienetan, kategoria, nortasun agirian agertzen den sexuaren baitan dago. Ondorioz, trans\* pertsonak identifikatzen diren generoarentzako bideratutako kategorian lehiatzea ez da erraza. Gainera horrelako baldintzak ezartzean ez dira trans\* errealitate guztiak kontuan hartzen (López-Cañada et al., 2019).

Esan beharra dago, duela hainbat urte, horrelako helburuak lortzeko, edota goi mailako kirolean lehiatzeko baldintza nagusia, prozesu kirurgiko batetik pasatzea zela. Aldiz, 2015. urtetik baldintza hori ez dago indarrean. Ondorioz, Nazioarteko Batzorde Olinpikoaren esanetan, ezin dira aldaketa anatomiko-kirurgikoak eskatu hauen parte-hartzea onartzeko (NBO, 2015, 2. or.).

Madril eta Kataluniaren kasuan, Nortasun Agirian agertzen den sexua alde batera utziz, badaude erregistro-aldaketa egin gabe haien generoarekin lehiatzen diren trans\* pertsonak. Honen adierazle, Alba Palacios dugu, Espainia mailan futboleko federatutako lehenengo trans\* pertsona, N.A.-ko sexua aldatu arte itxaron behar izan ez zuena (2 urtez hormonatzen) emakumezkoekin lehiatzeko (Serrato, El País, 2018). Katalunian, 8 urteko neskatu trans\* bati aukera eman zioten nesken kategorian lehiatzeko igeriketean, eta fitxa

teknikoa bere identitatearekin egiteko, berdintasun eta LGBT+ departamentuari esker (La Vanguardia, 2020).

Oraindik ere LGBT+ kolektiboaren alde jarduten duten elkarteek, horrelako kasuak kasu isolatuak ez izatea aldarrikatzen dute, eta estatu mailako lege baten alde borrokatzen dihardute (La Vanguardia, 2020). Azken urte honetan, Trans Lege berri baten zirriborroa publikatu da, honen helburua, trans\* pertsonen beren identitate kategoria hautatzeko eskubidea ematea da, hormonazio prozesurik edo erregistro-aldaketarik egin gabe, eta mediku-txosten edo txosten psikologikorik aurkeztu gabe (Transen berdintasun erreal eta eraginkorrerako Legea, 2021).

López Cañada eta kideen (2019) hitzetan hain indartsua den estruktura binarioak, trans\* pertsonen kalte egiten die, kasu gehienetan, disfrutatzeari eta jarduera fisikoak eta kirolak dakartzan onurak jasotzeari uzten diote. Hitz hauekin bat etorriz, eta aurretik aipatu denarekin lotuz, argi dago kirolak, bi sexu hegemonikoen sistema normalizatzen laguntzen duela, eta horrekin datozen estereotipo sozialak, heteronormatibitatearekin eta genero binarismoarekin lotuta daudela (Travers, 2006).

Honen harira, femeninoa ez den emakumezko kirolariaren inguruan hainbat gatazka sortu izan dira. Historian zehar emakumeek lehiaketa kirolean parte hartu ahal izateko, sexu segregazioa sortu zen, emakumezkoenganako betidanik existitu izan den diskriminazioaren ondorioz eta hauek kirola egiteko debekuaren ondorioz. Horregatik, feminitatearen eta jarduera fisikoaren arteko harremana asko ikertu da, generoaren iruzurrarengatik (Heggie, 2010).

Ilido honetan, testosteronaren gaia beti egon da kulunkan, askok eta askok hormona hau errendimendu altuarekin lotzen dutelako. Horregatik, kirolean trans\* pertsonen parte-hartzea sustatzen hasi zenetik generoaren iruzurra edo dopinaren gatazka esleitu zaio problematika honi. Hedabide desberdin askoren ustetan, kirolean trans\* pertsonen parte-hartzea sustatzearen ondorioz, zisgenero gizonezko askok, egoera honetatik probetxua atera dezakete, emakumezkoekin lehiatuz eta abantaila edukiz. Horregatik, 2003an NBOk kasuz kasu irizpidea bultzatu zuen edota "genero egiaztapena", joko garbiaren alde (Wiesemann, 2011). "Genero egiaztapena", "sexu testa" edo "kasuz kasu" ebaluazioak, gorputz itxurarengatik edota genero adierazpenarengatik susmagarriak ziren emakumezkoen egiteko eskubidea eman zitzaizen federazio eta batzordeei (Heggie, 2010; Hercher, 2010).

Genero egiaztapen test hauek, urte askotan zehar egin dira, eta oso kritikatuak izan dira kolektiboaren eta baita giza eskubideen aldeko diren pertsonen aldetik. Test hauek

estigmatizazioa indartzeko baliagarriak dira, eta testatuak izan diren pertsonen kalte psikologiko handia egiteko. Kirolari askok, horrelako testak ez pasatzearen lehiazeari utzi zioten. Beste batzuen kasuan, lehiatzea debekatu zieten nahiz eta abantailarik ez zutela frogatu. Ikertzaile askok esan bezala, horrelako testak egiteak ez du zentzu askorik, generoa espektro bat bezala uler daitekeelako, gainera anatomiak ez du generoa inposatzen. Bestalde, kirol autoritateak ez lukete eskubiderik izan beharko nor den eta nor ez den emakumea ebaluatzeko, sozialki ere ez izanik batere etikoa. Test hauek kritikatu dituzten pertsonak, metodo hauek desegokiak direla baieztatu dute (Hercher, 2010; Wiesemann, 2011).

2018an, genero egiaztapen testak ez egiteko nahiarekin, atletismoan testosterona mailak kontrolatzeko irizpide berri bat martxan jarri zen, emakumezkoen kategorian odol litro bakoitzeko 5 nanomol baino gehiago zuten pertsonen debekatuta zuten lehiatzea. Lehiatzeko, testosterona maila jaisteko hormonazio tratamendu batetik pasa beharko lirateke (D'Angelo eta Tamburrini, 2013).

Gatazka honetan, trans\* emakumezko kirolariak abantaila dutela esaten da. Aldiz, orain arte honen inguruan publikatu diren ikerketen erreparatuz, ezin da baieztatu trans\* emakumezkoek edota gizonezkoek abantaila fisiko edo atletikoak dituztenik, trantsizioaren edozein unetan. Horregatik, hauen parte-hartzea sustatzeko eta bazterketarik ez emateko kirol lehiaketako politikak eraldatu behar dira (Jones et al., 2016).

Kirolean hain errotuta dagoen sexu segregazio honek, gizartean ematen den diskriminazio primarioa bultzatzen du, bi kategoria desberdin bereiziz, femeninoa eta maskulinoa. Bigarren mailako diskriminazioa ere eragiten du, bi kategoria horiei esleitutako ezaugarriak betetzen ez dituzten pertsonak kirolek kanpo utziz edota sexu ebaluazio batera behartuz (D'Ángelo eta Tamburrini, 2013).

## 2.5. GORPUTZ ITXURAREN ERAGINA TRANS\* PERTSONETAN

Gorputz itxurak, kolektiboaren eta jarduera fisikoa eta kirolaren arteko erlazioan berebiziko garrantzia du. Gorputz itxura, genero adierazpena eta performatibitatea, kirol arloan faktore garrantzitsuak dira, oztupoak eta parte-hartzea analizatzeko (Butler, 1990).

Hormonazio prozesuak trans\* pertsonen parte-hartzea baldintzatuko du, prozesu edo tratamendu honek gorputz itxuran aldaketak batzuk eragiten dituelako, trans\* pertsonen bilatutakoak haien identitatearen baitan, eta horrekin gorputzarekiko asetze maila eta

autoestimua hobetzen da, gizartean integratuago sentiaraziz eta jarduera fisikoa eta kirol arloan integratuago (Jones et al., 2018; López-Cañada et al., 2019; Witcomb et al., 2015).

Jaiotzean inposatutako generoa eta genero identitatea bat ez etortzea oztopo pertsonal bat bilakatzen da trans\* pertsonen parte-hartzea sustatzerako orduan, inaktibitatea eraginez ondorioz (Jones et al., 2017).

Populazio honetan, gorputzarekiko asetze maila, askotan `passing´ edo `pasatzea´-ren baitan dago. Termino honek, kultura eta gizartean genero bakoitzari esleitutako ezaugarriak kontuan hartuz, aldaketa batzuen bidez (bai fisikoak zein portaerazkoak) norbanakoa bat datorren (genero identitatea) generoarekin irakurria izatea, bai emakumezko bezala zein gizonezko bezala, baina gizarteak trans\* pertsona bezala ez identifikatzearen bilaketari eta lorpenari egiten dio erreferentzia (Witcomb et al., 2015; López-Cañada et al., 2019).

Esan beharra dago, kasu askotan eta prozesuaren garai askotan trans\* pertsonak ez dute "pasatzea" lortzen. Orduan agertzen da, hain itxia den binarismoan oinarritutako gizarte batean bizitzearen arazoa (Semerjian, eta Cohen, 2006). Genero arau horietatik at egoteak, ez gizonezko ezta emakumezko bezala ere irakurriak ez direnean, gizartean diskriminatua eta zigortua izatea dakar, biolentzia emozional edo fisikoaren bitartez. Horregatik, gizartearen ebaluazioa beste oztopo bat bezala hartzen da, populazio honetan antsietatea sor dezakeena (Semerjian, eta Cohen, 2006; Jones et al., 2017). Kolektibo honen beldurretako bat besteak haien trans\* nortasunaz ohartzea da (Green, 2004).

Kirol eta jarduera fisikoaren eremuan pertsona hauen duintasuna eta askatasuna ez da errespetatzen, hala nola, aldagelak, komunak eta dutxetan (López-Cañada et al., 2019). Kolektiboarentzako espazio ez seguruak bilakatzen dira (Pérez-Samaniego et al., 2018). Horrelako espazioek, askotan trans\* pertsonengan antsietatea eta beldurra eragiten dute (Jones et al., 2017).

Horrez gain, jarduera fisiko eta kirol eremuak irekiak eta publikoak badira ere, espazio ez-seguruak izan daitezke trans\* pertsonentzako, hala nola aisialdiko jarduera fisikoko espazioak, kalea, mendia, igerilekua... Soilik espazio publiko batean egoteak trans\* pertsonenganako jazarpenak izateko probabilitatea areagotzen du (Hargie et al., 2015). Hainbat ikerketaren arabera, bazeuden aurretik ibilbidea edo paseoa planifikatzen zuten pertsonak, bidean topa zitzaketen pertsonak kontuan hartuz. Arazo handiena, "desberdina" edo "arraro" bezala aitortua izatea da, edo "ez dakien norbaitek trans zarela aitortzea", eta honek ekar dezakeen portaera aldaketa edo diskriminazio sistematikoa. Genero bati

esleitutako itxura ez izateagatik, “desberdina” izateagatik, jendearen artean portaera ezatseginak bizitzen ditu kolektibo honek kalean eta espazio publikoetan, generoarekiko jokabide ez normatiboa duen pertsona orok. Argi dago, hau beste oztopo bat dela, jarduera fisikoko parte-hartzea murrizten duena (Hargie et al., 2015).

Beste alde batetik, kirol arropak ere garrantzia izan lezake oztopo bezala, gehienbat antolatutako kirol praktiketan ezaugarri fisikoak begi-bistan utziz. Adibide bat jartzearren, emakumezko trans\* batzuen kasuan, nahiz eta emakumezkoentzat egindako arropak erabili nahi, ez dira eroso sentituko, beste generoari esleitutako genitalak nabari daitezkeelako. Uretako arropa arazo gehien ekar dezakeena da, estereotipoak jarraituz. Gainera, uretako arropekin zailagoa izaten da adierazi nahi ez diren gorputz ezaugarriak estaltzea (Jones et al., 2017).

## 2.6. HEZIKETA FISIKOA TRANS\* PERTSONETAN

Heziketa fisikoa eremu esanguratsua da transen\* kasuan. Eskola adinean jada sistema heteronormatiboa martxan jartzen da, eta horretatik kanpo dauden haurrak bazterketa soziala bizitzeko arriskuan sartzen dira eta horrekin, jazarpenak izateko arriskua izaten dute, heziketa fisikoko saioetan ere (Devís-Devís et al., 2017).

Dena den, trans\* gizonezkoen artean, esperientziak positiboagoak izaten dira, askok aukerak dituztelako haien rol eta genero maskulinoa adierazteko, eta irakasleek haien kirol gaitasuna positiboki ebaluatzen dutelako (López-Cañada et al., 2019). Trans\* emakumezkoek dagokionez, ordea, irakasgai honetan talde kirolak lantzen direnean, oso deseroso sentitzen dira, hauetan estereotipo maskulinoek boterea dutelako, aldiz, indibidualak diren kirolak nahiago dituzte, genero estereotipoek ez dutelako hainbeste eragiten, eta seguruago eta askeago sentitzen dira haien identitatea eta kirola bateratzeko (Hargie et al., 2015).

Trans\* askok, gorputz hezkuntzan bizi izandako esperientzietan irakasleek zuten garrantzia azpimarratu zuten (Sykes, 2011). Hauen testigantzei erreparatuz, irakasleek bazterketaz betetako kirol inguruneak mantentzen zituzten. Honek, baztertuak geratzen ziren kolektiboetan, haien gaitasunarekiko konfiantza oso urria bilakatzea eragiten zuen (Hargie et al., 2015; Devís-Devís et al., 2017; López-Cañada et al., 2019).

Trans\* ume eta gazteen artean etorkizunean aktibotasuna bultzatzeko, hein handi batean heziketa fisikoko irakasgaia eraldatu behar da, gehien bat “heteronormatibitatearen ideologia”. Horretarako irakasleak arlo honetan hezi behar dira, borroka honekiko irakasle sentikorragoak eta enpatikoagoak heziz. Aipatutako eraldaketa horri dagokionez

“neuroagoak” edo “estetikoagoak” diren kirolak edo jarduerak saioetan lantzea proposamen egoki bat izan daiteke, gizonezkoetan gehien praktikatzen diren kirolak ekiditeko (Devís-Devís et al., 2017). Argi dago irakaskuntza gidak eta metodologiak eraldaketa bat behar dutela, jaiotzerakoan inposatutako generoarekin bat ez datozen ume eta gazteen bazterketa ez gertatzeko. Testuingurua `queer` ikuspegi batera bideratzeak irakasgai anitzago eta errespetutsuago bat sortuko luke, baina horretarako bazterketa egoeran dauden gazteen ikuspuntua eta egoera interseksionala ulertzea eta ezagutzea beharrezkoa da (Devís-Devís et al., 2017).

## 2.7. MARKO TEORIKOA: IKUSPEGI SOZIOEKOLOGIKOA

Eredu sozioekologikoa pertsonen kirolean eta jarduera fisikoan duten parte-hartzea aztertzeo erabilgarria dela frogatu dute hainbat ikertzailek (Sallis et al., 2008). Ereduak, bizi estilo osasuntsua izatea baldintzatzen duten faktoreak aztertzen ditu, ingurumenaren sailkapen bat egiten, maila desberdinetan sailkatuz, hala nola, faktore intrapertsonalak, interpertsonekoak eta testuingurukoak, komunitatea, politikak eta erakundeak batik bat. Hauek, maila desberdinetan erlazionatzen dira, elkarrekintzan (Sallis et al., 2008). Ikuspegi ekologikoak duen mailakatze honi esker gizarte masa eta banako baten elkarrekintza aztertzea ahalbidetzen da, jarduera fisikoarekiko portaera aurreikusteko helburuarekin (Giles-Corti et al., 2005).

Ekosistemaren barruan, mikro- (lagunak, familia, eskola...), meso- (mikro- eta ekosistemaren arteko elkarrekintza), exo- (gizarte zerbitzuak, komunikazio medioak, komunitatea...) eta makrosistemak (baloreak, politikak...) egongo lirateke (López-Cañada et al., 2019).

Sallis eta Owenek (2015), domeinu hauek finkatu zituzten: Indibiduala (biologikoa, psikologikoa, kognitiboa, emozionala), soziala (familia eta bestelakoak) eta ingurune faktoreak (kultura, politikak, erakundeak...).

Ikerketa honetan, trans\* pertsonen kirolean eta jarduera fisikoan duten parte-hartze dinamika aztertzeo eredu multidimentsional hau erabiliko da.

## 3. LANAREN HELBURUA

Lan honen helburu nagusia, trans\* pertsonen kirol eta jarduera fisikoaren munduan bizi dituzten errealitateak ezagutzea da, kirola eta jarduera fisikoa egiteko dituzten oztopoak eta motibazioak ezagutzea. Modu horretan errealitate hauek gertutik ezagutzeak gizarte



ereduak sortu eta eralda ditzakeen alderdiak lantzeko abiapuntu bat ezar daiteke kirol-jarduera fisiko esparruan.

#### 4. METODOLOGIA

##### 4.1. DISEINU MOTA

Ikerketa hau, ikerketa kualitatiboa da. Ikerketa mota honen bidez, partehartzaileen errealitate sozialak ezagutu eta era kualitatibo batean aztertuko dira (Flick, 2007).

##### 4.2. PARTE-HARTZAILEAK ETA INKLUSIO IRIZPIDEAK

Parte-hartzaileak biltzeko nahitako laginketa egin da (Casal eta Mateu, 2003). Inklusio irizpideei erreparatuz, irizpide garrantzitsuena trans\* pertsona izatea zen, horretaz aparte kirol eta jarduera fisiko munduarekin harremana izatea, hau da, dagoeneko kirola edo jarduera fisiko gidatua edo ez gidatua praktikatzea. Pertsona hauek eskuragarriak zirelako eta ikerlanean beren borondatez parte hartzeko prest zeudelako izan dira hautatuak, inklusio irizpideak betetzeaz gain.

18 eta 24 urte bitarteko hiru trans\* izan ziren ikerketan parte hartu zutenak (ikus 1.taula).

#### 1. Taula

*Parte-hartzaileen ezaugarriak.*

|                 | <b>ANDER</b>                | <b>EKAITZ</b>   | <b>BEÑAT</b>   |
|-----------------|-----------------------------|---|--|
| <b>GENEROA</b>  | Gizonezkoa                  | Gizonezkoa  | Gizonezkoa   |
| <b>ADINA</b>    | 24                          | 18  | 23   |
| <b>PROZESUA</b> | NAn izena aldatuta          | 3 urte hormonatzen eta 3 hilabete mastektomia izan zuenetik | 8 urte hormonatzen eta bi urte azken mastektomia izan zuenetik |
| <b>JARDUERA</b> | Futbola                     | Gimnasioa eta korrika kaletik                               | Gimnasioa  |
| <b>MOTA</b>     | Emakumezkoen eskualde maila | Bere kontura  | Prestatzaile fisikoarekin                                      |

### 4.3. DATUAK JASOTZEKO TEKNIKAK

Datuak jasotzeko, elkarrizketa erdi-egituratuak erabili dira (Flick, 2007). Aldez aurretik 29 galdera inguru prestatu ziren partehartzaileek kirol eta jarduera fisikoaren inguruan bizi izandako errealitatea ezagutzeko, haien parte-hartzea, izandako oztopoak, motibazioak eta kirol eta jarduera fisikoaren gaur egungo egoeraren ikuspegia ezagutzeko (ikus 8.2. eranskina). Elkarrizketa malgua izan zen eta elkarrizketatuaren arabera norabide bat edo beste har zezakeen (Flick, 2007). Elkarrizketa erdi-egituratu hauetako bi aurrez aurre egin ziren era presentzian, aldiz hirugarrena Skype aplikazioaren bidez, online. Hauek, grabatuak izan ziren, mugikorreko ahots grabazioak egiteko aplikazio batekin.

### 4.4. DATUEN ANALISIA

Datuak analizatzeko, Ruiz Olabuenagak (2012) proposatutako edukien analisi teknika erabili da. Ahots grabazioen bidez, transkripzioak egin dira. Transkripzioak hiru aldiz irakurri ondoren, zati aipagarriak azpimarratu eta jasotako edukiekin taula bat eratu da, kategoriak, azpi-kategoriak beste azpi-kategoria batzuekin eta kodigoak sailkatuz.

Hona hemen kategoria sistema taula:

#### 2. Taula

*Kategoria-sistema.*

| Kategoriak      | Azpi-kategoriak             | Oztopoak-motibazioak | Kodigoak  |
|-----------------|-----------------------------|----------------------|---|
| Intrapertsonala | Gorputza eta gorputz itxura | Oztopoak             | -Satisfakzio eza<br>-`Passing´ (ez lortzea/ez izatea)<br>- Estrategiak eta ondorioak<br>- Beldurra<br>- “Disforia”<br>- Hilerokoa |
|                 |                             | Motibazioak          | - Indentitatearekin sozialki lotutako ezaugarriak eskuratzea (passing)<br>-Segurtasuna lortzeko                                   |

|                 |                      |             |  |
|-----------------|----------------------|-------------|--|
|                 | Hormonazio prozesua  | Oztopoak    | - Kategoria aldatzeko beharra  |
|                 |                      | Motibazioak | - Alboko efektuak  |
|                 | Osasun egoera        | Oztopoak    | -Antsietatea, arazo psikologikoak  |
|                 |                      | Motibazioak | -Ongizatea lortzeko (fisiko eta psikologikoa)<br>- Endokrinoaren gomendioa   |
| Interpertsonala | Familia eta lagunak  | Motibazioak | -KJF egitera bultzatu<br>-Babes soziala  |
|                 | Beste kirol agenteak | Oztopoak    | - Formakuntza falta<br>- Sentsibilizazio falta<br>-Taldetik kanporatzea<br>- Teknikoen deskonfiantza   |
|                 |                      | Motibazioak | - Onarpena eta irtenbideak<br>- Harrera ona  |
| Testuingurukoak | Espazioak            | Oztopoak    | - Espazio ez seguruak<br>- Aldageletan ematen diren komentarioak<br>- Gainontzekoek konturatzeko beldurra<br>- Lehiatzeko eta federatzeko beldurra, gogo falta<br>- Igerilekua<br>-Aniztasun funtzionala duten pertsonen aldagelak |
|                 |                      | Motibazioak | - Aldagela mistoak kubikulekin<br>-Kirol mistoa  |
|                 | Heziketa fisikoa     | Oztopoak    | -Esperientzia txarrak<br>-Marginalizazioa/Bazterketa<br>-Sexu-genero segregazioa   |
|                 |                      | Motibazioak | -Esperientzia onak   |

#### 4.5. IRIZPIDE ETIKOAK

Elkarrizketak egin baino lehen, partehartzaileek baimen informatu bat sinatu zuten, elkarrizketa eta ahots grabazioa egiteko baimena emanaz (ikus 8.1. eranskina). Horretaz aparte, haien datuak anonimatu mantenduko zirela sinatu zen baimen idatzi horretan, pseudonimoak erabiliz izan errealean ordez dokumentu guztietan. Elkarrizketatutako pertsona guztiak, alde aurretik elkarrizketan euren borondatez aritzea onartu zuten.

#### 5. EMAITZAK ETA EZTABAIDA

Emaitzak eta eztabaida antolatzeko hiru atal bereiztu dira, faktore intrapertsonalak, faktore interpertsonalak eta testuinguruko faktoreak. Hauen barruan, beste azpi-atal batzuk antolatu dira, bakoitzaren oztopoak eta motibazioak aurkezteko.

##### 5.1. FAKTORE INTRAPERTSONALAK

###### 5.1.1. GORPUTZ ITXURA

Jones eta kidekin (2017) bat etorri, gorputz itxurak eta honen inguruko faktoreak, hala nola gorputzarekiko asetze maila, satisfakzio eza, trans\* pertsonak kirolan eta jarduera fisikoan duten parte-hartzea oztopatzen duen faktore nagusienetarikoa bat da. Horrela azaltzen du Anderrek, bere gorputzarekin eroso sentitzen ez denak eta oraindik hormonazio prozesua hasi ez duenak: *“Azken finean uste dut gehiago dela nire burua osea momentu hontan ez dudala fisikoki ez dudala inolako prosezurik hasi, orduan nire oztopo mentala da, guneetako edo hori kiroldegietako instalaziotako oztopoak baino”* (Ander).

Ekaitzek, gorputzarekiko zuen satisfakzio eza ere aintzineko oztopo bezala aipatzen du:

*“Eta oztopoa izan ahal zen aintzinean nire bularrarekin nuena...zeren azkenean ba igual gimnasioan...ez zitzaidan asko igertzen baina ee igual gimnasioan zeuden dena ispiluak eta bueno nirekin ez nintzen oso ondo sentitzen eta igual baita korrika egitera kalera irtetzen nintzenean, ba pentsatzen nuen bua nire bularrak edo horrelako pentsamenduak etortzen zitzaizkidan”* (Ekaitz).

Beñaten kasuari erreparatuz, nahiz eta oztopo bezala ez aipatu, oraindik ere kirol instalakuntzetan jarduera fisikoa egiten duenean, hain zuzen ere gimnasioan dagoenean, bere gorputzarekiko deseroso sentiarazten duten egoerak bizi ditu: *“A veces si que hay*

*miradas o hay momentos en los que estas involuntariamente pensando en que se te puede notar algo y que alguien se dé cuenta...”* (Beñat).

Horrelako testigantzak nahiko ohikoak eta ulergarriak direla esan daiteke, kasu gehienetan trans\* pertsonen haien gorputzarekiko satisfakzio eza bizi dutelako, nolabait trantsizio prozesuarekin hobetzen doana (Witcomb et al., 2015). Ondorioz, hormonazio prozesuak eta ebakuntzak, haien identitateari lotutako ezaugarriak bereganatzea eragiten duela kontuan izanda, pertsona hauetan autokonfiantza eta gorputz satisfakzioa hobetzea eragiten du, `passing´-ean laguntzen duelako, hau da gainontzeko pertsonen trans\* pertsona bat bere identitatearekin identifikatzea eta ez trans\* pertsona bezala (Jones et al., 2018). Aldiz, trans\* pertsonen beldur nagusietako bat ez `pasatzea´ da, eta beldur hori oztopo bilakatzen da (Jones et al., 2017).

*“Nire partez beti gaizki ikusi dudan parteak titiak izan dira, ez hainbeste bulba izatearena...izan ere bulba da ikustezina den gauza bat nik arropa eramanda izkutatuta eraman dezaket baina titak ez baditut sujetadorean eramaten ba zuzenean agertzen zaizkit titi puntak eta nire partez gaizki eramaten dudan gauza da. Oraindik gaizki eramaten dudan gauza bat da.”* (Ander).

*“Uste dut oso zaila izan daitekeela zeren gainera pertsona hori izan daiteke ez egotea ondo bere gorputzarekin eta konfiantza ez izatea orduan momentu horretan lotsa edo sentitu dezake, edo beldurra eta momentu horretan ba igual egin dezake ba jende edo pertsona hori ez ateratzea (jarduera fisikoa egitera)”* (Ekaitz).

*“Estás involuntariamente pensando en que se te puede notar algo y que alguien se dé cuenta...con el chandal no pasa tanto, pero por ejemplo al hacer algún ejercicio tumbado como press banca pues estoy pensando en si alguien se fijará que no tengo paquete y yo mientras otros chicos lo hacen pues miro a ver si se les nota o no...y digo “ah bueno tampoco se les nota” y me quedo más tranquilo, pero sí en cierto modo es miedo, inseguridad...”* (Beñat).

Aurretik aurkeztutako egoerak gorputzarekiko deserosotasunari egiten diete erreferentzia. Norberaren gorputzarekiko edo gorputzaren atal batekiko deserosotasunari askok “disforia” deitzen diete (Jones et al., 2017). Ikusi bezala, satisfakzio falta hori kirola eta jarduera fisikoa egiteko oztopo bat da (Elling-Machartzki, 2017). Era zehatzean adierazi zuen Beñatek, kirola eta jarduera fisikoa egiterako orduan trans\* pertsonen zuten oztopoei buruz galdetu zitzaionean: *“Y luego pues la disforia que pueda tener cada uno en cuanto a su cuerpo, cuanto menos cómodo estés contigo mismo menos ganas de practicar cualquier tipo de actividad o de exponerte en público.”* (Beñat).

‘Pasatzea’ (passing) lortzeko, askok eta askok pasatzeko estrategiak lantzen dituzte, gizarteak norberaren generoarekin identifikatzeko, kirol eta jarduera fisikoaren arloan, “gizonezko edo emakumezko gorputzak” eduki behar direlako (Planella eta Pie, 2015). Estrategia horien barruan, ile luzea edo orrazteko era, makillatzea, bularrak estaltzeko kamiseta azpiko faja/binderra, deseroso eta mingarria dena, edota trans\* gizonen artean erabili den estrategia, genitalak simulatzeko “paketeak” edota arropa bereziak (Semerjian, eta Cohen, 2006; López-Cañada et al., 2019). Trans\* pertsona binarioak ‘pasatzea’ bilatzen dute, haien gorputzarekiko sentitzen duten deserosotasunagatik, askok “genero disforia” bezala definitzen dutela, eta esan bezala, jarduera fisikoa eta kirola egiteko oztopo bat bilakutzen da (Jones et al., 2017).

*“...es miedo, inseguridad...de hecho yo me compré un pene de plástico para disimular... Yo en aquel entonces todavía tenía mucha disforia no me sentía a gusto con mi cuerpo y usaba una faja que me apretaba un montón para tapar las tetas y entre el esfuerzo y lo que apretaba eso mas el equipaje de licra que va por encima...me costaba hasta respirar...Cuando yo utilizaba la faja me llegué a desgarrar el músculo y todo, y es por eso que pasé por 6 operaciones de mastectomía porque me salían pliegues y entonces necesito fortalecer sobre todo por esta parte.[...] Pensando en que se te puede notar algo y que alguien se dé cuenta...con el chandal no pasa tanto...” (Beñat)*

Ander eta Egoitzek hilerokoarekin ere arazoak zituztela aipatu zuten, Egoitzen kasuan gainera heziketa fisikoan egiten zuen jarduerak egiterako orduan oztopo bat zela aipatu zuten: *“Hormonetan hasi baino lehen, ba hilekoarekin arazo handiak nituen zeren hilekoa etorri zitzaidan 9 urtekin, ordun betidanik izan ditut arazoak horrekin zeren gimnasia orduan eskolan niretzat ziren tortura baten modukoak”.*

Horrela aurkeztu zuten Anderrek bere deserosotasuna: *“Gaizki eroaten dudana da hilerokoaren kontua, hilean behin agertzen da eta ba ni gaizki eroaten dut batez ere umore aldaketak eragiten dizkidalako eta beste alde batetik jasan behar dudalako niri tokatzen ez zaidan zerbait”.*

Aldiz, gorputz itxuran aldaketa fisikoak izateko nahia, eta ondorioz, gorputzarekiko asetze maila igotzeko, kirola eta jarduera fisikoa egiteko motibazio aipagarriena da trans\* kolektiboan, kirolak eta jarduera fisikoa norberaren generoari esleitutako ezaugarriak eskuratzeko baliagarria izatea (Jones et al., 2017). Adibidez, trans\* gizonen kasuan, aldaka eta ipurdi inguruan masa asko izateak ezaugarri femeninoekin lotu ditzakete, horregatik gantzaren distribuzio hau ekiditeko nahia (Witcomb et al., 2015). Bestalde, Jones eta kideekin bat etorritik (2017) gorputz itxuran lortzen dituzten aldaketak ondo sentiarazten dituzte, asebet

egiten ditu, eta segurtasuna ematen dietela aipatzen dute elkarrizketatuek. Elkarrizketatutako hiru gizonetzkoetan, haien generoari esleitutako ezaugarriak eskuratzeko motibazioarekin kirola-jarduera fisikoa egiten dutela baieztatu zuten eta ezaugarri femeninoak ezabatzeko:

*“Bai, hasieran hasi nuen gimnasia joaten nahi nuelako bularra murriztu eta bularra txikitu nahi nuelako eta horregatik hasi nintzen gimnasioan eta ee hori eraman ninduen kirola maitatzera... Ba egiten dut kirola, nire gorputzarekin hobeto sentitzeko...Hobeto sentitzen bazara eta hobeto ikusten baduzu zure burua eta zure gorputza hobeto sentituko zara eta gauza gehiago egiteko gogoak izango dituzu, jendearen aurrean edo ez, da bukle bat bezala” (Egoitz).*

*“Si estoy sin hacer nada me sale una tripa y unas caderas que no me gustan nada, así que básicamente por eso, para que no me salgan tantas caderas y la tripa...Así que yo diría que para verme mejor y no tener tanta curva ...Si yo me miren el espejo y no me veo bien...eso influye en mis pensamientos...sí sí, yo sinceramente hago ejercicio también para que no se me noten tanto la curvas. Si es cierto que no me quiero poner como los chicos estos cuadradísimos pero sí.” (Beñat).*

Gorputz itxura alderdi oso garrantzitsua da trans\* pertsonetan, euren buruaren onarpenerako eta baita besteen aurrean agertzeko. Gainera, pertsonen autoestimua eta norbere gorputzaren onarpenean eragina izango du, eta hau oinarrizko abiapuntua da kirola-jarduera fisikoa egiteko.

### 5.1.2. HORMONAZIO PROZESUA

Hormonazio tratamenduak edo hormonazio prozesuak paper oso garrantzitsua du trans\* pertsonen parte-hartzean (Jones et al., 2018). Anderrek futbola egiten jarraitzeko oztopo bat bilakatu daiteke, nahiz eta gizonetzkoa izan kategoría femeninoan jokatzeko jarraitu nahi baitu, baina era berean hormonazio prozesua hasi nahi du, bere buruarekin hobeto sentitzeko. Hormonazio prozesua hasteak, hortaz, futbola uzteko planteamendua eragin dezake.

*“Gure dot beste hainbat gauza moldatzea zeren eta ee ba fisikoki ez naiz oso ondo ikusten...nire partez hormonekin hasi gura dot... incluso estando hormonado y teniendo las condiciones físicas de alguien masculino...si en tu DNI pone femenino vas a tener que seguir jugando en categoría femenina. Niretzako, ee askotan alivio modukoa da, ee azken finean askotan pentsatu dut ee horretan, ea nik gura badut jarraitu emakumezkoen kategoría baten edo gizonetzkoen kategoría baten eta azken finean nik betidanik jokatu izan dut emakumezkoen kategoría batean... esan beharra dago, nagoela momentu baten non ba planteatzen dudala zenbateraino gustuko dudan futboleko jokatzeko jarraitzea” (Ander).*

Hormonatzeak, baina, kirola den sistema segregatu horren baitako kategorietan sailkatzeko baldintza ezar lezake (Jones et al., 2016) eta horrek bestelako gogoeta eta bizipenak eragin dizkie transei\*, beste galdera ikur bat sortuz euren kirol ibilbidean:

*“Pertsona batzuk, zailtasunak dituzte eta izan dituzte haien kategorian jokatzeko, behin hormonekin hasita, jada fisikoki aldatuta daudela eta gizonezko eta emakumezkoen artean dagoen desberdintasun fisiologikoa jada orekatu denean...ba behin aldaketa hori eginda kontatu didate ba ee aukeratu nahi izan duten pertsonak ezin izan dutela mantendu bere taldea, esaterako nik ezagutzen dut gizonezko trans bat, saskibaloia egiten zuena eta bera behin hormonekin hasi zenean ezin izan zuen emakumezkoen talde horretan jarraitu” (Ander).*

Ikusi moduan, hormonazio prozesua oztopo izan daiteke kirolen batean federatua dagoen norbaitentzat, zeren eta hormonazioa hastean kategoria femeninoa eta maskulinoaren arteko tartean geratzea eragin dezake (Jones et al., 2019). Hori da Anderren beldurra, emakumezkoen kategorian jokatzeko jarraitu nahi duela argi adierazi baitu.

Hala eta guztiz ere, hormonazio prozesua, kirola-jarduera fisikoa egiteko motibatzaile nagusietako bat da (Jones et al., 2018). Alde batetik, esan bezala giza dinamiketan txertatzeko lagungarria delako (Hargie et al., 2015), eta beste alde batetik, tratamenduaren efektu sekundarioak murrizten dituelako eta tratamenduarekin bilatzen diren aldaketa fisikoak nabariagoak izateko, hau da, “testosteronaren efektu maskulinizatzailetaz” probetxua ateratzeko (Bourgeois et al., 2016; Jones et al., 2017). Orduan, hormonazio prozesuari eta honek dakartzan gorputz itxuraren aldaketei esker faktore hauen hobekuntza lortzen da, depresio eta antsietate mailaren hobekuntza ere bai, eta horrekin, kirol parte-hartzea areagotzen da (Jones et al., 2018): *“Hormonetan hasi nintzenean eta bueno esan nuenean guztiz aldatu nintzen eta orduan nire ee pues kirola egiteko gogoak aldatu ziren eta gainera hormonekin ba energia gehiago dut eta horregatik bueltatu nintzen...”* (Egoitz).

Horrez gain, hormonatzeak gorputzean eragiten dituen eraldaketaz gain jarduera fisikoak eragin horiek hobeto asimilatzen ere laguntzen du eta medikuek ere oinarrizko lagungarri moduan gomendatzen diete transei\* hormonatzen ari diren garairako (Bourgeois et al., 2016): *“Esan zidaten hobeagoa izango zela hormonon efektuak areagotzeko eta eragin handia izateko, beharrezkoa zela eta hobeagoa zela jarduera fisikoa egitea”* (Egoitz).

Hormonazio prozesuak ere trans\* pertsonen parte-hartzea baldintzatuko du. Oztopoa izan daiteke batzuentzat, bai haien generoko kategorian lehiatu nahi dutenentzako eta baita segurtasunagatik betidanik jokatu duten kategoria mantendu nahi dutenentzako. Kirol politikak kontuan hartuz, hormonazio prozesua hastean betiko kategoria uzteko behartuak izaten dira,



aldiz askok ez dira prest sentitzen haien genero identitatearen kategoriak jokatzeko. Aldi berean, faktore motibatzaile aipagarrienetarikoa da, eragiten dituen aldaketak kirol espazio publikoak erabiltzeko faktore motibatzailea delako eta bestalde, honek dituen efektuak orekatzeko kirola-jarduera fisikoa gomendagarria delako.

### 5.1.3. OSASUN EGOERA

Kirol eta jarduera fisikoarekin lotutako oztopoei dagokionez, aipatzekoa da trans\* pertsonen osasuna, gehien bat osasun psikologiko eta mentalak izan ditzakeen gorabeherak. Hasieran aztertu den bezala, populazio honetan suizidioaren kontsiderazioa asko ematen da (Grossman eta D'Augelli, 2007). Bestalde, autoestimu falta, autokonfidantza eza, antsietatea, depresioa eta estresa ere eman daitezke, kolektibo honek gizartean onarpen ez eta estigmaren ondorioz (Mizock eta Mueser, 2014). Horrela ikusi zen Ander eta Egoitzen kasuetan, oraindik generoa publikoa egin ez zutenean: *“Lehen ez neukan ezertarako motibaziorik en plan bizitzan , bizitza osoan eta orain gehiago dut”* (Egoitz).

Sentimendu hauek trans\* pertsonak kirol-jarduera fisiko eremuetan daudenean areagotzen dira, batez ere espazio ez seguruetan jarduten dutenean, hala nola egoera hauek , beldurra, estresa eta antsietatea eragiten dute, hau beste oztopo bat bilakatuz (Doan, 2010). Hau da, trans\* pertsona batek kirola-jarduera fisikoa egitean ongizate emozionala desorekatu dezakeen faktoreak bizitzen dituzte (Doan, 2010).

Kontuan hartzekoa da, populazio honek egunerokotasunean bizi duen diskriminazioaren ondorioz, ahozko jazarpenak, jazarpen fisikoak edo bestelako jazarpen motei beldurra izatea ohikoa dela (Ellis, McNeil eta Bailey, 2014).

Elkarrizketatuek beldur eta segurtasun falta egoerak behin baino gehiagotan izan dituzte hizpide:

*“Nik pentsatzen dudala ba hori... besteek pentsatzea ni gizonezkoen komun batean sartu behar naizela eta ni eroso osea bueno ni naizen moduan suposatzen da sartu beharko nintzela gizonezkoen komun batean baina beldur naz halako gauzak topatzea. [...] Beldurra da emakumezkoetik gizonezkora igarotzerakoan”* (aldagelez aldatzeko orduan) (Ander).

Egoitz eta Beñat kirola-jarduera fisiko testuingurutan gainontzeko pertsonak trans\* direla ez ohartzeko kezkarekin egoten dira edo noizbait egon dira, honek estresa suposatuz, konfiantza faltarekin batera.

Kirola-jarduera fisikoa egiteko arrazoiak galdetzean, Dutra eta kideekin (2019) bat etorritik, hiru elkarrizketatuek, osasuntsu egoteko egiten dutela esan zuten, hormonazioan dauden kasuan efektu sekundarioak murrizteko eta hiruren kasuan ongizate psikologiko, mentala eta afektiboa hobetzeko (Jones et al., 2018).

*“Niretzat kirolak beti izan du onura positiboak bai fisikoki eta baita psikologikoki. Nik bi hiru egun kirola egin gabe banago fisikoki nabaritzen dut “como que me siento gordo o que he dicho uf aquí algo...necesito desfogarme” orduan angustia hori badut kirola ez badut egiten hori ere psikologikoki eragina izango du, umore txarrarekin egongo naiz...edo tristeago...Kirolak alaitasunak ematen dizkit eta liberazio modukoa da eta hobeto sentiarazten nau. Horregatik nahiz eta esperientzi hauek izan kirol munduan nik kirolan beti gustura sentitu naiz, konforme, osea eragiten zizkidan eta dizkidan onurengatik.” (Ander).*

*“Nire ustez oso positiboa izan da kirola nire bizitzan... kirolak laguntzen zaitu zure osasun mentalarekin pila bat” (Egoitz).*

*“Pues principalmente porque psicológicamente lo necesito y luego porque como te he dicho antes si estoy sin hacer nada me sale una tripa y unas caderas que no me gustan nada, así que básicamente por eso, para que no me salgan tantas caderas y la tripa. Así que yo diría que para verme mejor y no tener tanta curva y también por salud mental.” (Beñat).*

López-Cañada eta kideek 2019an egindako ikerketarekin bat etorritik, hormonazio prozesuan dauden elkarrizketatuak bazekiten efektu sekundario fisiko eta psikologikoak orekatzeko lagungarria dela. Hauen kasuan ere, endokrinoak gomendatu zien bizi estilo osasuntsua eramatea, kirola-jarduera fisikoa eginez (Jones et al. 2018). Horrez gain, hormonazio prozesua hasteko pisu egokia izatea garrantzitsua izaten da (Jones et al., 2018).

*“Hormonen efektuak areagotzeko eta eragin handia izateko, beharrezkoa zela eta hobeagoa zela jarduera fisikoa egitea” (Egoitz).*

*“El endocrino me dijo que en este proceso era muy importante el ejercicio físico, porque si no podía llegar a coger mucho peso y la distribución de la grasa iba a ser muy diferente” (Beñat).*

Osasun egoera eta ongizatea mantentzeko helburuarekin trans\* pertsonen kirol-jarduera fisiko eremuak ekiditera eraman diezaieke, horrela hauetan bizi dituzten antsietatea, beldurra eta estresa ekidituko zuketena. Aldiz, populazio honek duen ongizatea mantentzeko beharra ikusita, fisikoa eta psikologikoa, kirola eta jarduera fisikoa ezinbesteko faktorea bilakatzen da.

## 5.2. FAKTORE INTERPERTSONALAK

### 5.2.1. FAMILIA ETA LAGUNAK

Familia eta lagunek trans\* pertsonen kirola-jarduera fisikoan duten parte-hartzean efektu positiboak zein negatiboak izan dezakete (Devís-Devís et al., 2015). Fredricks eta Eccles (2015) ikusi zuten gurasoak agente sozializatzailerik aipagarrienak zirela, seme-alaben bizitza aktiboa bultzatzeko. Hala izan da elkarrizketatutako pertsonetan, soilik faktore lagungarri bezala aipatuz. Lagunak eta familia eta haien babesak faktore erabakigarriak izan daitezke, kirola-jarduera fisikoan kolektiboaren inklusioa sustatzeko (López-Cañada et al., 2019). Hiru kasuetan familia eta lagunak harrera ona izan zuten eta gainerako eragileen babes soziala ere bai (Devís-Devís et al., 2015).

*“Gero nire gurasoak asko izan dira mendira joatekoak edo igerilekura... Ba nire gurasoek beti esan dute “que fue como nacer con un balón en los pies” osea gustuko izan nuen baloia txikitatik” (Ander).*

*“Izan zen pixka bat ingurunea, zeren, nire aita, adibidez, txikitatik egon gara mendira joaten, tenisean edo futbolean jolasten, osea, denbora guztian kirola egiten, ta gero ba, saski baloian hasi nintzen nire lagunak zeudelako hor” (Egoitz).*

*“Pues mis padres toda la vida me han metido en actividades extraescolares, ya sea natación, tenis, baloncesto... También hice crossfit en el gimnasio de mi hermano... sí que es verdad que mi hermano siempre me ha animado y me ha apoyado siempre” (Beñat).*

Ikerlan honetako transek\* ingurune hurbilekoen babesaren garrantzia eta eragina indartu dituzte, baina, agian, aztertu beharko litzateke ea hurbilenekoen babesik ez duten edo sozialki hain lagunduta ez dauden pertsonetan esperientziak ildo berean doazen, esanguratsua baita kirol-jarduera fisiko esparruan txertatzeko, eta baita gizarte sistema orokorrean ere.

### 5.2.2. GAINERAKO KIROL AGENTEEN ROLA

Klubak, teknikoak, kirol-jarduera fisiko profesionalak eta kirol instalakuntzetan lan egiten duten pertsonen paper garrantzitsua jokatzeko kirol instalakuntza edo jardueretan trans\* pertsonen inklusioa sustatzeko (Jones et al., 2017). Transak\* ondo sentiarazteko hauen artean sentsibilizazioa, eta empatia nabaritu behar da (López-Cañada, 2019). Horrela izan zen Egoitz eta Beñaten kasuan, gimnasioan hasi erabaki zutenean. Berdin Anderrek taldean bere generoa publikoan egin zuenean eta Beñat arraunean zegoenean.

*“(En el gimnasio) no he tenido ninguna barrera, simplemente le comenté al entrenador personal que soy trans para que supiese que entrenamiento me viene mejor y lo acogió muy bien...pero no hubo ningún problema a la hora de aceptarme” (Beñat).*

*“Joan naizen gimnasioetara ba ez zidaten inolako arazorik jarri, gainera esan zidaten nahi banuela erabili ahal nuela beraiek zuten aldagela bat aparte” (Egoitz).*

Trans\* pertsonentzat oso garrantzitsua da haien inguruko pertsonen onarpena eta babesa izatea, haiek inguru horretan seguru eta konfiantza sentitzeko, modu horretan jarduerarekin jarraitzea eta horretan inklusioa lortzea posiblea izango da. Konkretuki hau gertatzen zaio Anderri, orain dagoen taldean txertatuta eta onartuta sentitzen dena (direktibarekin ere), eta ondorioz kategoria maskulinora pasa nahi ez duenak:

*“Futbolean espero nuena baino harrera hobea izan zen, ez nuen espero behin ofizialki egin nuenean talde osoaren aurrean ez nuen espero danak altxatzea eta besarkada batean biltzea. Niretzako hori garrantzitsua izan zen ba momentu hortan nire talde osoaren onarpena eta laguntza edo babes hori izan nuelako lehenengo momentutik eta baita gizonezkoa izanda, entrenatzailearen onarpena izatea bff fue la ostia. [...] Taldean “elle” moduko pronombreak sartzen hasi ziren eta momentu oro daude ni eroso sentitu nahian” (Ander).*

Aldiz, Hargie eta kideen ustetan (2015) giza baliabideen (irakasleak, begiraleak, kirol instalakuntzen administratzaileak...) ezjakintasunak eta sentsibilizazio falta ere oztopoa bilakatzen da. Hala izan zen Beñaten kasuan, adibidez, arrauneko entrenatzailearen jarrerak bere jokaera edo lehiatzeko nahia oztopatzen zuela adieraztean, taldekideekin gertatu ez zitzaion moduan.

*“No, no competía, simplemente iba a entrenar, a mi entrenador no le hacía mucha gracia que yo compitiese porque como era trans y me estaba hormonando y tal...” (Beñat).*

Ander eta Egoitz, trans\* izateagatik taldetik kanporatuak izan diren ezagunak dituzte: *“Nik ezagutzen dut mutil bat bere taldetik bota zutela trans izateagatik eta esan zioten ia ezin zuela hor jokatu” (Egoitz).*

Ander duela gutxi egoera oso deseroso baten aurrean aurkitu zen, Hargie eta kideek (2015) aipatzen duten kirol-jarduera fisiko arloko profesionalen formakuntza faltagatik. Azterketa medikuan izan zen eta profesional hauen ezjakintasun eta sentsibilizazio faltagatik, lagundu nahian, egoera deserosoago bat eragin zuten, Anderrek bere genero identitatearen inguruan azalpenak emateko beharra sentitu zuen punturaino.

Elkarrizketatuen ahotsean adierazten den moduan, beti ez da erraza izan onarpena eta estigmatizaziorik lortzea kirol munduan, bereziki, trukean aritu diren pertsona ezberdinei dagokionez. Hori dela eta, genero-sistema sakonean aztertu, bertan dauden desorekak identifikatu eta formazio egokia sustatzea funtsezkoa litzateke egoera deserosoei aurre egin eta edozein pertsonaren, dauzkan ezaugarriak izanik ere, inklusioa sustatzeko.

### 5.3. TESTUINGURUKO FAKTOREAK

#### 5.3.1. ESPAZIOAK

Green (2004) esandakoa berrai patuz kolektibo honen beldur nagusietako bat, gainontzekoek haien generoa ez denarekin aitortuak izatea da. Arazoa dator, bereziki, populazio honen duintasuna eta ongizatea babestu ezin denean eta hau da kirol-jarduera fisikoarekin lotutako hainbat espaziotan gertatzen dena. Trans\* pertsonentzat kirol eta jarduera fisiko eremu ez seguruak ugari dira, hala nola, aldagelak eta dutxak (López-Cañada et al., 2019; Jones et al., 2017).

Doanek (2010), horrelako espazioetan trans\* pertsonen izandako esperientziak entzutea eta esperientziei ahotza ematearen garrantzia azpimarratzen du, genero tiraniak sortutako horrekin amaitzeko helburuarekin, aldagelak eta horien inguruan dauden norma sozialak aipatzean. Trans\* pertsona gehienentzat espazio oso deserosoak eta ez-seguruak dira, gehien bat "pasatzea" lortu ez dutenentzat (Elling-Machartzki, 2017). Azken finean, aldagelen eta dutxen kasuan, kirolak duen azpiegitura binario hegemonikoa eta normatiboa jarraitzen dute, aldagela bakoitzari, genero bakoitzari, ezaugarri batzuk esleituz, genero estereotipoak, eta hortik kanpo dauden pertsona guztiei espazio ez seguruak suertatuz (Jones et al., 2017). Gainera, hainbat kasutan estresa eta antsietatea sorrazten die beste pertsonen bere genero adierazpenarekin bat ez datozen ezaugarri fisikoak ikusteak, gehienbat, oraindik generoa publikoa egin ez denean (Jones et al., 2017). Zenbaitetan, ezaugarri fisikoak aldagelaren generoaren ezaugarri fisikoekin bat datoz baina genero adierazpena edo identitatea ez, eta beste batzuetan, genero adierazpena edo identitatea aldagelaren generoarekin bat dator baina aldiz ezaugarri fisikoak ez. Horregatik, trans\* pertsonak ez dira eroso sentitzen azpiegitura binario hauetan, erdian sentitzen dira eta beti besteen ebaluazioaren menpe. Honek, gainontzeko pertsonen erreakzio txarrak eragin ditzake, jazarpen, komentario edo biolentzia sinbolikora helduz (Pérez-Samaniego et al., 2018).

Elkarrizketatuen kasuan ere, oztopo nagusia espazioak eta hauetako generoaren antolaketa zen. Oztopo handiena aldagelatan, dutxa eta komunetan dago, hirurek trans\* pertsonentzat espazio ez-seguru bezala hartzen baitituzte (Hargie et al., 2015).

*“Instalazioak aldatzeko gauza bat da... sartzea gizonezkoen komunera eta bakarrik egotea como digo yo el meadero de tios el de mear de pie y ya está, niretzako oztopoak horiek dira besteek pentsatzea ni gizonezkoen komunean sartu behar naizela eta ni horietan eroso ez sentitzea, suposatzen da sartu beharko nintzela gizonezkoen komunean baina beldur naiz halako gauzak topatzea... Instalazioetan gehien bat da nola ikusiko nauten gainerakoak... Jaso ditudan ba hori komentarioak edo, gutxienekoak dira baina niretzat esanguratsuak dira... emakumezko bat etortzea eta esatea “qué no entras ahí qué pasa que está sucio” eta ni azalpenik ez emotearren “sí sí está sucio por eso voy a esperar al de chicas”... (Ander).*

Espazio hauetan senti dezaketen segurtasun ezak lotura zuzena du gainerako pertsonen begiradarekin eta bakarren batek eraso egiteko beldurra sentitzeraino hel daiteke, zergatik eta espazio horietan ezarrita dagoen banaketa binarioarekin bat ez egite soilagatik:

*“Pues principalmente el tema de los vestuarios, es que es complicado para las personas trans decidir que vestuario, es que ninguno es un espacio seguro, siempre puede haber miradas, juicios... que me acuerdo una vez en un vestuario, yo todavía ni siquiera estaba hormonándome, entré al vestuario de chicas y después entro una madre con su hija, y al entrar dijo “ay! Me he equivocado!” y salieron afuera, miraron en letrero y vieron que era el baño de chicas, entonces volvieron a entrar y me vino la mujer y me dijo que ese no era el vestuario de chicos que me había equivocado... y le dije “mira tengo tetas!” jajaj “ (Beñat).*

*“(Son espacios seguros?) No, yo creo que no, al final estás sujeto a qué pueda decir la gente, que al final cada uno está a lo suyo pero bueno, pero no te sientes del todo libre, imagínate entrar y que haya 3 chicos de los de unga unga unga... jajaj” (Beñat).*

*“Aldagelen inguruan ba horrek baita mugatu nau eta ez dakit, esan dut bua eske igual ezin dut” (Egoitz).*

Anderren kasuan, Hargie eta kideek (2015) ateratako ondorioarekin bat etorriz, emakumezkoen aldagelak, komunak eta dutxak erabiltzen ditu, “jaiotzeko sexuaren” aldagelak erabiltzen baititu, bere identitatea alde batera utziz eta ezaugarri anatomikoen baitan erabilera moldatuz, segurtasun arrazoiengatik.

*“ “eh no, que este es el vestuario de chicas!”, agian da kontraesana baina, alde batetik iuju! Porque me han identificado como lo que soy, chico, baina bestaldetik da pfff osea gura dut sartzea honengatik no tengo que darte toda la explicacion... askotan, buelta ematen dut eta “ah vale! Que eres mujer...” y ya es como ayyyyysss. Baina bueno, da kontraesana, dira ba esaldi hauek, mingarriak direnak, pixkat, baina bueno hori, nik kontuan hartzen dut nahigabe egiten direzela” (Ander).*

Egoitzek, Hargie eta kideek (2015) aurkeztutako beste oztopo batekin bat etorriz, gimnasioan ez ditu emakumezkoen ezta gizonezkoen aldagelak erabiltzen, “erdian” sentitzearen ondorioz.

*“Sartzen hasi nintzen aniztasun funtzionala duten pertsonen aldageletan bai, sartu nintzen hor zeren beldurra nuen, azkenean zen ba ez nintzen ondo sentitzen emakumen aldageletan zeren ez zuen inongo zentsurik nik hor egote baina baita ez dakit beldurra nuen gizonen aldageletan sartzea, horregatik beti sartzen naiz hor” (Egoitz).*

Beñatek aldiz, nahiz eta espazio ez seguru bezala hartu, gimnasioan gizonezkoen aldagela eta dutxak erabiltzen ditu. Jones eta kideekin (2017) bat etorriz, aldagela eta dutxetan dagoen pribatutasun faltagatik, momentu oro, aldagela horren generoarekin bat ez datozen genitalak ezkututzen saiatzen da, estres egoerak biziz.

*“Aprovecho a ir cuando veo que no ha entrado mucha gente y si al entrar veo que hay gente duchándose pues hago como que estoy haciendo cosas para no entrar a las duchas porque obviamente las duchas son todas juntas...Entonces hago como que estoy mirando el móvil o ordenando cosas y cuando se vacía entro, y claro me pongo de cara a la pared básicamente para que no vean lo que tengo, y al acabar pues directamente me pongo la toalla y como al entrar con la toalla por la cintura” (Beñat).*

Egoera hauen aurrean esku hartzeko estrategiak proposatzea oinarrizkoa da kirol espazioetan. Horren inguruan hausnartzean, elkarrizketatuak aldagela mistoen aldekoak ziren, hauen barruan kubikuluak eraikiz (Hargie et al., 2015). Hauek eraldaketa bat behar zutela aipatu zuten, segregazio binarioarekin amaitzeko (Jones et al., 2017).

*“Instalazioak aldatzeko gauza bat da... Baina kolektiboarentzako ba esan dudana, sortu behar dira ba, aldagela mistoak, Frantzia hainbat lekutan badaude, dutxak be kabinekin bereztuta daudela, dutxak bereztuta eta hor soilik pertsona bat sartzea. Zer zailtasun daude horrelako aldagelak eratzeko?.. Dirua?.” (Ander).*

Beñat aldiz, bera aldagela komunen aldekoa da, baina oraindik gizartea ez dagoela prest iruditzen zaio, eta gehiegikeriaren arazoa aipatzen du, Hargie eta kideekin (2015) bat etorriz.

*“Sería lo mejor, pero dentro de estos habiendo cabinas aunque hay mucha gente que dice que sería un desastre porque dicen que los hombres ensucian mucho, y con todo el tema de las violaciones y tal... no sé, yo creo que la sociedad no está todavía preparada para unos baños comunes...el día en el que la gente respete y tolere entonces sí, pero ahora mismo...” (Beñat).*

Aldagela, komun eta dutxak eta hauen eraldaketarako beharra alde batera utziz, kalea ere espazio ez segurua bilaka daiteke (Hargie et al., 2015). Dena den, elkarrizketatuetako batek aurkako pertzepzioa adierazi zuen: *“Y lo que he dicho antes, quizás los espacios más cerrados yo no los considero tan seguros, al revés en la calle tal vez al pasar más desapercibido pues puede llegar a ser más seguro”* (Beñat).

Egoitzek ez zuen egin bereizketarik trans\* pertsonak bestelako pertsonekin erlazionatzerakoan, jada eremu ez segurua batean aurki daitezkeelako, generoa gorpuzteko askatasuna mugatuta gera daitezkeelako, kolektiboak bizi duen bazterketa sozialagatik (Hargie et al., 2015). Aldiz, aipatu zuen, lehenago kalera korrika egitera irtetzean bularrak nabaritzeak kezkatzen zuela: *“Daukazu arrisku berdina ateratzen bazara paseo bat ematera, ez dut zertan erlazioa ikusten”* (Egoitz).

Anderrek, segurtasuna lehiaketan norekin aritu aintzat hartzearekin ere otu zuen. Kategoria femeninoan jokatzeko duen gizonezko moduan, gizonezko kategoria ez du berarentzat espazio segurua bezala hartzen, horregatik emakumezkoekin futbolekoan jokatzeko jarraitu nahi du. Caudwellek (2014) aurkeztutakoarekin bat etorritik, gizonezko trans\* batzuen kasuan ez dute gizonezko kategorian jokatu nahi, kirol maskulinitateak beldurgarriak eta arriskutsuak direlako. Gainera, Jones eta kideekin (2017) bat etorritik, tamaina, indarra eta jokatzeko eragatik trans\* gizonezko batentzat arriskutsua izan daiteke: *“...nik betidanik jokatu izan dut emakumezkoen kategoria batean nire gaitasunak emakumezko kategoria batekoak dira batez ere, orduan gizonezkoetan ikusi izan dut zer nolako gaitasunak dituzten edo nola jokatzeko duten eta ez dut gustuko, ez naiz hor ikusten.”* (Ander).

Anderrek, ordea, kategoria aldaketa hormonazio prozesuarekin ere lotu zuen, kasu horretan, agian, segurtasun eza beste era batera bizi lezakeela adieraziz:

*“Nik aldaketa bat izan badut, osea fisikoki ba ahots grabeagoa dekodala, gainera, bizarra atera zaidala, ez dekodala bularririk...ba azken finean ezaugarri hauek baldin baditut, eta gizonezko baten antzerakoa edo gizonezko baten moduan irakurria banaiz, ba orduan bai erosotasuna emango zidan. Baina, orain momentu honetan, gizonezkoen talde batera pasatzea...ez zen izango segurua...”* (Ander).

Beñaten kasuari dagokionez, arraunean ez lehiatzeko arrazoia, publikoki gehiago ez adieraztea izan zitekeen. Askotan trans\* pertsonak kirol lehiakorrek ekiditen dituzte, kasu askotan estruktura binarioaren estereotipoekin bat ez datozelako (Elling-Machartzki, 2017): *“Bastante esfuerzo estaba haciendo ya con entrenar allí y exponiéndome...la verdad que no*



*me apetecía federarme y competir y tener que compartir vestuario con más gente, no me apetecía” (Beñat).*

Igerilekuari dagokionez, Elling-Machartzkirekin (2017) bat etorri, hauek espazio ez seguruak izaten dira trans\* pertsonentzako, beren gorputz biluziak eta bustiak agerian geratzen direlako: *“Eske niri asko gustatzen zait igeri egitea eta igerilekura joatea, eta daramat 4 urte joan gabe, ta ordun ba zeren eta justu esan baino lehen utzi nuen igeri egiteari, zeren beldurra nion eta nire bularrak ikusten ziren...ta holako arazoak” (Egoitz).*

Igerilekuaren kasuan, erraz ikus daiteke nola segurtasun ezaren ondorioz, gustuko duten jarduera bati uko egitea eragin dezakeen.

Elkarrizketetan espazio seguru bezala kirol-jarduera fisikoan transen\* inklusioa sustatzeko, trans\* edo LGBT+ kolektiboarentzat eskusiboak ziren taldeak eta ligak aipatu ziren. Kirol mistoa ere planteatu zen, gaitasun mailaren arabera antolatutakoak.

*“Trans pertsonen taldeak sortzea...ez dut egokia ikusten baina justuena izango litzateke gainerako pertsonentzat.” (Ander).*

(Kirol mistoa) *“Nire ustez oso ona izango litzateke jende askorentzat zeren gainera aurriritzi asko aldatuko ziren hori lehen esan dudana emakumeen ahultasun eta horrelakoak aldatuko ziren eta oso utopikoa da baina oso ideia ona nire ustez” (Egoitz).*

*“Pero separados hombres y mujeres tampoco, no sé, se podría categorizar de otra forma, pues por capacidad o por nivel de fuerza...” (Beñat).*

Dena den, denak ez zetozen bat egoera horiek lagungarri izango zitzaizkien ala ez adieraztean. Adibidez, Beñatek talde berezitu bezala antolatzea desegokia iruditzen zaiola adierazi zuen eta horregatik aipatu zuen gaitasunena, agian, izan daitekeela irtenbide posibleetako bat. Egoitzek ere, ez zuen guztiz egoki bezala ikusten:

*“Trans talde bat egitea ba ez dakit, hori ideia ona iruditzen zait bultzatzeko baina ez zait egokia iruditzen konkretuki transena...esaten dizute “bua qué guay”... baina zaude como...segregatzen, bakarrik da...jende guztia onartzea gehiago eta ez segregatzea bakarrik pertsona transak. Gertatzen da berdina komunekin, esatea: nesken komuna, mutilen komuna eta transen komunak ba eske horrek ez du inongo zentsurik” (Egoitz).*

Ilido honekin amaitzeko, lesbianentzako bideratutako ligetan trans\* inklusioa emateko oraindik ere ligak eta pertsonen ikuspegiak eraldatu behar direla ikusi zen, queer mugimendu baterantz bultzatuz (Travers, 2006). Hau da, LGBT+ kolektiborako bideratutako liga edo

taldeetan trans\* pertsonen eskusioa ere eman ohi da, beraz, bide luzea dago ikerketetan sakontzeko.

### 5.3.2. HEZIKETA FISIKOA

Trans\* pertsonen heziketa fisikoko irakasgai izandako esperientziak, askotan aurrerantzean eta helduaroan jardura fisikoa eta kirola praktikatzeko oztopo bat bilakatzen dira. Maiz, esperientzia txarrak izaten dira, saioetan ematen den sexu-genero segregazio eta taldekatzeen ondorioz, populazio hau jardueratik kanpo geratzen da, baztertua, hauek identifikatzen diren generoarekin partehartu ezinik, “arraroak” balira bezala. Gainera, maskulinitate hegemonikoak irakasgai honetan, “gizarte kontrolerako mekanismo” bezala jarduten du. Hau da, jardura fisikoko irakasgia ezin da trans\* pertsonentzat espazio seguru bezala hartu, ez direlako libre sentitzen haien generoa bizitzeko, frustrazioa eta antsietatea sortuz (Devís-Devís et al., 2017).

Halakoa izan ziren Ander eta Beñaten esperientziak. Anderrek irakaslearen garrantzia azpimarratzen du (Sykes, 2011).

*“Baina nabaritu ditut nire klasekideekin, bazterketa horiek egiten zirela...edo azkeneko txandan hautatuak zirela taldeak egiterakoan ba normalean emakumezkoak eta “las más torpes” hori bai eta heziketa fisikoan ere irakaslearen partez...batez ere bigarren hezkuntzan izan nuen irakaslearen partes...”comentarios que estaban fuera de lugar” (Ander).*

Bereizketa eta bazterketa kasu horietako zenbait, gainera, muturreko egoerara irits litezke, Beñatek bizitakoari erreparatuz, adibidez, ikastetxeko jazarpena bizi izan zuen:

*“Ahí sí que era diferente, estaban las chicas por un lado y los chicos por otro jugando a fútbol o lo que sea, era horrible, ahí sí que lo pasé mal. Sí que es cierto que en \*\*\*\*\* me hicieron mucho bullying...ee porque yo siempre intentaba jugar con los chicos y los chicos me decían que no, que era chica, luego me decían como que siiii...luego las chicas me decían pero es que eso es de chico es que eso es de tal y al final recibí mucho bullying con ese tema, es que en \*\*\*\*\* era distinción total de chicos con chicos y chicas con chicas.” (Beñat).*

Devís-Devís eta kideek (2017) esandakoaren kontra, ordea, Beñatek institutuan esperientzia onak izan zituen heziketa fisikoko irakasgaiari:

*“En el instituto no he vivido mucho eso...en mi clase había muy buen rollo y éramos una piña, sí que había momentos para estar más en grupitos pero, no he tenido nunca esa sensación de que estuviésemos divididos, siempre hemos sido un grupo los de mi clase...”(Beñat).*

Ander eta Egoitzek izandako esperientzia txarrek euren esanetan ez zuten zerikusirik trans\* izatearekin, edo behintzat horrela adierazi zuten, sozializazioarekin baizik. Horregatik, ez dituzte heziketa fisikoko esperientziak euren bizitzan beranduago izandako kirol-jarduera fisiko azturen mugatzaile moduan bizi:

*“Gustuko nuen irakasgaia izan zen, bai lehenengo hezkuntzan zein bigarren hezkuntzan orduan niretzat oso garrantzitsua izan da, bertan ere esperientzia asko izan nituen, ba lehen komentatzen nuena, ba lagunekin zailtasunak eta nahiz eta esperientzia horiek izan kirola egiteari ez dut utzi.” (Ander).*

Heziketa fisikoa pertsona hauen etorkizuneko parte-hartzean eta baita osasunean ere duen erabakigarritasuna ikusita, eraldatu behar dela argi dago. Sykesek (2011) queer gorputzak sustatzea proposatzen du, heziketa fisikoko kontrola duten horiei boterea kentzeko, inklusioa emateko eta heziketa fisikoko espazioen deskolonizazioa emateko helburuarekin.

## 6. ONDORIOAK

Lan honen helburua trans\* pertsonen kirol-jarduera fisiko munduan bizi izandako errealitateak ezagutzea izan da, kirola eta jarduera fisikoa egiteko dituzten oztopoak eta motibazioak identifikatu ahal izateko. Elkarrizketa erdi-egituratuari esker, helburu hau lortu da. Aitortutako esperientziekin, euren ahotsen bidez haien errealitateko egoerak (bir)sortu edo eraldatzeko beharra agertzen da.

Lan honen ondorio nagusia da, gizartean inposatutako zisheteronormatibitatea kirol-jarduera fisiko esparruan islatzen dela. Honen adibide, kirol-jarduera fisiko arloan ematen den sexu-genero segregazioa eta normatibitatearen barruan agertzen diren bi generoei esleitutako estereotipoak agertzen dira. Honako ezaugarri hauek, gizarte arauetatik at dauden pertsonen eskklusioa bultzatzen dute, hala nola trans\* pertsonen eskklusioa.

Trans\* pertsonen kirola eta jarduera fisikoa egiteko dituzten oztopoak eta motibazioak aztertzerakoan, ia faktore guztien kasuan, oztopoak diren bitartean faktore motibatzaileak ere izan daitezkeela ikusi da, hau da, faktore guztiak une oro elkarrekintzan daudela.

Oztopo nagusienetarikoa bat gorputz itxura da eta honen baitan dagoen norberaren satisfakzio maila eta *passing*-a. Norberak bere buruarekiko duen satisfakzio maila gero eta baxuagoa izan, autoestimua eta autokonfidantza baxuagoak izango dira, ondorioz, jardueretan izango den parte-hartzea eta publikoki adierazteko nahia baxuagoa izango da, gainontzeko pertsonen trans\* nortasunaz ohartzeko beldurreratik. Aldiz, ikusi da kirola eta

jarduera fisikoa trans\* pertsonen bilatzen dituzten aldaketa fisikoak eskuratzeko motibazioa dela, kontrako efektua eraginez eta parte-hartzea areagotzen.

Hala gertatzen da, hormonazio prozesuarekin. Gehienetan, trans\* pertsonen desira horrelako prozesuak hastea da, gorputz itxura aldatzeko. Prozesu honetan, kirola eta jarduera fisikoa aldaketa fisikoak nabariagoak izateko lagungarria da, eta baita efektu negatiboak murrizteko ere. Aldiz, kirola praktikatzeko dutenentzako, kirol segregazio politikak eta estruktura binarioak hormonatzen ari direnen parte-hartzea oztopa ditzakete.

Kirolean ematen den segregazioa kirol-jarduera fisiko instalakuntzetan ere islatzen da, trans\* pertsonen oztoko nagusietako bat bilakatuz. Eremita esanguratsuenak, komunak, aldagelak eta dutxak dira, antsietatea, beldurra eta estresa suposatzen dutenak, momentu oro besteen ebaluazioaren menpe egon behar izateagatik. Horrela gertatzen da beste hainbat kirol-jarduera fisiko eremuekin, espazio ez seguruetan. Aldi berean, parte-hartzaileek kirol-jarduera fisikoa haien bizitzetan behar dutela eta ezinbestekoa dela onartu dute.

Espazio seguruak ere motibazio bezala jardun dezakete, hauetan familia, lagun eta gainerako kirol agenteen babes soziala, errespetua eta tolerantzia ematen denean.

Heziketa fisikoan izandako esperientzia txarrak ere etorkizunean kirola eta jarduera fisikoa praktikatzeko oztopoa izan daiteke kasu askotan, aldiz, elkarrizketatuen artean ez da halakorik izan, helduaroan izandako parte-hartzea mugatu ez duelako.

Ateratako ondorioak ikusita, kirol-jarduera fisiko esparrua trans\* inklusiboa izateko oraindik ere hainbat faktore eraldatu behar dira, hala nola hain finkatuta dagoen estruktura binarioa eta honek dakartzan estereotipoak (espazioetan, kirol lehiakorren...). Arlo honetako profesional bezala, kirol-jarduera fisikoak kolektibo honen bizi kalitatean izan dezakeen onurak eta garrantzia ezagututa, gure helburua kirol-jarduera fisiko eremua hauentzat espazio seguru bihurtzea izan beharko litzateke. Eta ez soilik dakartzan onurengatik, baizik eta munduan pertsona adina errealitate daudelako, kirol-jarduera fisiko esparrua eremu anitzago eta toleranteago baterantz bideratzea guztiontzat onuragarria litzatekeelako.

Ikerketa hau hainbat muga ditu. Alde batetik, parte hartzaile gutxi lortu dira, parte-hartzaileak aurkitzea ez delako erraza izan, ondorioz ezin dira emaitzak orokortu ezta ikerketa zabalagoekin konparatu. Bestalde, lagina hiru gizonezko osatuta dago, trans\* emakumezkoen errealitatea aztertu barik, desberdina izan daitekeena. Gainera, horrelako ikerketetan kultura eta politikak paper garrantzitsua izan ditzakete, lurralde ezberdinetan ondorio desberdinak eraginez. Honako ikerketa hau Euskal Herri mailara mugatzen da.

Oraindik, oso beharrezkoak diren etorkizuneko ikerketarako, ikerketa zabalagoak eta testuinguru ezberdinak aztertzea interesgarria izango litzateke, pertsonen egoera sozioekonomikoa kontuan hartu eta intersekzionala den ikuspegi bat erabiliz, trans\* pertsona izateaz gain pertsona berean beste zaugarritasun baldintza batzuk elkarrekintzan egoteak izan dezakeen eragina ezagutzeko.

## 6.1. APLIKAZIO PRAKTIKOAK

Ikerlan honetan oinarrituz, trans\* pertsonen eta genero estereotipoetatik kanpo dauden pertsonen bazterketa ekiditeko hainbat aplikazio praktiko proposatzen dira:

- Eredu mistoa planteatzea, bai espazio eta instalakuntzen arloan eta baita kirolean ere (gaitasunen arabera antolatutakoa, adibidez).
- Aldagela eta dutxetan pribatutasuna bermatzea, kubikuluekin, mistoak izanda.
- Irakasle, profesional eta kirol arloko agente sozialen heziketa genero aniztasunaren inguruan, sentsibilizazio programak eskainiz.
- Heziketa fisikoko irakasgaien “neutroagoak” diren jarduera eta kirolak lantzea.
- Genero estereotipoak ekidin, pertsonalitate anitzak ez mugatu.
- Kirol-jarduera fisiko eremua pertsonalitate anitzentzako eremu bezala eraikitzea, genero adierazpen askatasuna bermatuz.
- Errespetua eta tolerantzia sustatu.
- Trantsizio prozesuko egoera desberdinak eskuragarriagoak izatea.
- Trans\* errealitateei ahotsa eta hedabidetan espazioa ematea.
- Errepresentazioa bultzatzea, ikusgarritasun emanez.

## 7. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOA

- Boletín Oficial del Estado. (2021). Proposición de Ley para la igualdad real y efectiva de las personas trans. *Boletín Oficial de las Cortes Generales*, nº 65, 156-1, 1.
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Barcelona: Anagrama.
- Bourgeois, A. L., Auriche, P., Palmaro, A., Montastruc, J. L., eta Bagheri, H. (2016). Risk of hormone therapy in transgender people: Literature review and data from the French Database of Pharmacovigilance. *Annales d'Endocrinologie*, 77(1), 14–21. doi:10.1016/j.ando.2015.12.001
- Butler, J. (1990). *Gender trouble. Feminism and the subversion of identity*. New York: Routledge.
- Cabral, M. (2009). "Asterisco" in Cabral, Mauro (arg.) Interdicciones. Escrituras de la intersexualidad en castellano. Córdoba: Anarrés Editorial.
- Casal, J., eta Mateu, E. (2003). "Tipos de muestreo". *Epidem*, 1(1), 3-7.
- Caudwell, J. (2014). [Transgender] young men: Gendered subjectivities and the physically active body. *Sport, Education and Society* 19(4): 398–414.
- Coll-Planas, G. (2009) La voluntad y el deseo. Construcciones discursivas del género y la sexualidad: el caso de trans, gays y lesbianas. Bartzelonako Unibertsitate Autonomoko doktorego-tesia. Hemen eskura daiteke:  
<http://www.bdigital.unal.edu.co/54578/1/GerardCollPlanas2009.pdf>
- Coll-Planas, G. (2010). *La voluntad y el deseo. La construcción social del género y la sexualidad: el caso de lesbianas, gays y trans*. Madrid-Barcelona: Egales
- Coll-Planas, G., eta Missé, M. (2015). "La identidad en disputa: conflictos alrededor de la construcción de la transexualidad". *Papers. Revista de Sociologia*, 100(1), 35-52.
- D'Ángelo, C., eta Tamburrini, C. (2013). Las atletas intersexuales y la equidad de género: ¿Son sexistas las normas del COI? *Archivos de Medicina del Deporte*, 30(2), 102-107.

- De Moor, M. H. M., Beem, A. L., Stubbe, J. H., Boomsma, D. I., eta De Geus, E. J. C. (2006). Regular exercise, anxiety, depression and personality: A population-based study. *Preventive Medicine*, 42(4), 273-279. doi:10.1016/j.ypmed.2005.12.002
- Devís-Devís, J., Beltrán-Carrillo, V.J., eta Peiró-Velert, C. (2015). Exploring socio-ecological factors influencing active and inactive Spanish students in years 12 and 13. *Sport, Education and Society* 20(3), 361-380.
- Devís-Devís, J., Pereira-García, S., López-Cañada, E., Pérez-Samaniego, V., eta Fuentes-Miguel, J. (2017). Looking back into trans persons' experiences in heteronormative secondary physical education contexts. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(1), 103–116. doi:10.1080/17408989.2017.1341477
- Doan, P. L. (2010). The tyranny of gendered spaces—reflections from beyond the gender dichotomy. *Gender, Place and Culture*, 17(5), 635-654.
- Dutra, E., Lee, J., Torbati, T., Garcia, M., Merz, C. N. B., eta Shufelt, C. (2019). Cardiovascular Implications of Gender-Affirming Hormone Treatment in the Transgender Population. *Maturitas*. doi:10.1016/j.maturitas.2019.08.010
- Elling-Machartzki, A. (2017). Extraordinary body-self narratives: Sport and physical activity in the lives of transgender people. *Leisure Studies* 36(2): 256–268.
- Ellis, S. J., McNeil, J., eta Bailey, L. (2014). Gender, stage of transition and situational avoidance: a UK study of trans people's experiences. *Sexual and Relationship Therapy*, 29(3), 351–364. doi:10.1080/14681994.2014.902925
- Fausto-Sterling, A. (1993). The Five Sexes: Why Male and Female Are Not Enough. *The Sciences*. pp. 20-24.
- Flick, U. (2007) *Introducción a la investigación cualitativa*. 2.ª edición. Madrid: Ediciones Morata.
- Fredricks, J.A., eta Eccles, J.S. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 27(1): 3–31.
- Giles-Corti, B., Timperio, A., Bull, F., eta Pikora, T. (2005). Understanding Physical Activity Environmental Correlates: Increased Specificity for Ecological Models. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 33(4), 175–181. doi:10.1097/00003677-200510000-00005

- Granados, S. H. B., eta Cuéllar, Á M. U. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: Una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista De Ciencias Sociales*, (25), 141-160. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369972>
- Grossman, A. H., eta D'Augelli, A. R. (2007). Transgender Youth and Life-Threatening Behaviors. Suicide and Life-Threatening Behavior. *The American Association of Suicidology* 37(5), 527–537. doi:10.1521/suli.2007.37.5.527
- Hargie, O. D., Mitchell, D. H., eta Somerville, I. J. (2015). “People have a knack of making you feel excluded if they catch on to your difference”: Transgender experiences of exclusion in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(2), 223–239. doi:10.1177/1012690215583283
- Heggie, V. (2010). Testing sex and gender in sports; reinventing, reimagining and reconstructing histories. *Endeavour*, 34(4), 157-163. doi:10.1016/j.endeavour.2010.09.005
- Hercher, L. (2010). Gender verification: A term whose time has come and gone. *Journal of Genetic Counselors*, 19(6), 551-553.
- Herrera Gómez, C. (2011). *Más allá de las etiquetas. Mujeres, hombres y trans*. Bizkaia: Txalaparta.
- Jones BA, Haycraft E, Bouman WP, eta Arcelus, J. (2018). The levels and predictors of physical activity engagement within the treatment-seeking transgender population: A matched control study. *Journal of Physical Activity and Health* 15(2): 99–107.
- Jones, B. A., Acerlus, J., Bouman, W. P., eta Haycraft, E. (2016). Sport and transgender people: a systematic review of the literature relating to sport participation and competitive sport policies. *Sports Medicine*, 47(4), 701-716.
- Jones, B. A., Haycraft, E., Bouman, W. P., eta Arcelus, J. (2017). Barriers and facilitators of physical activity and sport participation among young transgender adults who are medically transitioning. *International Journal of Transgenderism* 18(2): 227–238.
- Kettley-Linsell, H. (2020). Sex, gender, and sexuality in sport: queer inquiries. *Sport, Education and Society*, 25(2), 242–245. doi:10.1080/13573322.2019.1708138



La Vanguardia. (2020). Federación Catalana de Natación levanta su veto a la niña transexual, que sí competirá en categoría femenina. Hemendik berreskuratuta: <https://www.lavanguardia.com/vida/20200305/473979569582/catalunya-la-federacion-catalana-levanta-su-veto-a-la-nina-transexual-que-si-competira-en-categoria-femenina.html>

Ley 3/2007, de 15 de marzo, reguladora de la rectificación registral de la mención relativa al sexo de las personas. Boletín Oficial del Estado, 65: 11251-11253.

López-Cañada, E., Devís-Devís, J., Pereira-García, S., eta Pérez-Samaniego, V. (2019). Socio-ecological analysis of trans people's participation in physical activity and sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 101269021988717. doi:10.1177/1012690219887174

López-Cañada, E., Devís-Devís, J., Valencia-Peris, A., Pereira-García, S., Fuentes-Miguel, J., eta Pérez-Samaniego, V. (2020). Physical activity and sport in trans persons before and after gender disclosure: Prevalence, frequency, and type of activities. *Journal of Physical Activity & Health*, 1-7. doi:10.1123/jpah.2019-0192

Maltby, J., eta Day, L. (2001). The relationship between exercise motives and psychological well-being. *The Journal of Psychology*, 135, 651-60. doi:10.1080/00223980109603726

Mizock L, eta Mueser KT. (2014). Employment, mental health, internalized stigma, and coping with transphobia among transgender individuals. *Psychol Sex Orientat Gend Divers*, 1(2):146–58.

National Union of Students (NUS). (2012). Out in sport. LGBT students' experiences of sport. Hemendik berreskuratuta: <https://bit.ly/1qSmL35>

Nazioarteko Batzorde Olinpikoa (NBO). (2015). IOC Consensus meeting on sex reassignment and hyperandrogenism November 2015. Hemendik berreskuratuta: <https://bit.ly/29lcVCv>

Organización Mundial de la Salud. (2016). Género. Hemendik berreskuratuta: <https://www.who.int/topics/gender/es/>

Pedraz, M. V., eta Polo, M. P. B. (2017). Sexo y género en la contienda identitaria del deporte. propuesta de un debate sobre la competición deportiva multigénero. *Cultura, Ciencia*

Y *Deporte*, 12(35), 101-110. Hemendik  
berreskuratuta: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6080175>

Pérez-Samaniego, V., Fuentes-Miguel, J., Pereira-García, S., López-Cañada, E., eta Devís-Devís, J. (2018). Experiences of trans persons in physical activity and sport: A qualitative meta-synthesis. *Sport Management Review*. doi:10.1016/j.smr.2018.08.002

Ruiz Olabuenaga, J. I. (2012). *Metodología de la investigación cualitativa*. 5. Argitaletza. Bilbo: Deustuko Unibertsitatea.

Safren, S. A., eta Heimberg, R. G. (1999). Depression, hopelessness, suicidality, and related factors in sexual minority and heterosexual adolescents. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 67, 859-866.

Sallis, J.F., Cervero, R.B., Ascher, W., et al. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health* 27: 297–322.

Sallis, J.F., eta Owen, N. (2015). Ecological models of health behaviors. In: Karen G, Rimer BK and Viswanath K (eds). *Health Behavior, Theory, Research and Practice*. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 43–64

Semerjian, T. Z., eta Cohen, J. H. (2006). “FTM Means Female to Me”: Transgender Athletes Performing Gender. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 15(2), 28–43. doi:10.1123/wspaj.15.2.28

Serrato, F. (2018). Alba Palacios es la primera futbolista transgénero federada en España. *El País*. Hemendik berreskuratuta: [https://elpais.com/ccaa/2018/09/18/madrid/1537287628\\_587006.html](https://elpais.com/ccaa/2018/09/18/madrid/1537287628_587006.html)

Stoller, R. (1964). A Contribution to the Study of Gender Identity. *International Journal of Psychoanalysis*, (45): 220-226.

Sykes, H. (2011). *Queer Bodies: Sexualities, Genders, and Fatness in Physical Education*. New York: Peter Lang.

Symons, C., Sbaraglia, M., Hillier, L., eta Mitchell, A. (2010). Come out to play: The sports experiences of Lesbian, Gay, Bisexual and Transgender (LGBT) people in Victoria.

Melbourne: Institute of Sport, Exercise and Activity Living (ISEAL) and the School of Sport and Exercise at Victoria University

The National LGB&T Partnership. (2016). "Lesbian, Gay, Bisexual & Trans People and Physical Activity: What You Need To Know". *WordPress*. Hemendik berreskuratuta: <https://nationallgbtpartnershipdotorg.files.wordpress.com/2016/02/lgbt-people-and-physical-activity-what-you-need-to-know.pdf>

Travers, A. (2006). Queering sport: Lesbian softball leagues and the transgender challenge. *International Review for the Sociology of Sport*, 41(3-4), 431-466.

Varela, N. (2018). *Feminismo para principiantes*. Ediciones B.

Vicente-Pedraz, M., eta Brozas-Polo, M. P. (2017). Sexo y género en la contienda identitaria del deporte. propuesta de un debate sobre la competición deportiva multigénero. (sex and gender in the contest of identity in sport. A proposal for a debate on multi-gender sports competition). *Cultura, Ciencia Y Deporte*, 12(35), 101-110. doi:10.12800/ccd.v12i35.881

Wierckx, K., Mueller, S., Weyers, S., Van Caenegem, E., Roef, G., Heylens, G., eta T'Sjoen, G. (2012). Long-Term Evaluation of Cross-Sex Hormone Treatment in Transsexual Persons. *The Journal of Sexual Medicine*, 9(10), 2641–2651. doi:10.1111/j.1743-6109.2012.02876.x

Wiesemann, C. (2011). Is there a right not to know one's sex? The ethics of 'gender verification' in women's sports competition. *Journal of Medical Ethics* 37(4):216-20.

Witcomb, G. L., Bouman, W. P., Brewin, N., Richards, C., Fernandez-Aranda, F., eta Arcelus, J. (2015). Body Image Dissatisfaction and Eating-Related Psychopathology in Trans Individuals: A Matched Control Study. *European Eating Disorders Review*, 23(4), 287–293. doi:10.1002/erv.2362

## 8. ERANSKINAK

### 8.1. BAIMEN INFORMATUA



#### IKERKETAKO PARTE-HARTZAILEEN BAIMEN INFORMATUA

Baimen agiri honen xedea “TRANS\* PERTSONAK KIROLA ETA JARDUERA FISIKOA EGITEKO DITUZTEN OZTOPO ETA MOTIBAZIOAK” izeneko ikerketa honetan parte hartuko duten pertsonen lanaren izaeraren inguruko azalpen argiak jasotzea da, beteko duten rolaen inguruko argibideak zein haien parte hartzea zertan datzan aditzera ere emanaz.

**Lanaren izenburua:** TRANS\* PERTSONAK KIROLA ETA JARDUERA FISIKOA EGITEKO DITUZTEN OZTOPO ETA MOTIBAZIOAK

**Ikerketa taldeko arduraduna:** Uxue Fernandez Lasa, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitateko Hezkuntza eta Kirol Fakultateko irakasle/ikertzailea.

Amaia Otegi Alvarez, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitateko Hezkuntza eta Kirol Fakultateko ikaslea eta 79005672M NA duena.

**Ikerketaren helburu nagusia:** Trans\* pertsonen, jarduera fisiko eta kirolarekin duten harremana aztertzea. Arlo honetan bizi duten errealitatea ezagutzea, oztopoak, motibazioak eta interesak barne hartuz. Kolektibo honen kirolan eta jarduera fisikoan egiten duten partehartzearen inguruko pertzepzioa ezagutzea.

Nik, \_\_\_\_\_-k, eta NAN zenbakidunak, \_\_\_\_\_ onartzen dut ikertzaileak burutzen ari diren ikerketa lana garatzeko ikerketako datuak jasotzeko beharrezko den elkarrizketa indibidualean parte hartzea.

Ikerketa honetan zure parte hartzea ondorengo izango da:

2021eko \_\_\_\_\_, 60-90 minutuko iraupena izango duen elkarrizketa batean parte hartzeko baimena ematen dut. Elkarrizketan parte hartzeak izango duen arriskua zure intimitatea urratzea eta denboraren erabilera izango dira. Beti ere, datu pertsonalak babespean egonda.

|     |    |
|-----|----|
|     |    |
| Bai | Ez |

Elkarrizketa audioz grabatzeko baimena ematen dut.

|     |    |
|-----|----|
|     |    |
| Bai | Ez |

\_\_\_\_\_

Parte hartzailearen izena, sinadura eta NAN  
eta NAN

AMAIA OTEGI ALVAREZ 79005672M

Ikertzaile nagusiaren izena, sinadura,

Lekua eta data: \_\_\_\_\_

*Mila esker zure parte hartzeagatik aldezturik. Barkatu sortu litezkeen eragozpenak.*

## 8.2. ELKARRIZKETA GIDOIA

### Elkarrizketaren sarrera

Kaixo! Ongi etorri "TRANS\* PERTSONAK KIROLA ETA JARDUERA FISIKOA EGITEKO DITUZTEN OZTOPO ETA MOTIBAZIOAK" ikerlanaren parte den elkarrizketa honetara. Lehendabizi eskerrak eman nahi dizkizut elkarrizketa onartzeagatik. Zure baimenarekin grabazioa hasiko da. Hasteko zure aurkezpen txiki bat entzutea gustatuko litzaidake.

1. Adina, jaiotzean esleitutako generoa, nongoa, ikasketak, “noiz konturatu zinen”, noiz egin zenuen publiko... (datu pertsonalak, testuingurua jakiteko, pertsona kokatzeko, irudi orokor bat egin ahal izateko.
2. Noiz hasi zinen kirol munduan?
3. Zer harreman duzu jarduera fisiko eta kirolarekin?
4. Nork bultzatu zizun kirola egitera?
5. Zer nolako esperientzia izan zenuen heziketa fisikoko irakasgaietan (eskolan, derrigorrezko bigarren hezkuntzan eta batxilergoan) (exklusioa, generoarekiko segregazioa, taldeak osatzerako momentuan...)? Zure gustuko irakasgaia zen? (sozializazioa etab.)
6. Nola definituko zenuke kirola/jarduera fisikoa eta zure buruaren arteko harremana? (alderdi emozionala barne sartuz)
7. Zergatik egiten duzu kirola (eta/edo jarduera fisikoa)? Zein helburuarekin? Zer onura ematen dizkizu (fisiko, psikologiko, emozional...)?
8. Noizbait gorputz itxuran aldaketaren bat izateko (zure generoarekiko gizartean inposatutako itxura normatiboa eskuratzeko, genero adierazpena aldatzeko ) nahiarekin jarduera fisikoa edo kirola praktikatzen duzu edo praktikatzea bururatu zaizu?
9. Nola izan zen eta nola bizi zenuen genero “trantsizioa” kirol bizitzan?
10. Klubarekin eta federazioarekin nolabaiteko arazoak edo oztopoak izan edo antzeman zenituen?
11. Nola izan zen taldea eta entrenatzailearen harrera?
12. Nola ikusten dute taldekideek zure presentzia taldean, ikuslegoak, aurkariak, entrenatzaile eta klubak?
13. Trans\* pertsona bezala, jarduera fisikoa edo kirola praktikatzen dituzteko oztoporik izan duzu? Lagungarriak? Motibazioak? Ez egiteko arrazoiak?
14. Zure ustez zer nolako oztopoak dituzte trans\* pertsonak kirola edo jarduera fisikoa egiteko nahia dutenean? Lagungarriak?
15. Mundura (edo kirol ingurura) gizonetako bezala aurkeztu zinenetik asko aldatu da zure kirol bizitza edo jarduera fisikoko ohiturak?
16. Dagoeneko, leku guztietan entzuten hari den Trans Legeari dagokionez, trans\* pertsonen kategoriaz aldatzeko eskubidea ematen zaie, hormonazio prozesu batetik edo aldaketa registrala egin gabe. Zein da zure ikuspegia?
17. Pausu hau eman baino lehen zure kirol bizitza izan zezakeen aldaketei buruz pentsatu zenuen? (Ezjakintasuna...)
18. Kirolean ematen den segregazioaren inguruan, zein da zure ikuspegia?

19. Noizbait trans\* pertsona izateagatik kirol ta/edo jarduera fisiko arloan jazarpenik jaso al duzu?
20. Kirolak eta jarduera fisikoak, trans\* pertsonetik zer nolako inklusio maila duen esango zenuke? Inklusio mailaren eboluziori buruzko bere pertzepzioa ezagutzea.
21. Zure ustez, trans\* pertsonen inklusioa lortzeko medio bezala erabili ahalko zen, ala eraldaketa asko egin beharko lirateke?
22. Kirola (eta jarduera fisikoa) kolektibo honen bizi kalitatea (arlotik psikologiko, sozial eta emozionalean gehien bat) hobetzeko baliagarria izan daiteke?
23. Nola sustatu? Erreferente nahiko? Zuk izandako erreferenterik ba al dago?
24. Noizbait kirol munduan zuretzat lekua ez zegoela sentitu duzu? Edo egoeraren baten baztertua sentitu zara?
25. Galdera orokor bezala eroso sentitzen zara kirol eremuetan zaudenean, eremu publikoetan zuk zure buruarekin, zure fisikoarekin, ekipamendua, arropak (generoarekiko inposatutako arropa motak, entallado...) ?
26. Genero binarismoa eta honek dakartzan genero estereotipoak kirolean hain finkatuta daudela kontuan izanda gaur egun kirol mundua trans\* pertsonetik leku edo inguru segurua dela esango zenuke?
27. Kirol instalakuntzen aldagelei dagokionez zein erabilera ematen diozu? Polikiroldegira joaten zara? Igerilekura, gimnasia? Eroso sentitzen zara? Kanpoko norbait sartzeko? Nolakoak nahiago dituzu, kabinak, irekiak? Komun mixtoen aldekoa zara? Trans\* pertsonentzako espazio seguruak dira (bai mixtoak eta bai bereiztuak)? Nola doa honi buruzko araudia? (normalean zailtasunak etab.)
28. Zure ustez, etorkizunera begira, nolako izango litzateke trans\* pertsonetik kirol egoera ideala?
29. Amaitzeko, aipatu ez den zerbait eranstea gustatuko litzazuke?

|                                       |
|---------------------------------------|
| <b>Elkarrizketari amaiera emateko</b> |
|---------------------------------------|

|   |
|---|
| Orain bai, elkarrizketa ixteko, berriz ere eskerrak ematea gustatuko litzaidake. Beste batera arte! |
|---|

### 8.3. ANDERREN ELKARRIZKETA

**A.O.: Bueno ba kaixo, ongietorri elkarrizketa honetara, ee kirola eta jarduera fisikoa trans\* pertsonetan izenburuarekin deitutako elakrrizketa honi eta izenburu berdinarekin egingo dugun ikerketa honetara. Hasteko, berriz ere eskerrak eman nahi dizkizut hemen egoteagatik eta zure baimenarekin grabazioa hasiko naiz. Jada piztuta dagoena. Ee hasteko gustatuko litzaidake zure aurkezpen txikitxo bat egitea.**

A.: Ba bueno ni hogeitalau urteko gizonezkoa naz, jaiotzetik emakumezko moduan izendatu ninduten, nire NAN txartelan ondiño e emakumezko moduan aurkezten da baina eem izena aldaketa bai egin dut. Ee uf izan da momentuz trans\* prozesu hontan egin dudana aldaketa bakarra, aldaketa bakarra baina garrantzitsua nahi izan ere dokumentu askotan nire...nik izan gure dodan izena agertzen ez zelako. Ee bale, ba hori, ni bulbarekin jaio nintzen eta orduan, horregatik, nire genero eta sexua betidanik emakumezkoa izan zen. Hasteko, bueno ee pixka bat hitzegingo dut nire prozesuaz zuek ulertzeko ba zein nolako prozesua bizi izan dudana. Eee nire kasuan ez dut esango betidanik ee jakin izan dudala gizonezkoa nintzela, baina esango nuke, bai nahiko txikitatik jakin izan nuela, naiz eta ikusiko duzue nire prozesua nahiko berandu edo soz gure gizartean ikusten denez, nahiko berandu hasi naiz prozesu honekin. Eee nire lehenengo oroitzapenak ez ditut zehazki zehazten urte zein urtetan izan ziren baina esango nuke, ditudan oroitzapenengatik 8 9 10 12 urte bitarteko tartean jada hasi nintzelako nolabaiteko esperientziak izaten. Ee nire lehenengo esperientzia izan zen ba hori, nire desira zakila izatearena zela. Eta hori izan zen ba uda batean hori ee ba betile esaten dira las pestañas, ba betileak jauzten direnean normalean desira bat eskatzen duzu ba justu uda horretan 10-12 urte bitarteko uda horretan nire oroitzapena zen desioa eskatu nuela eta zakila izateko desira izan zela, beti goizero esnatzen nintzen eta ez neukan zakilarik, una decepción... jeje. Bale hori izango litzateke nire lehenengo lehenengo oroitzapena hasieran. Nik betidanik esaten dut, 10 12 urte nituen, ez dut uste momentu horretan garrantzi handirik eman nionik, hala ere, baa urteak aurrera joan ahala ee ba azken finean hazkuntza hontan ere nire ee barneko sentimenduak edo nireee barne e erreflexioak ere sakonagoak bihurtzen hasi ziren eta ailegatu zen 16 17 urterekin eskaut taldetan hasi nintzen. Bertan 17 urte bete nituenean, lehenengo batxilergoko maila amaitu nuenean..justu izan zen bidai hori, uda horretan, eta hori ee, ba erreflexio asko egiten ziren bidai horretan, tokia Tessé izenekoa da eta bertan ba hori... nahiko erreflexio sakonak egin genituen eta bertan atera zitzaidan berriz sentsazio hori. Jo ba, nik beti esan dut... nire lagunak zeuden ba “me gusta este chico, me gusta esta chica, no sé qué...” eta nire ustez ni joko hontan sartzen nintzen bainaa sozialki sartuta egoteko, hau da, “pues a mi me gusta este chico o... [onarpena izateko]



### **A.O.: Onarpena izateko...**

A.: Hori da! Baina ez dut uste egiten nuenik justu mutil horiek gustuko nituelako, baizik eta hori ee batez ere gizartean sartuta edo barneratuta egoteagatik. Egia da, ba hori, 16 ia urterekin, sartu nintzela pentsamendu hortan de jo ba zer pertsona nuen gustuko eta ez nuen bakarrik galdera hori dee neskak gustuko ditut edo mutilka gustuko ditut baizik eta baita ereee...[identitatearen...]

### **A.O.: Identitatearen...**

A.: Identitatearen zalantzak ere banituen. Orduan ee bidai hori oso garrantzitsua betidanik nire bizitzan ee bertan esango nuke, hasiera bat eman nuela baita prozesu honi, jada hasita nuen prozesuari etaa handik aurrera izan zen erreflexio momentua. Eee egia esanda, ba niri betidanik inporta izan zait besteek nire buruari buruz zuten iritzia ba horregatik, azkenean esperientzia asko izan ditut ee nola niree izaeragatik bueno nire izaera baino nire ee nortasunagatik baa ee ez nintzelako onartuta sentitzen taldean lagun taldean edo ee batxi bueno batxilergoan...bigarren hezkuntzako laugarren mailatik aurrera ba arazoak izan ditut ee [ sozializatzeko momentuan edo?]

### **A.O.: Sozializatzeko momentuan edo?**

A.: Bai ee lagun talde bat izateko batze ere, azken finean ba hori niretzako baita futbola etaa eskaut taldetan hastean izan ziren nire lagun gune moduan etaa ee orduan niretzat garrantzitsua zen momentu horretan lagunak zirenak zer iritzi zuten honi buruz. Monitore bati kontatu nizkion nituen zalantzak eta haren partez ee jaso nuena izan zen ba lesbiana izatearena ondo baina bf mutila izatearena bueno..."que no lo veía" orduan...

### **A.O.: Hori eskaut taldean?**

A.: Bai, orduan, nire partez izen zen nola bale pues "me acojo a esto" neskak gustuko ditut edo gutxienez alde hau kanporatu dezaket edo esan ahal diet niree bueno nire gurasoei nire senideei eta nire lagunei esan ahal diet ba gutxienez neskak gustuko ditudala. Ee azken finean 22 urterekin behin ee unibertsitateko karrera amaituta ezagutu nuen eskautetan beste lagun bat etaa ba neska honek lagundu izan dit asko prozesu hortan batez ere beragatik nau nagoen tokian...trans\* prozesu hortan eta ee orduan ikusi nuenez norbait sinisten ninduela...uste dut izan zela nire momentua esateko, bale, norbait sinisten dit, bere babesa dut orduan kontau ahal dut bai familiari bai beste lagunei eta ez naiz arraro sentituko zeren norbait sinisten dit. Ee ba hori gutxi gora behera hau izan da nire prozesua, nola hasi

nintzenetik edo nola konturatu nintzen hau zela nire bizitza orain arte. Esan dudan moduan egin dudan prozesu bakarra izan da NAN izenaren aldaketa ee nire partez gure dot beste hainbat gauza moldatzea zeren eta ee ba fisikoki ez naiz oso ondo ikusi...betidanik egon naiz duda hontan, batez ere igerilekura joaterakoan ta horii uretan ondo baina gero toailara bueltatzen nintzenean ba bai sikatzen nintzen eta zuzenean jartzen nuen kamiseta edo ahal banuen fraka bff eee. Oin ulertzen dut zergatik egiten nituen hainbat gauza. Eee nire partez beti gaizki ikusi dudan parte titiak izan dira, ez hainbeste ee bulba izatearena...izan ere bulba da ee ikustezina den gauza bat nik arropa eramanda izkutatuta eraman dezakeda baina titak ez baditut sujetadorean eramaten ba zuzenean agertzen zaizkit titi puntak eta ee nire partez gaizki eramaten dudan gauza da. Ondino gaizki eramaten dudan gauza bat da. Ee beste gauza bat gaizki eroaten dudana da hilerokoaren kontua ee hilean behin agertzen da eta ba ni gaizki eroaten dut batez ere umore aldaketak eragiten dizkidalako eta beste alde batetik jasan behar dudalako niri tokatzen ez zaidan zerbait. Nire ikuspuntutik nik sentitzen dudanagatik ez zait hau tokatzen. Ba bueno, denborak esango du... nire partez hormonekin hasi gura dot, batez ere azken finean ahotsarekin ere arazoak ditut, askotan arazoak ditut ahotsa fina dudalako edo bastante agudaa...orduan neskaren papera jartzen didate edo beti pertsona bat ezagutzen dudanean, ba "la chica" esaten didate "y nooo...la chica no!" ee nahiz eta izan ee "voz aguda" gura dot ba hori nahiz eta ez jakin nor naizen begiratzen edo ezagutzea mutil moduan eta ez emakume moduan. Balee, gutxi gora behera hori izango zen nire aurkezpena...nahikooo...

**A.O.: Kuriositatez ze gradu ikasi zenuen?**

A.: Fisioterapiako unibertsitate gradua egin dut.

**A.O.: Eta bueno beste arlo desberdin batetik zure ustez beharrezkoa da oraingo gizarte hontan eta bizi ditugun denboraldi hauetan gu zer garen edo zerekin identifikatzen garen zehaztea, alde zurretik? Edo zein...euskaraz ez baino gazteleraz, zein pronombrekin identifikatu behar gaituzten hori, alde zurretik esatea beharrezko bezala ikusten duzu?**

A.: Aber nik alde honetan ados nago nire gurasoek edo nire aitak betidanik esan didan gauza batekin. "Tenemos la tendencia a etiquetarnos"...nire kasuan, lehenengo neskak gustuko nituenean esatekoan nire aitak esandakoa "no te etiquetes" izan zen, alde batetik ados nago, gizarteak pertsonak ezagutzeko etiketak jartzea behar dutelako eta nire ustez ez da hori beharrezkoa. Pertsona bat momentu baten hala sentitzen bada, onartu eta listo. Ez dut lesbiana edo gay edo edozelakoaren etiketa jartzea gero etorkizunean agian aldatzen du

bere pentsamendua, eta oin gay izan beharrean bisexuala naiz, edo gay eta gero heterosexual.

**A.O.: Baina dinot...Zuk lehen esan duzun bezala telefono dei batekin edo...**

A.: Bai...

**A.O.: Adibidez, aldeztatik esatea, kaixo ni A. naiz etaa “ÉI” pronombrearekin bat dator ee...**

A.: Horrekin, esaten nuenarekin batera...

**A.O.: Beharrezkoa dela edo? Edo bueno, zergatik bai?**

A.: Hau da hizkuntzak jokatzeko duen papera. Askotan nahiko garrantzitsua da eta zure galderarekin batera, ba hizkuntzaren papera dator...Euskaraz ez dugu normalean generoaren zailtasun hori. Gaztelaraz aldiz bai. Orduan nik azkenean askotan esaten dut, ni oso ados nago con la cosa de neska asko badaude femeninoan hitzegitea eta aldrebes. Baina nesken talde batean mutik bat egoteagatik ez dut uste “elle” pronombrea erabili behar denik. Baina bai, hoberena zein pronombrekin izendatzea gustuko duen galdetzea da.

**A.O.: Sare sozialetan ikusi dut azkenaldi honetan badagoela jendea, ez soilik trans pertsonak baizik eta zisgenero pertsonak behai, biografian eta zein pronombrekin tratatu behar zaien jartzen dutela horregatik galdetzen nuen, baina bueno, kirol arlora pasatzen...Zuk noiz hasi zinen kirol munduan edo kirolarekin harremanetan, noiz hasi zinen?**

A.: Eeee bueno nik futbolarekin zehazki hasi nintzen 5-6 urterekin orduan daramat ba hori 17 urte gutxi gora behera edo gehio kirol munduan, bueno ia 20 jeje futboleant jokatzeko. Gero nire gurasoak asko izan dira mendira joatekoak edo igerilekura. Ni kirol munduan nahiko sartuta nago, baina bueno talde batean edo konpetizio batean futboleant. Ez dut beste kirolrik praktikatu ezta lehiatu.

**A.O.: Eta jarduera fisikoa? Edo zure kontura ee zeozer egiten duzu, mendira joateaz aparte? Ez dakit gimnasia, igerilekura zoazen...**

A.: Eee bai, bai, justu bueno urte hontan covid-arekin eta abar ez dugunez entrenamendu askorik izan, fitboxin gimnasioan hasi naiz, boxeo antzeko baino dantzarekin

eta bai horretan ere aritu naiz. Bestela nire kabuz korrika egitera edo igerilekura baino hau gutxitan. Yoga ere pasaden urtean egin nuen.

**A.O.: Bueno honi buru gero gehiago sakonduko dugu...eta bueno esan duzu duela pila bat hasi zinela kirol munduan, nork bultzatu zizun edo zerk bultzatu zizun?**

A.: Ba nire gurasoek beti esan dute “que fue como nacer con un balón en los pies” osea gustuko izan nuen baloia txikitatik eta betidanik ba kalean jokatu izan dut futbolean orduan ez zuten zalantzarik izan ezta nik ere futbolean aritzeko.

**A.O.: Eta heziketa fisiko irakasgaiari dagokionez, nolako oroitzapenak dituzu irakasgai honi buruz?**

A.: Ba lehen esan dudan bezala, nik betidanik gustuko edo maitatu izan dut kirola orduan niretzako irakasgai politena edo bueno gehien gustuko nuen izan zen, bai lehenengo hezkuntzan zein bigarren hezkuntzan orduan eee niretzat oso garrantzitsua izan da, bertan ere esperientzia asko izan nituen, ba lehen komentatzen nuena, ba lagunekin zailtasunak eta bertan ere izan nituen etaa nahiz eta esperientzia horiek izan kirola egiteari ez dut utzi.

**A.O.: Zer nolako esperientziak dinozu?**

A.: Bale, ee ba esaterako hezkuntza fisikoan nirekin hasi zirenean sartzen edo kritikatzan ee bigarren hezkuntzako 3. 4. Mailan izan zen umore aldaketa asko nituelako, aber batez ere pasatzen nuelako ondo egotetik bapatean zerbaitengatik kabreatzera eta kabreo hori nahiko handia izatera. Orduan danok dakigu adin horietan nahiko puñeteroak garela eta ba horregatik askotan sartzen ziren nirekin bff batez ere “eskizofrenikoa” nintzela edo halakoak esaten. Azken finean nire autoestimuan eragin asko izan zuen. Ez zen soilik klasean gertatzen, futbolean ere askotan gertatzen zitzaidan, barreak edo horrelako gauzak entzuten nituen eta ba azkenean aurre egin arte eta serio jarri arte ez zuten aldatu, gutxienez futbolean. Klasean beste gauza bat izan zen. Azken finean lagunetaz distantzia hartzen duzu eta gauzak hobera joaten dira azken finean ez duzulako harreman gehiagorik izaten pertsona horiekin.

**A.O.: Eta egoera horretan, nolabait kirolak eta jarduera fisikoak zuregan onuraren bat psikologikoki suposatu zuen?**

A.: Aber niretzat kirolak beti izan du onura positiboak bai fisikoki eta baita psikologikoki. Nik bi hiru egin kirola egin gabe banago fisikoki nabaritzen dut “como que me siento gordo o que he dicho uf aquí algo...necesito desfogarme” orduan angustia hori badut kirola ez badut

egiten hori ere psikologikoki eragina izango du, umore txarrarekin egongo naiz...edo tristeago...Kirolak alaitasunak ematen dizkit eta liberazio modukoa da eta hobeto sentiarazten nau. Horregatik nahiz eta esperientzi hauek izan kirol munduan nik kirolan beti seguru bueno edoo...gustura sentitu naiz, konforme, osea eragiten zizkidan eta dizkidan onurengatik.

**A.O.: Orduan, zugan kirola ezinbestekoa dela esango zenuke?**

A.: mm bai, ba bai.

**A.O.: Ta heziketa fisikoko irakasgaiari bueltatuz...ee esan duzu txikitatik gizonetzkoa zinela ee betidanik dakizula, baina denok bizi izan dugu, batzuk gehiago beste batzuk gutxiago baina heziketa fisikoak duen edo irakasgai horretan ematen den generoarekiko segregazioa edo esklusioa...zuk nola bizi izan zenuen hori?**

A.: Ee bai, lehen esan dudan moduan aber nik ez dut...trans prozesuaren inguruan ez dut hainbeste gauza bizi kirol munduan bai bizi izan ditut emakume moduan eta txikitatik ba...nik kirolean futboleko hasi nintzenean ba hori talde mixto batean hasi ginen neska eta mutilak. Gehiengoak mutilezkoak baino 3-4 neskak ginen eta bertan bai jaso genituela zenbait desberdintasun, agian ez \*\*\* taldean zeren eta gu geundenez ba ia zeuden aldagelak bereiztuta baina kanpoan jolastera gindoazenen bai ikusten genuen “pues nos toca cambiarnos en el vestuario del arbitro, o en el vestuario de las fregonas o no hay vestuario y duchate en tu casa” orduan horrelako gauzetan bai desberdintasunak izan ditugu. Ez dut esango ni emakumezkoa izateagatik nire taldean zeuden beste mutilek gehio jokatzeko zutenik edo halakorik baina bai desberdintasun hori aldageletan, batez ere, bestelakoetan ez, etaa...

**A.O.: Heziketa fisikoan dinot ee, saio batean argi dago edo, nik hala bizi izan dut alde batetik neskak egotea eta beste alde batetik mutilak...hori zuk edoo...**

A.: Egia esan hori ee aber ni kirolean... [zu lekuz kanpo...]

**A.O.: Zu lekuz kanpo sentitzen zinen edoo nola bizi izan zenuen horrelako egoerak?**

A.: Ni egia esan, osea, kirolean nahiko ee

**A.O.: Nahiko gaitasuna izan duzu...**

A.: Bai, gaitasun nahikoa izan dut orduan gehiago sentitu naiz lekuz kanpo nire nortasunagatik, gaitasunagatik baino...ee baina nabaritu ditut nire klasekideekin, bazterketa

horiek egiten zirela...edo azkeneko txandan hautatuak zirela taldeak egiterakoan ba normalean emakumezkoak eta "las más torpes" hori bai eta heziketa fisikoan ere irakaslearen partez...batez ere bigarren hezkuntzan izan nuen irakaslearen partes..."comentarios que estaban fuera de lugar" hori bai ikusi izan du eta gizonezkoan aldiz, "son los mejores, y da igual que este sea un friki y no haga deporte, que si es hombre..." hori bai zan dut, emakumezkoak zeozer egin behar genuela zeozer besteok hori egiteko kapazak ginela jakiteko...bestela ee "eres la más torpe o mira la princesita"

**A.O.: Ta kirola edo jarduera fisikoa praktikatzeko helburuari dagokionez, gutxi gora behera ia aipatu duzu, baino noizbait hau egotea planteatu duzu zure itxura fisikoa eskuratzeko aldatzeko helburuarekin edo gizarteak zure generoaren inguruan duen irudira gerturatzeko helburuarekin?**

A.: Bai, nire fisikoagatik egin izan dut kirola, osea askotan, bueno izan ditut epeak edo etapak eta oin momentu hontan ere askotan izaten ditut etapa horiek non fisikoki txarto ikusten naizen porque he engorgado un poquito o lo que sea eta bai nire buruak egiten duela klik bat eta esaten du bua es que tienes que hacer mas deporte asique bai nire fisikoa hobeto ikusteko egin izan dut kirola eta batez ere trantsizio momentu honengatik baita ere ditut momentu asko esaten ditudanak porque tengo que hacer más abdominales o tengo que hacer...[zure generoari esleitutako itxura hori lortzeko dinozu?]

**A.O.: Zure generoari esleitutako itxura hori lortzeko dinozu?**

A.: hori da, itxura hori lortzeko esan dut oseea emakumezko hormonak oindik ditudanak edo itxura hori nire gorputza emakumezkoa denez, ba zeozer...osea gizonezkoek baino gehio egin behar dut gizonezkoen itxura izateko.

**A.O.: Ta nola izan zen ee hori gizonezkoa zinela publikoa egin zenuenean baina kirol arloan? Hau da, imaginatzen dut futbol taldean izan zela egoera hau? Nola izan zen? Edo nola eraman zenuen zuk? Taldekideek? Klubak?**

A.: Bueno nik pausoka azaltzen joan nintzen, lehenengo lagun batekin eroso sentitu nintzen eta esan nion, behin eroso sentituta arlo hontan, ba lagun bezala nituen 3-4 pertsona gehiagori esan nien, nahiko hurbilak zirenak eta ia familiari kontau nien eta azkenengo arlotan ba e eskautak eta azkenik futbol taldea. Ee egia da, futboleko espero nuena baino jarrera hobeagoa izan zen, ez nuen espero behin 22 urterekin kontatu nuenean partidu aurretik...ez nuen espero jada nire taldeko bi kide bazekiten eta harrera izan nuen baina behin ofizialki egin nuenean talde osoaren aurrean ez nuen espero danak altxatzea eta horii besarkada

batean biltzea. Niretzako hori garrantzitsua izan zen ba ee momentu hortan nire talde osoaren onarpena eta laguntza edo babes hori izan nuelako etaa ba lehenengo momentutik ba baita gizonezkoa izanda, entrenatzailearen onarpena izatea bff fue la ostia

**A.O.: Eta klubari edo federazioari dagokionez, oztoporen bat izan duzu?**

A.: Klubaren inguruan, nik ez nuen zuzenean klubari kontatu hori azkenean da corre ve y dile, cuando salta la polvora se entera todo el mundo , orduan alde horretatik ez nuen komunikaziorik izan klubarekin. Behin direktibarekin aurkitzen naizenean, edo direktibako norbaitekin aurkitzen banaiz, ba egia da nirekin \*\*\*\*\* (izena) modura tratatzen naute (gizonezko izenarekin) eta tratua oso ona dala ee alde horretatik. Ee federazio aldetik, ba justu atzo egin nuen errekonozimendu medikua partidak jokatu ahal izateko eta algo que me choco fue, listan vale, urte hau da \*\*\*\*\* (izena) modura agertzen naizen lehenengo urtea lehiaketan, orduan listetan bertan zeukatzen \*\*\*\* \* (izen-abizenak) emakumezkoa, orduan ee fue un comentario desacertado baina osea me quedé flipando, “además es que el club lo pone mal porque es un chico y le ponen chica” esan zidaten, niretzat sentsazio oso txarra izan zen, fue un poco como joder, vale, bueno nire izena eta izaerarengatik mutil bezala ikusi naute baina gero osea azaldu behar izan nuen edo azalpen hori eman behar izan nuen, prozesu baten nagoela azaltzea eta hori guztia. Ba hori bai kezkatzen edo molestatzen nauela, porque zergatik eman behar dut nik azalpen hori, neska den eta bere gorputzarekin ondo sentitzen den neska bat ez du azalpen hori eman behar baina aldiz nik eman behar dut. Entonces era un poco eso, ta gero hori sartu nindutenean...lehenengo neska bat sartu zen, gero niri sartu ninduten beste hiru gizonezkoekin eta vino el que había hecho el comentario, y le dijo al médico...ez zuen ozen esan baino que se notaba que le iba a decir eso, orduan gero etorri zen medikua eta esan zidan beste gela baten sartu eta bertan itxaron. Osea ya las anteriores veces esperaba por ser mujer y ahora por ser trans porque no era por otra cosa, pero bueno, egoera nahiko lastima eman zidan, horrelako egoerak oraindik ere ematea. Baina, bueno bi gauza azpimarratu nahi ditut, bata da gutxienez tratua eman zidatela en el momento en el que me diferencian y no me hacen estar con chicos...alde horretatik nahiko ondo, eskertzekoa da baina egia esan fu eun momento un poco bffff

**A.O.: Pixkat latza**

A.: Bai.

**A.O.: Eta jokaterako orduan edo lizentzien aldetik, esan duzu izena aldatuta duzula, generoa oraindik ez, hor arazoren bat agertzen da emakumezkoen mailan jokatzeko jarraitzeko edo?**

A.: Aber momentuz ez, hormonekin ez naizelako hasi, egia da nik ez dudala prozesu hori momentuz bizi, baina bai ezagutzen ditut hainbat pertsona trans prozesu horretan egon direla eta ee orain arte ba egoera hau nahiko gaizki dagoela dirudi. Bueno ikusiko dugu, lege trans berriarekin baina bueno, momentuz egiten hari dena, si tu no tienes cambiado el DNI, por mucho que tu te sientas hombre no vas a poder jugar en la categoría masculina. Si en tu DNI no pone tu genero no vas a poder competir con tu genero. Es una putada que en el dni tengas que tener una cosa puesta para que tu incluso estando hormonado y teniendo las condiciones físicas de alguien masculino...si en tu DNI pone femenino vas a tener que seguir jugando en categoría femenina. Niretzako, ee askotan alibio modukoa da, ee azken finean askotan pentsatu dut ee horretan, ea nik gura badut jarraitu emakumezkoen kategoria baten edo gizonezkoen kategoria baten eta azken finean nik betidanik jokatu izan dut emakumezkoen kategoria batean nire gaitasunak emakumezko kategoria batekoak dira batez ere, orduan gizonezkoetan ikusi izan dut zer nolako gaitasunak dituzten edo nola jokatzen duten eta ez dut gustuko, ez naiz hor ikusten. Horregatik askotan pentsatu dut, eta uste dut nik berandu esan dudala baita ere pentsamendu hauek izan ditudalako, hau da, joe voy a decir que Soy chico entonces ya no voy a poder jugar con las chicas y a mi me gusta jugar en un equipo de chicas eta pentsamendu hoiek 16 urterekin izaten dira erabakigarriak.

**A.O.: Orduan zuk ee oraindik nahiz eta gizonezkoa izan, ee emakumezkoen mailan jokatzen jarraitze gustatuko litzaizuke?**

A.: Momentuz bai, esan beharra dago, nagoela momentu baten non ba planteatzen dudala zenbateraino gustuko dudan futboleko jokatzen jarraitzea ba bueno, momentuz gustuko dut taldeko giroa nahiko ondo sentitzen naiz bertan eta gure dot talde hontan jarraitzea batez ere erosotasunagatik. Azken finean talde batera heltzea eta biluztea eta inporta ez izatea, ba hori da erosotasuna

**A.O.: Taldeari dagokienez eehh nola uste duzu zuk taldekide hartu zutela zureee bueno zuk publikoki gizonezkoaz zarela esan zenuenean edo zuk nola uste duzu haiek ikusten dutela zure presentzia talde neskeen bai edo neskeen talde batean gizonezko bat egotean nola ikusten dute haiek zuk nola uste duzu haiek ikusten dutela edo**

A.: Nik uste dut, a ver, eehh, lehen esan dudan moduan, harrera oso ona izan zen eta gero egunerokotasunean, ba entrenamendu bakoitzean, partidu bakoitzean beste bat naiz, osea, ez dut ezberdintasunik dagoenik, ez dut ikusten, orduan ba hori, eee, ez dakit agian taldeko pentsatzeko era eee zeozer eragiten duen edo baina ehhe nire ustez hori



taldean nahiko ondo sentitzen naiz gai honen inguruan eta ez dut inolako arazorik izan azken finean denbora askotatik ezagutzen gara eta beste bat moduan jarraitzen dut izaten

**A.O.: taaa egoera jakinda zuon arteko laguntza sareak edo redes de cuidados en cuanto arlo horri eee nolabaiteko zaintza prozesu bat egin duzu edo ez dakit nola azaldu, kontuan hartu dute zure egoera ee**

A.: nire ustez o sea bai o sea aldaketak egon dira lehen esan dugun moduan baa eee taldean ba hori eee "elle" moduko pronombreak sartzen edo ee holako aldaketak bai baina beno osea momentu oro daude ni eroso sentitu nahian orduan nire partez ez dut ikusten inolako aldaketari ee haien aldaketa nirekiko izan delako onartzearena ni mutikoa naizela ta listo orduan eee parte horretan bai aldaketa egon da baina izan da ee ella esatetik él esatera edo hori neska beharrean mutiko esatera.

**A.O.: taaa trans pertsona bezala jarduera fisikoa edo kirola egiteko oztoporik izan ahal duzu ia ez soilik klubean baizik eta ba hori instalakuntza plublikoetara zoazenean edo nolabaiteko oztoporik topatu duzu ez joateko**

A.: nire partez, osea ,ez, eske azken finean uste dut gehio dela ee nire buru osea momentu hontan ez dudala inolako prozesurik eee fisikoki ez dudala inolako prosezurik hasi ee da gehio nire oztopo mentala eee guneeetako edo hori kiroldegietako eee instalaziotako oztopoak baino. O sea gauza delako ni pentsatzen dudala ba hori ee ummm lagunekin noanean edo halakoak baa imaginau edonon ee komunera sartzetakoan ba ee pentsamenduan da nik gizonezkoen komunean sartu behar naizela baina gertau zait askotan eta ia ez da bakarrik kirol munduan baizik eta beste gunetan baa eee eee ez dakit jantoki eedo ee bar desberdinetan ee sartzean ee hori ee bar batera eta esatea osea sartzea gizonezkoen komunera eeta bakarrik egotea gizonezkoen komuna, bakarrik dagoela como lo digo yo el meadero de tios el de mear de pie y ya está, orduan eee o sea niretzako oztopoak horiek dira besteek pentsatzea ni gizonezkoen komun batena sartu behar naizela eta ni eroso osea bueno ni naizen moduan suposatzen da sartu beharko nintzela ee gizonezkoen komun batean baina beldur naz ee halako gauzak topatzea eta ba behin hori ee taberna batean gertatu zitzaidan moduan emakumezkoa bat etortzea eta esatea qué no entras ahí qué pasa que está sucio eta ni azalpenik ez emotearren si si está sucio por eso noo, voy a esperar al de chicas entonces gauza da bai dauz instalazio batzuk aldatu beharrekoak direzela baina gehiengoak gaur egun eee sorte onez baa dauz eee gizonezko zein emakumezko komun bat, orduan nahiz eta sartu gizonezkoetan nahiz eta sartu emakumezkoetan emakumezko komun bat egongo da. Eee instalazioetan ba hori gehien bat da nola ikusiko nauten gainerakoak

instalazioa baino, egia da baa ni erosoagoa nintzateke mistoa izango balitz, eee eee bai dutxak edo komunak. De hecho, osea ,dauz sozialki dauz ee eee bar asko komun mistoa edo justo bakarria ikusi dut baino dekona ee signoa ez bakarrik signo de chicas y signo de chicos sino signo de los dos, partido a la mitad el monigote y una de mujer y otro yyy agian da eee bar hori zelako eee pues bastante de lgtb baina bueno izan da bakarria ikusi dudana eta nahiko harro edo sentitzen naizena ikustearren aldaketa hori gizartean

**A.O.: taaaa ya era orokorrago batean zu zein oztopo uste duzu mmm pertsona transak ee ee aurkitzen dituztela jarduera fisikoa egiterako momentuan edo kirola egiterako momentuan, ia orokorrean, ez soilik zure pertsona. Trans pertsona bat zein oztopo aurki ditzake kirola egiterako orduan**

A.: batez ere, ee, aber, instalazioak ee aldatzeko gauza bat da gero beste aldetik ee hori nire kasun bizi ari naiz emakumezkon artean ondo onartzen nautela baina beldurra da ia emakumezkoetik gizonzkoara igarotzerakoan gizonzko eeee gizonzkoen taldean dauzen askok ezagutzen naute txikitatik orduan ee ba zelako harrera izango zuten ba ez dakit hori da beldurra, azken finean, ze osea dekot, fisikoki zauden momentuan ez duzu inolako beldurrik baina, fisikoki ez bazaude aldatuta...zein nolako harrera izango dute beste generokoek, osea beraiek ikusiko zaituzte fisikoki emakumezkoa zarela, nahiz eta psikikoki pentsatu e bale gizonzko bezala deitu behar diot eta listo baina fisikoki itxuraz, lehen hitz egin duguna, sozialki ee ikusten dugun lehenengo gauza fisikoa da, gure itxura, eta ez haren pentsamendua, nortasuna eta abar...

**A.O.: Orduan esan dezakegu, zuk komun komunaren aldekoa zarela, baina zuk uste duzu komun komun hoiak espazio seguruak izan daitezkeela trans pertsonetarako? Dagoeneko momentu honetan gaudela...**

A.: Denetarik ikusi dut...orain dela 50 urte, lehenengo transa atera zela telebistan...hortatik orain arte aldaketa asko egon dira eta hainbat gauza ikusi ditugu, haietatik bat, ba transak ezin zutela lanbide normal bat eduki, ez zirelako normalak, eta ez zituztelako lanbide askotan...ba orduan, alde horretatik...ba hori, aldaketa asko egon dira, zein...azkeneko hamar urtetan ba lanean nola trans asko ezin izan dute bere lekua aurkitu baina gaur egun hori aldatu da.

**A.O.: Orduan zure ustez, komun komunak izango lirateke, mmm onuragarrienak kolektibo honentzako**

A.: Bai, osea, aurrekoa esaten nun ze ee edonon gerta daitezke edozer gauza, esan nahi dut ee emakumezkoen komun batean, gizonezko trans bat sartzen baldin bada bertan ere, ee, harrera ez egokiak eman daitezke, non izango dira hoiek...edo non izan dezaket horrelakoak bizitzeko arrisku gehien? Gizonezkoen komunean sartu naitekenean eta ondino bulba izatea...eta antzinako pentsamendua duten edonor sartzekoan eta zeozer egitea...osea ikusten duguna emakumezkoen kontrako biolentzian edo indarkerian...Gutxi gora behera berdina, pentsamendu horiek ezabatu behar dira, eta horrelako pentsamenduak duten pertsonak dauden tokian...zailtasun eta beldur hoiek egongo dira, baina edozein gauzarekin gertatzen den moduan

**A.O.: Berriz bueltatzen, kategorien edo kirolean ematen den generoarekiko segregazioari dagokionez, zu oraintxe bertan sentitzen zara...bueno lehen hitz egin dugu horretaz, baina era labur batean, oraintxe bertan sentitzen zara kategoria hautatzeko eskubidearekin? Edo prozesu legalak oraindik daude oztopo bezala?**

A.: Lehen esan dudan moduan, nire kasuan, emakumezkoen talde batean nago, NAN txartela ondino emakumezko sexu edo generoa dudalako...eroso sentitzen naiz bertan eta ez dut aldatzeko nahia izan baina nik ezagutzen ditudan beste pertsona batzuk, zailtasunak dituzte eta izan dituzte haien kategorian jokatzeko, behin hormonekin hasita, jada fisikoki aldatuta daudela eta gizonezko eta emakumezkoen artean dagoen desberdintasun fisiologikoa jada orekatu denean...ba behin aldaketa hori eginda kontatu didate ba ee aukeratu nahi izan duten pertsonak ezin izan dutela mantendu bere taldea, esaterako nik ezagutzen dut gizonezko trans bat, saskibaloia egiten zuena eta bera behin hormonekin hasi zenean ezin izan zuen emakumezkoen talde horretan jarraitu, azken finean hormonak argi dau hori ee mutilen ezaugarri edo gaitasun batzuk handitzen dituela eta hori neskeekiko desabantaila eragin dezake, baina bueno...

**A.O.: Orduan zure kasuan adibidez, gizonezkoen mailara pasatzea ez zenuke espazio seguru bezala ikusiko?**

A.: Ez, baina gehio, ezagutzen dudalako bertan jokatzeko duen jendea. Nik aldaketa bat izan badut, osea fisikoki ba ahots grabegoa dekodala, gainera, bizarra atera zaidala, ez dekodala bularrik...ba azken finean ezaugarri hauek baldin baditut, eta gizonezko baten antzerakoa edo gizonezko baten moduan irakurria banaiz, ba orduan bai erosotasuna emango zidan. Baina, orain momentu honetan, pasatzea gizonezkoen talde batera pasatzea...ez zen izango segurua...eta hori esan dudana, ez bakarrik hori, azken finean ,

gizonezkoen talde batera pasatzen banaiz eta gainera ezagutzen badute nire iragana, ba horrek ez dit segurtasunik ematen.

**A.O.: Ezagutzen duzu aurten ateratako trans lege berriaren zirriborroa?**

A.: Bai , gutxi gora behera bai, entzunda daukat eta bueno, irakurri dut pixkat baina ez osorik

**A.O.: Ba, nolabait trans pertsonen kategoriaz aldatzeko edo kategoria hautatzeko bere generoarekiko, ba eskubide hori ematea bilatzen du, zein da zure iritzia honi buruz?**

A.: Bai, pausu oso handia izango litzateke. Hau onartu egiten bada, pausu handi bat izango litzateke. Lehen esaten nuena, azken finean, hombre fisikoki beti desberdintasun bat egongo da, horregatik garrantzitsua izango da talde mistoen jarraipena egitea edo sustatzea. Ez bakarrik txikitari talde mistoak egotea baizik eta nagusitan ere, edo igual agian sortu beharreko taldeak...txarto irudituko litzaidake baino igual trans pertsonen taldeak sortzea...ez dut egokia ikusten baina justuena izango litzateke gainerako pertsonentzat. Ez dut ondo ikusten, osea azken finean ba lehen hitz egin duguna, ez dut uste ezberdintasunik egon behar duenik gizonezko eta emakumezkoen artean eta are gutxiago pertsona bat ba hori gizonezkoa izatea edo emakumezkoa izatea gura badu zuk desberdintasun hori egitea gutxiago.

**A.O.: Orduan esan duzunarekiko, kirolean ematen den segregazioaren aldekoa ez zara?**

A.: Ez, osea, argi daukat eta beti esango dut, gizonezko eta emakumezkoen artean fisikoki desberdintasun handia dagoela, emakumezkoek gizonezkoekin konparatuta indar gutxiago dute, abiaduraren kontuan gutxiago korrika egiten dute. Orduan desberdintasun hori onartu egin behar da, horrek ez du esan nahi talde mistoak egin ahal ez direnik eta talde hauetan oreka bat sortu dezakegu

**A.O.: Noizbait, kirol munduan ez soilik futbol arloan...instalakuntza publikoetan, igerilekuan, ez dakit, kirolarekin harremana duen eremuren baten, jazarpenik edo erasorik jaso duzu? Ikusle goaren partez, arerioen artean, aldageletan zaudela kanpotik datorren edonoren partez...komentarioak, begiradak, biolentzia sinbolikoa...**

A.: Eraso bortitzak ez, orain arte jaso ditudan ba hori komentarioak edo, gutxienekoak dira baina niretzat esanguratsuak dira, ba bai, nik entzuten ditudalako eta mmm me suena un

poco a mal baina bueno , badakit ere askotan nahi gabe egiten direla, komentario horiek ba esaterako ikustea norbait atzetik...emakumezkoen aldagelan sartzen naizela eta esatea “eh no, que este es el vestuario de chicas!” , agian da kontraesana baina, ee alde batetik iju! Porque me han identificado como lo que soy, chico, baina bestaldetik da pfff osea gura dut sartzea honengatik no tengo que darte toda la explicación...askotan, buelta ematen dut eta “ah vale! Que eres mujer...” y ya es como ayyyyyss. Baina bueno, da kontraesana, dira ba esaldi hauek, mingarriak direnak, pixkat, baina bueno hori, nik kontuan hartzen dut nahigabe egiten direzela.

**A.O.: Zuk esango zenuke kirola orokorrean trans pertsonetikiko inklusioa dela? Kolektibo hinen inklusioa bilatzen duela?**

A.: Nire ustez...nire esperientziagatik, momentura arte hori esan dudana, ez dut bizi momentua aldatu behar dudala kategoriaz gizonetako naizelako, ez dakit, baina orokorrean ikusita lehen aipatu dudana lagunaren kasua edo beste kasuren bat ikusita...ee pixkat erlazioan dezaket desgaitasunak edo dituzten pertsonekin...agian beste talde bat sortu behar dutela “persona normalak” direzenekin desberdintasunak daudelako, orokorrean ez dut uste inklusioa denik.

**A.O.: Azkenean, sexu segregazioa ematen denean ez soilik pertsona trans pertsonetikiko, baizik eta pertsona no binarientzako ere, eskusioa izan daiteke...**

A.: Bai, generoen arteko gatazka ere bultzatzen da. Baina kolektiboarentzako ba esan dudana, sortu behar dira ba, aldagela mistoak, Frantzia hainbat lekutan badaude, dutxak be kabinekin bereiztuta daudela, dutxak bereiztuta eta hor soilik pertsona bat sartzea. Zer zailtasun daude horrelako aldagelak eratzeko? Ez dut inolako arazorik ikusten...hain erreza da, baina gauza da agian instalazioen aldetik dirua kostauko duela...

**A.O.: Orduan hemendik urte batzuk pasa arte, kirola inklusioagoa izatera pasa daitekeela uste duzu?**

A.: E bai, nik uste dut, hori, azken finean gaude hasiera baten...egia da, aldaketa asko eman direla, legeen aldetik, pertsonetikiko harreraren aldetik, baina...oraindik hasiera batean gaude, azken finean konparatzen dut baita emakume-gizonetako desberdintasunarekin, ondino dauz lantoki asko ee salario desberdinak egiten dituztela generoetikiko, orduan ikusten dut ba hori baldin bagauz emakume-gizonetako desberdintasun horretan, ba transexualen egoerarekin are gehio. Egia da, ba hori, aurrerapen asko emon direla eta garrantzitsuena da gizartearen ikuspuntuagatik onartuak izatea.

**A.O.: Hasiera batean aipatu duzu, zuretzat kirola liberazio edo deskonektatzeko eremu bat bezala dela, ee zuk uste duzu kolektibo honekiko, orokorrean, onuragarria izan daitekeela jarduera fisikoa eta kirola, hauen bizi kalitatea hobetzeko? Bai, arlo psikologiko, sozial eta emozionalean**

A.: Pentsatzen dut kirola, edozein pertsonarekiko...ez bakarrik fisikoki, psikologikoki ere, onuragarria dela, horretan sartzen da esan dugun bezala....

**A.O.: Gauza da trans pertsona askok kirolean ematen diren oztupoak bizi dituztela eta kirola sexu-genero segregazioan oinarritzen dela eta estruktura binarioa eta honek dakartzan genero estereotipoak kontuan izanda, kirol munduan trans pertsonak egoera gogorrek bizi ditzakete**

A.: Bai, baina bueno, kirola orokorrean hitz egiten badugu, dauz kirol indibidualak eta taldekoak, orduan zailtasun gehienak talde kirolean bizitzen ditugu...horretan ematen da segregazioaren ondorio nagusiak. Azken finean, suena mal baina dauz indibidualki parte hartu dezakezun kirolak eta agian, pues dana hobetu arte horretan espazio eroso bat aurkitu dezakegu, eta horietan parte hartu beharko genuke...Aber lehen esan dudana bezala, ez genuke horrelakorik egin beharko baina gauzak dauden bezala...ba aukera bat izan daiteke kiroleko onurak bereganatzeko

**A.O.: Zuk erreferenteren bat izan al duzu, kirolaria eta trans pertsona dena?**

A.: Trans kolektibokoa eta kirolaria, ez dut oraindik ezagutu, horrelako konbinaziorik...ee bai, erreferente moduan ditudala hainbat trans pertsona, haien artean La Veneno, seriea ikusi dut, me parece una seriaza, denoi gomendatzen diet eta gehitzen nuen esaldia zen "te la recomiendo porque verás como me siento yo"...oraindik ere berak bizi izandako sentimenduak guk ere bizitzen ditugu, beldurra, familiaren esklusioa...nire kasuan sorte handia izan dut, familiak lagundu didalako eta nire ondoan dagoelako prozesu honetan, baina horrelako kasuan ez dauden pertsona asko ezagutzen ditut, eta adin gazteetan horrelako egoeretatik pasatzea oso gogorra da.

**A.O.: Klubera eta taldera bueltatzen...noizbait zuretzat lekua ez zegoela sentitu duzu, nesken talde baten jokatzeko duen gizonetzko moduan? Lekuz kanpo sentitu zara noizbait?**

A.: mm ez, nire taldean agian da pentsatzeko duten moduagatik edo ez dakit zergatik, baino nahiko barneratuta sentitzen naiz, gizonezkoa izateagatik ez naiz inoiz lekuz kanpo sentitu

**A.O.: Eta beste kirol jardueretan, fitboxen edo?**

A.: mm ez, nahiko indibiduala da, orduan, printzipioz...gainera hainbat pertsona ez ditut ezagutzen. Ni hara noa, egiten dut saioa eta listo, banoa. Ez, gainerako tokietan nahiko barneratuta sentitu naiz, ez ditudalako pertsona asko ezagutzen. Arraroa da, ni gizonezko moduan ikustea eta emakumezkoen aldageletan sartzen ikustea...baina bueno...

**A.O.: Ta amaitzen joateko, zure ustez etorkizunera begira, nola izango litzateke trans pertsonen egoera ideala kirol munduan? Kirol mistoa...Lehiakortasuna kulunkan jartzea...**

A.: Lehiakortasuna egotea, ondo dago, neurri batean...Ez dut uste lehiakortasuna denik desberdintasunak sortzen duen faktorea...zein izango litzateke egoera ideala? Ezinezko bezala, ikusten dut, imajinatzea kostatzen zait, baina talde mistoak egiteko aukera egotea...baina...ez dakit...bueno, nire ustez arazo gehiago daude instalakuntzen kontuan, berez kirolean baino, hombre la edad del pavo es la edad del pavo y quien es cabrón es cabrón, pero es cabrón con quien cree que es el más devil para el, ez dut uste trans izatea, lesbiana izatea edo gay izatea berdin du, si se quieren meter contigo se van a meter contigo...si eres lesbiana porque eres lesbiana, si no porque eres gay, o por que tienes cojera...

**A.O.: Agian aproposena...hezkuntza, ikusgarritasuna...**

A.: Gauza da, pertsona bati aukera emotea zer nahi duen hautatzeko, emakumezko talde batean jokatzeko? Ba emakumezko talde batean jokatzeko...gizonezkoen talde batean jokatzeko? Ba gizonezkoen talde batean jokatzeko. Bakoitzak erabaki dezan non jokatu nahi duen...Gauza da, lehiakortasunagatik hau arazo bat izatea...edo desberdintasunak edo abantailak ematea...ez dakit azkenean kirola da

**A.O.: Bai, honekin arazo asko daude, horregatik, jendeak esaten du,, bakoitzak erabakitzeko eskubidea badauka ba agian emakumezkoen ligara joko duzula, ba hori, irabazteko edo errazago izateko...hor dago koska**

A.: Pero y qué tengo que hacer? Crear otra división...como los negros? Que tenían diferencia de clase...trans por un lado y "la gente normal" por otro...somos otra manada? Como los animales? Seguruenik etorkizun hurbil batean...trans ligak egongo dira, ez dut ondo ikusten baina seguruenik egongo da. Fisikoki justuena da, baina ez dut egoki ikusten. Normalean, gizonezkoa den pertsona hobeto sentituko da gizonezko maila batean, eta emakumea sentitzen dena emakumezkoen kategoria batean. Zure iragana ezagutzearen kontua, eta horrekiko zein izango den harrera...ba azken finean, beste beldur bat da. Baina, ez zara egongo bizitza osoa damututa beldurratetik, edo ezkutatuta egongo beldurratetik...

**A.O.: Ta ia, amaitzeko, zerbait eranstea gustatuko litzazuke, honen ingurukoa?**

A.: Aber, hori, esan dudana momentu oro, uste dut, honen inguruan onarpena dela garrantzitsuena, beste alde batetik erabakitzeko eskubidea izatea eta errespetua, kirolean behin da berriz aipatzen den gauza errespetuarena dela, eta txikitatik irakatsi behar zaie umeei dibertsitatean bizi garela ta errespetuarekin jokatu behar garela. Adin batzuekin zaila da esklusioa eta bereizketak ekiditzea, baino bueno, entrenatzaileen papera da pertsona hauek barneratzea eta ez esklusioa bultzatzea edo egitea, edo taldetik kanporatzea, eta hori taldekideen artean bultzatu behar dute eta hori errespetua, errespetuarekin jokatzen badugu denon bizitza hobetuko izango da.

**A.O.: Bueno, ba hau guztia esanda, amaiera emango diogu elkarrizketa honi, berriz ere mila esker elkarrizketa onartzeagatik eta beste batera arte!**

#### 8.4. EGOITZEN ELKARRIZKETA

**A.O.: Ongi etorri elkarrizketa honetara , lehendabizi eskerrak eman nahi dizkizut hemen egoteagatik zure baimenarekin grabazioa hasiko dut, bueno jada piztuta dagoena ee eta bueno hasteko gustatuko litzaidake zure aurkezpen txikitxo bat ee entzutea, adibidez, adina jakitea, jaiotzean esleitutako generoa, nongoa zaren, zein ikasten zabiz, eta beno pixka bat zure historia.**

E.: nik hemezortzi urte ditut eta jaiotzean emakume bezela irakurri ninduten eta Bilbokoa naiz eta 2.batxilergoa ikasten nago. Konturatu nintzen transa nintzela sei urte nituenean baina nere familiari eta nere inguru osoari kontatu nion hamabost urte nituenean eta ba egoera zaila izan zen , beno ez nere familiarekin baizik eta esateko momentua baina gero esan nuen momentutik guztiz aldatu naiz eta bueno beste pertsona ezberdina naiz



**A.O.: Bale, ia kirol munduan edo kirol arloan pixka bat sartzen ee kontatu dezakezu zein izan den zure ee kirol bizitza edo zein kirol egin dituzun eta abar**

E.: eee nik kirol egin ditut , ee, ez dakit, pilo bat, zeren asko gustatzen zait kirola baina ez naiz oso ona kirolan en general, baina txikitan egiten nuen gimnasia erritmikoa gero baina ez nintzen oso elastikoa ordun utzi nun, gero hasi nintzen saski baloian eta ba gero ia ee baina saski baloian eman nituen bost urte edo, eta gero utzi nuen eta ia esan ondoren, hasi nintzen dantzan eta ya está, ez det kirol gehiagorik egin

**A.O.: eta dagoeneko jarduera fisikorik edo kirolarik egiten duzu?**

E.: orain jarraitzen dut dantzan eta bueno nire kabuz korrika egin edo entrenamendu fisikoa gimnasia baita, edo holako gauzak

**A.O.: saski baloiaz zein momentutan utzi zenuen edo zergatik utzi zenuen?**

E.: utzi nuen institutura sartu nintzelako eta taldeak banatu zituzten eta jarri zuten onak eta txarrak eta ni nengoen txarretan orduan joan nintzen zeren nire lagunak zeuden talde onean ,ia horregatik utzi nuen

**A.O.: ta hasiera batean nork bultzatu zizun kirola egitera, familia, lagunengatik edo?**

E.: baa, izan zen pixka bat ingurunean, zeren, nire aita, adibidez, txikitatik egon gara mendira joaten , tenisean edo futboleak jolasten, osea, denbora guztian kirola egiten, ta gero ba, saski baloian hasi nintzen nire lagunak zeudelako hor ,taa horregatik hasi nintzen bakarrik

**A.O.: taa galdetu ahal badizut orain zure bizitzako edo... zein momentutan aurkitzen zara trans prozesu honetan edo?**

E.: daramat ia hiru urte hormonetan eta bularra kendu nuen duela hiru hilabete gutxi gora behera, eta horretan nago

**A.O.: orduan pixka bat jakiteko hau, hormonazio prozesua hastea edo operazioa edo kirurgia hori, nolabait prozesu hau eragin izan zuen kirolaz aldatzeko edo kirola uzteko, adibidez, saskibaloia zuk esan duzu ia**

E.: eeh, eragina...eragin positiboa izan dela uste dut...saskibaloia nire lagunak ez zeudelako utzi nuen, eta gero, egon nintzen pare bat urte kirolik eta jarduera fisikorik egin gabe. Baina gero, hormonetan hasi nintzenean eta bueno esan nuenean guztiz aldatu nintzen eta orduan nire ee pues kirola egiteko gogoak aldatu ziren eta gainera hormonekin ba energia gehiago dut eta horregatik bueltatu nintzen

**A.O.: Eta dantzan hasi zinenean jada ee zure generoa publikoa eginda ia zegien eta ee prozesu hau ia hasita zegoen?**

E.: eh bai, dantzan hasi nintzen duela urte bat eta ia hasita nengoen hormonetan, ia 3 urte daramat hormonetan

**A.O.: Bale, eta heziketa fisikoko irakasgaiaren inguruan nola izan da zure esperientzia, bai eskola adinean ta bai batxilergoan ere?**

E.: Bueno, egia esanda da gehien gorrotatu dudan irakasgaia zeren beti oso txarra izan naiz kirolean, asko gustatzen zaizkit baina oso txarra izan naiz beti. Orain ia ez hainbeste, baina lehen bai. Gainera, baita gertatzen zitzaidana zan nik oso zailtasunak nituela lagunak egiteko, ordun gimnasiako klaseak ziren lagunak klaseak ordun nik ez nituenek lagunak, ordun bakarrik nengoen eta ez nuen ezer egiten , eta askotan gaixotasun modukoak nituen. Joan nintzen medikura pila bat aldiz ze neukan trokanteritis edo holako zerbait osea gauza super arraroak zeren azkenean nire gorputzak erreakzionatzen zuen horren aurka

**A.O.: Taa igual era orokorrago batean...suposatzen dut, zuk bizi izan duzula guztiok bezala modu batean edo besteak irakasgai honetan eskusioa eta generoarekiko segregazioa...asko nabaritzen delako, alde batetik lehen aipatu duzun bezala kirolan askotan ematen da eta heziketa fisikoko irakasgaian ematen da alde batetik onak jartzen direla beste alde batetik txarrak, eta kasu askotan izaten da mutilak alde batetik eta neskak beste alde batetik, zuk nola bizi izan duzu horrelako egoerak heziketa fisikoa? Ta zu, trans pertsona bezala, horrelako egoerak nola bizi izan dituzu?**

E.: Ba egia esanda, sexu-segregazioa egiten zenean oraindik ez nuen esan ordun ni bakarrik nengoen eskluituta txarra izateagatik, eta inork ez ninduen aukeratzen eta ez nituenek lagunik, ordun ia gutxiago eta gero, ia uste dut amaitu zituztela genero segregazioak. Gutxienez, nire klasean eta jendea zan como...egiten ziren kirol gehio orokorrak eta bakoitza bere gorputzarekin eta ez taldeka ta hola...

**A.O.: Ta ia berriz ere, kirola eta zure arteko harremanari bueltatuz, orain dagoeneko nola definituko zenuke zure burua eta kirola eta jarduera fisikoaren arteko harremana? Arlo emozionala eta fisikoa kontuan hartuz**

E.: Baa ee oso harreman ona da, jarraitzen dut oso txarra izaten kirol guztietan baina asko gustatzen zait eta ordun ba ez dakit, kirola egiteko momentua da...ni nire buruarekin egoteko momentua eta ez dakit igual dantzan oso txarra naiz baina gustatzen zait eta da, ez dakit...bizitzeko momentua

**A.O.: Orduan esango zenuke arlo emozionaletik paper oso garrantzitsua duela kirola zure bizitzan eta onura psikologiko asko dituela?**

E.: Bai nire ustez oso positiboa izan da kirola nire bizitzan

**A.O.: Ta zergatiak aztertuz, gustatuko litzaidake zergatik egiten duzun jarduera fisikoa?**

E.: Ba egiten dut kirola, nire gorputzarekin hobeto sentitzeko eta nire buruarekin hobeto sentitzeko...taa eske nire asko gustatu zait betidanik nire burua zaintzea, jateko orduan eta baita kirola egiteko orduan...gutxiago kostatzen zait zaintzea janariarena, aldiz kirolarena...zeren kirola esfortzu bat da eta janariarena ez ordun...horregatik baina, oso garrantzitsua da niretzat nire burua zaintzea

**A.O.: Ta jarduera fisikoa edo kirola egiterako orduan atzera botatzea edo esan duzun bezala gehiago kostatzen zaizula jarduera fisikoa zaintzea dieta baino...zuk uste duzu egoera horretan trans izatea eragina duela?**

E.: Ez dut uste, baina, bai, ee egia da gutxiago kostatzen zaidala orain hormonetan nagoela eta baita motibazio desberdina dudala, zeren eta lehen ez neukan ezertarako motibaziorik en plan bizitza , bizitza osoan eta orain gehiago dut eta ordun horregatik zaintzea eta kirola egitea pos motibazio handiagoa dut

**A.O.: Eta noizbait, gorputz itxuran aldaketaren bat izateko helburuarekin edo zure generoarekiko gizartean inposatuta dagoen itxura normatiboa eskuratzeko helburuarekin planteatu duzu jarduera fisikoa egitea?**

E.: Bai, hasieran ee hasi nuen gimnasia joaten nahi nuelako bularra murriztu eta bularra txikitu eta horregatik hasi nintzen gimnasioan eta ee hori eraman ninduen kirola maitatzera eta horregatik ba...ez dakit erantzun dudun

**A.O.: ta jakitearren, osasun arlotik edo, mediko arlotik, zure kasuan behintzat gomendatu dizute, hormonazio prozesu honetan jarduera fisikoa egitera?**

E.: Bai, hasiera batean esan zidaten lodia nengoela baina osea ez nengoen lodi baina askotan esaten diete endokrinoek hormonazioa baino lehen askotan esaten diete jendeari en plan lodia dagoela eta ez dakit, daude normal ez daude oso argal ezta oso lodi eta orduan bai, esan zidaten hobeagoa izango zela hormonak ee hormonon efektuak areagotzeko eta eragin handia izateko, beharrezkoa zela eta hobeagoa zela jarduera fisikoa egitea

**A.O.: Orduan, lehen esan dugunera bueltatuz, trantsizioa kirol munduan ez zenuen bizi, justu izan zen saskibaloia eta dantzaren artean?**

E.: Bai, hori da, ez nuen trantsizioa bizi kirol eremuan, trantsizioa baino lehen ni nengoen oso txarto mentalki, nire buruarekin orduan ia utzi nuen kirola guztiz

**A.O.: Trans pertsona bezala, noizbait jarduera fisikoa eta kirola egiteko oztoporik izan duzu? Bai legalki eta baita zure buruarekiko...?**

E.: Zorionez, legalki ez dut oztoporik izan zeren joan naizen gimnasioetara ba ez zidaten inolako arazorik jarri, gainera esan zidaten nahi banuela erabili ahal nuela beraiek zuten aldagela bat aparte, gurpil aulkian doazen pertsonen komuna hain zuzen ere, eta esan zidaten hori ahal nuela edo mutilena edo neskeena, hori berdin zitzaien. Eta hori erabiltzen dut zeren eta azkenean, seguruago sentitzen nintzen eta naiz. Eta oztopoa izan ahal zen aintzinean nire bularrarekin nuena...zeren azkenean ba igual gimnasioan...ez zitzaidan asko igertzen baina ee igual gimnasioan zeuden dena ispiluak eta bueno nirekin ez nintzen oso ondo sentitzen eta igual baita korrika egitera kalera irtetzen nintzenean, ba pentsatzen nuen bua nire bularrak edo horrelako pentsamenduak etortzen zitzaizkidan. Eta hormonetan hasi baino lehen, ba hilekoarekin arazo handiak nituen zeren hilekoa etorri zitzaidan 9 urtekin, ordun betidanik izan ditut arazoak horrekin zeren gimnasia orduan eskolan niretzat ziren tortura baten modukoak horregatik hasten nintzen nire gaixotasun fiktizioekin eta hola...

**A.O.: Ta zer iruditzen zaizu, eske egia da nahiko entzunda daukat ee zuek igual kirol instalakuntza publiko baten erabilera egiten duzuenean askotan bideratzen zaituztela aniztasun funtzionala duten pertsonentzat egokitutako geletara, zer iruditzen zaizu zuri hori?**

E.: Aber niretzat nire ustez, oso ona da, zeren eta aukera bat ematen dizute, baina onena da bakoitzak erabakitzea zein aldagela erabili nahi duen zeren zakila duen emakume

bat neskeen aldagelan aldatu nahi bada...bere eskubidea du eta baina ez bada seguru sentitzen ba aukera hori izatea oso onuragarria da

**A.O.: ta dagoeneko esango zenuke kirol instalakuntzan edo kirol arloko instalakuntzak espazio seguruak direla pertsona transekiko?**

E.: eee ni beldurra diet esanda, horregatik sartu nintzen aniztasun funtzionala duten pertsonen aldageletan bai, sartu nintzen hor zeren beldurra nuen, azkenean zen ba ez nintzen ondo sentitzen emakumen aldageletan zeren ez zuen inongo zentsurik nik hor egote baina baita ez dakit beldurra nuen gizonen aldageletan sartzea, horregatik beti sartzen naiz hor

**A.O.: Ta oraindik ere aldagela hori erabiltzen duzu?**

E.: Bai

**A.O.: Ta ia aldagelak alde batera utziz, ee gimnasioa edo kalea zuretzat espazio seguruak dira trans pertsonetikiko jarduera fisikoa egiterako omentuan?**

E.: Nire ustez ez dute zertan arriskutsuak izan behar zeren eta jendeak ez du jakingo transa zarela, ez dakit, daukazu arrisku berdina ateratzen bazara paseo bat ematera, ez dut zertan erlazioa ikuste.

**A.O.: Bueno, nebilen gehio, ez dakit nola esan baino ee igual ba ez dakit, `passing` hori lortu ez duten pertsonak igual nolabait fraka motzekin edo kirol arropa konkretu batzuekin ...ba kalera korrika ateratzea ba igual...oztopo bat izan daiteke**

E.: Arlo horren inguruan bai, uste dut oso zaila izan daitekeela zeren gainera pertsona hori izan daiteke ez egotea ondo bere gorputzarekin eta konfiantza ez izatea ordun momentu horretan lotsa edo sentitu dezake, edo beldurra eta momentu horretan ba igual ee egin dezake ba jende edo pertsona hori ez ateratze

**A.O.: Ta era orokorrago batean, zure burua alde batera utziz zure ustez zer nolako oztopoak aurkitu ditzake trans pertsona batek jarduera fisiko edo kirola egiterako momentuan?**

E.: Baaa...ez dakit...bueno bere gorputzarekin txarto sentitzea eta ez izatea segurtasun horrelako espazioetara joateko, segurtasun falta, beldurra eta ba igual ez dakit...

**A.O.: Ta ez dakit entzunda duzun Ley Trans delako zirriborroari buruz zeozer...**

E.: Gutxi

**A.O.: Ba lege zirriborro honi esker trans pertsoneri haien kategorian jokatzeko eskubidea ematen zaio, hormonazio prozesu eta aldaketa erregistratutako batetik igaro barik, zein da zure ikuspegia honi buruz?**

E.: Ba logikoa, azkenean pertsona bakoitzak eskubidea du bere sexuarekin edo bere generoarekin lehiatzeko kirolaren inguruan, azkenean ez du zentsurik gizon trans bat egotea neskekin jolasten ez diotelako uzten gizonaekin jokatzeko

**A.O.: Orduan...trans kolektiboa eskubidea izan beharko luke kategoria aukeratzeko?**

E.: Bai, nire ustez bai, edo igual ez erabakitzea, ia jartzea...bueno depende baita...berdina gertatzen da aldagelekin...baina bai izate eskubidea ni hemen jolastu nahi dut eta hemen jolastuko dut

**A.O.: ee ta honekin lotuz zein da zure ikuspegia kirolan ematen den sexu segregazioaren inguruan?**

E.: Ba, beti jarri dira emakumeak como ez balute... como si fuesen deviles eta zorionez aldatzen dago baino oraindik aurreiritzi asko daude honen inguruan

**A.O.: Ta zure ustez, segregazio hau ee trans pertsonentzako oztopo bat izan daiteke kirola egiterako orduan?**

E.: Bai nire ustez bai zeren azkenean baita izan liteke ee neska trans bat futboleko aritzea eta esatea baina zuk ezin zara neska izan zeren futbola gustatzen zaizu

**A.O.: Ta honekin lotu behai, segregazio hau kontuan izanda zuk esango zenuke kirola inklusiboa dela trans pertsonetarako?**

E.: Nik uste baietz...bueno depende taldea eta kirol mota...baina ee ez dut uste...uste dut konkretuki pertsona transekin ez direla sartu, igual gehio kolektibo osoarekin orduan ez dut uste desberdintasunik dagoen transa edo gay izatearekin kirolaren munduan, ez dut uste ezberdintasunik egongo denik...bueno eske talde kirolen inguruan ez dakit asko, ez dut asko kontrolatzen

**A.O.:** Klaro azken finean igual imagina ezazu zure kasuan saskibaloia egiten zenuenean, momentu horretan zure generoa publikoa egitea eta hormonazio prozesua hasteko nahi izatea baina klaro momentu baten ia pasatu behar zara kategoria batetik bestera, ez dakit bi uste hormonazioan eta ia aldatu behar zara kategoriaz...ta bueno, bestalde batetik erdian dauden trans pertsonetikikiko bebai hori kategoria erabakitzerako orduan...oso inklusiboa igual ez da...

E.: Nik ezagutzen dut mutil bat bere taldetik bota zutela trans izateagatik eta esan zioten ia ezin zuela hor jokatu zeren bueno eske joan zen...zegoen neskekin jolasten eta esan zuen mutilekin jolastu nahi zuela et orduan bota zuten taldetik eta baina geroago hasi zen futbolearen zeren saskibaloian zegoen, eta hartu zuten mutilen futbol talde batean ordun ondo

**A.O.:** Ia ez ikertzen inklusiboa den ala ez, baino trans pertsonen gizartean inklusioa lortzeko kirola medio bezala erabili daiteke zure ustez?

E.: Bai, gehiago ba e telebistan agertzen den kirola zeren jende hori oso influentea da ordun haiek esaten duten guztia jarraituko dute besteok, eta adibidez Cristiano Ronaldo esaten badu trans pertsonak onartu behar direla, ta hemen daukagu trans bat gure taldean ba aldatuko da pertsona askoren ikuspuntua

**A.O.:** Ze ikuspegi duzu kirol mistoarekiko?

E.: Ni saskibaloian aritu nintzenean mistoa zen taldea ordun puntu horretatik oso ona iruditzen zait zeren gainera bere identitatearen arazoak dituzten pertsonak ez dute taldearekin arazoak izango eta ba igual genero no binario diren pertsonak ez dakite sartu emakumeen edo gizonen taldean, seguruenik ee bulba badu ba esango diotela sartzea neskeen talde edo zakila badu mutilen taldean et ez diote aukera emango berak erabakitzeko

**A.O.:** Orduan zure ustez pausu garrantzitsua izango litzateke kirola eraldatzea edo kirol misto baterantz jotzea?

E.: Nire ustez oso ona izango litzateke jende askorentzat zeren gainera aurriritzi asko aldatuko ziren hori lehen esan dudana emakumeen ahultasun eta horrelakoak aldatuko ziren eta oso utopikoa da baina oso ideia ona nire ustez

**A.O.:** Ta berriz ere zure kirol esperientziara bueltatuz, ee igual modu batean edo bestean ia erantzun duzu galdera hau baino zure generoa publikoa egitea edo trantsizio

**prozesua hau hasi baino lehen zure kirol egoera izan zezakeen aldaketei buruz pentsatu zenuen?**

E.: Ez egia esanda ez, zeren eta momentu horretan ez nuen kirolean nire burua ikustean, ni nintzen eta jarraitzen dut abeslaria izaten eta ordun arlo horren inguruan kezka handiagoa nuen

**A.O.: Ta kolektibo honen bizi kalitateari dagokionez zure ustez kirola eta jarduera fisikoa paper garrantzitsua jokatzen du horretan? Bai arlo emozionaletik eta baita arlo fisikotik**

E.: Arlo emozionaletik bai, zeren eta azkenean ee kirolak laguntzen zaitu zure osasun mentalarekin pila bat ordun horren inguruan bai, eta ba azkenean hobeto sentitzen bazara eta hobeto ikusten baduzu zure burua eta zure gorputza hobeto sentituko zara eta gauza gehiago egiteko gogoak izango dituzu, jendearen aurrean edo ez, da bukle bat bezala

**A.O.: Ezagutzen al duzu, kirol munduko trans pertsona famaturen bat edo erreferenteren bat izan duzu kirol arlokoa trans dena?**

E.: Egia esanda, ez dut inor ezagutzen

**A.O.: Ta berriz ere zure kirol bizitzara bueltatuz, ee kirol munduan noizbait zuretzat lekua ez zegoela sentitu al duzu?**

E.: Baaa igual bai, zeren azkenean ba hori aldagelekin ba horren inguruan, aldagelen inguruan ba horrek baita mugatu nau eta ez dakit, esan dut bua eske igual ezin dut... eta baita gertatu zait, eske niri asko gustatzen zait igeri egitea eta igerilekura joatea, eta daramat 4 urte joan gabe, ta ordun ba zeren eta justu esan baino lehen utzi nuen igeri egiteari, zeren beldurra nion eta nire bularrak ikusten ziren...ta holako arazoak

**A.O.: Orduan esango zenuke igerilekuaren inguruan edo igeriketa arlo horretan trans pertsonak igual espazio ez seguru bezala hartu dezaketela?**

E.: Bai, zeren azkenean da zure...exponer tu cuerpo completamente ta horrek beldurra eragin dezake

**A.O.: Ta aldagelei dagokionez, zer pentsatzen duzu komun komunei dagokionez?**



E.: Ba oso ideia ona da, ez dakit zergatik ez diren jartzen...zeren eske ez zaizkit argudioak bururatzen honen inguruan zeren azkenean bakoitza...ta gainera komunak indibidualak badira berdin du nor dagoen hor

**A.O.: Ta kasu horretan, ee trans pertsonetikiko eta emakumezkoetikiko espazio seguruak izango liratekeela uste duzu?**

E.: Nire ustez bai, zeren ni gainera, ni sartzen naiz gehienetan emakumen komunitetan zeren garbiagoak daude eta inork ez dit ezer esan bestela esango nion bueno ba...igual emakume bati ez bazaio ondo iruditzen bai igual ez naiz sartuko baina inork ez didanez ezer esan...nik jarraitzen dut hola eta listo

**A.O.: Orduan ee kirol munduko edo kirol instalakuntza publikoetan ee bueno gimnasioaren kontua ia aipatu duzu, ez dakit bestelako espazioak edo erabiliko dituzun baino, esan duzu, ee emakumezkoen aldagelak dituzula?**

E.: Gimnasioan erabiltzen ditut aniztasun funtzionala duten pertsonen aldagelak, nire institutuan beti erabili dut gizonezkoa baina komunak neskeenak, hori garbiagoak daudelako eta baita ere nire lagunak neskak direlako eta ba hor sartzen naiz

**A.O.: Ta ia amaitzen joateko, zure ustez etorkizunera begira nolakoa izango litzateke trans pertsonen egoera ideala kirola arloan?**

E.: Jendea ez izatea aurreiritzirik eta ez pentsatzea ee pertsona hori trans da, pertsona askok soilik ikusten dutelako etiketa hori eta ez dute beste gauza batean pentsatzen eta ez dute pertsona horren atzean dagoen guztia ikusten

**A.O.: Nola bultzatuko zenuke zuk trans pertsonen partehartzea kirol munduan?**

E.: Baa taldeetan ez egotea arazorik egoteko trans pertsonak, profesional mailetan ere bai, eta ee bueno ez dakit esan ahal den baina Athletic dauka talde ezberdinak igual daukatenak ba ez dakit zaharrak, como kolektiboak como colectivos oprimidos eta proposatu zuten trans talde bat egitea etaa ba ez dakit, hori ideia ona iruditzen zait bultzatzeko baina ez zait egokia iruditzen konkretuki transena...esaten dizute "bua qué guay"... baina zaude como...segregatzen, bakarrik da...jende guztia onartzea gehiago eta ez segregatzea bakarrik pertsona transak. Gertatzen da berdina komunekin, esatea: nesken komuna, mutilen komuna eta transen komunak ba eske horrek ez du inongo zentsurik

**A.O.: Orduan zuk ez duzu ongi ikusten edo erabilgarri bezala trans pertsonen liga edota taldeka osatzen kirol munduan?**

E.: Igual trans pertsonen ligak ez baina LGBT ligak igual erabili daitezke sinboliko moduan eta kolektiboa bisibilizatzeko kolektibo osoa zeren azkenean transena bakarrik egiten baduzu da como ay los trans que son especiales eta hori

**A.O.: Ba bueno amaitzeko zeozer gehitzeko aukera ematea gustatuko litzaidake, zeozer erantsiko zenuke?**

E.: mm ez

**A.O.: Bale ba , berriz ere eskerrik asko elkarrizketa hau onartzeagatik eta hori, hurrengora arte!**

#### 8.5. BEÑATEN ELKARRIZKETA

**A.O.: Bueno, pues vamos a dar comienzo a la entrevista. Con tu permiso pongo a grabar el audio de esta entrevista. Nuevamente, gracias por haber aceptado la entrevista y eso para empezar me gustaría que hicieras una pequeña presentación tuya, pues eso, edad, de qué trabajas, qué has estudiado, qué género te asignaron al nacer...**

B.: Tengo 23 años, ee he estudiado auxiliar de veterinario y auxiliar de enfermería, he trabajado en hospitales y en residencias y ahora estoy trabajando cuidando a una persona mayor a domicilio. Soy ruso, me trajeron con 2 años a España concretamente a Bilbao y nada ee cuando me adoptaron me pusieron el género femenino no? Hasta que me di cuenta de que ese no era el correcto y nada, mas o menos con 9 años conocí a una persona trans y viendo videos en YouTube, gracias a él supe quién era...y pude dar el paso, entonces pues estuve tiempo pensándolo hasta que se lo dije a mis padres a eso de los doce trece catorce años y nada a partir de ahí me llevaron a la unidad de cruces donde tienes que pasar los controles psicológicos y psiquiátricos y luego te derivan al endocrino que es el que te dice como va a ser tu proceso y cual es el que mas se adecua. Primero empecé con el psicólogo y psiquiatra. Fue bastante largo pero en el caso del psiquiatra me dijo mira no te voy a hacer perder el tiempo y me derivó directamente al endocrino.

**A.O.: Dirías que es difícil acceder al proceso de hormonación por ejemplo?**

B.: Pues yo creo que ahora no tanto, porque no estoy seguro de que controles hacen, o de si te derivan al psiquiatra, pero al menos cuando yo lo hice si que era un proceso largo.

**A.O.: Podrías decirme en qué parte del proceso entre comillas te encuentras?**

B.: Pues yo creo que el proceso es algo que se alarga a toda la vida, el tema de las hormonas es para toda la vida y no creo que el proceso tenga un final. Sí que es verdad que hay gente que decide dejar las hormonas, yo no entiendo muy bien por qué pero bueno cada uno sabe. Yo ahora mismo estoy en un punto en el que no veo necesario pasar por ninguna operación más, como mucho algún retoque pero no.

**A.O.: Pues ya pasando un poco más al tema del deporte y el ejercicio físico cual ha sido tu trayectoria deportiva?**

B.: Bueno, pues mis padres toda la vida me han metido en actividades extraescolares, ya sea natación, tenis, baloncesto...de más mayor he hecho boxeo también. Y cuando empecé a hormonarme pues estaba haciendo remo, no sé muy bien si empecé con las hormonas antes de empezar remo o durante... También hice crossfit en el gimnasio de mi hermano, luego con la cuarentena lo deje completamente. En la cuarentena no hice completamente nada y comía bastante así que cogí bastantes kilos. Y cuando vi lo que engordé y como me estaba poniendo...decidí empezar en un gimnasio al lado de casa que incluía en el precio un preparador físico y ahora estoy ahí, haciendo gimnasio, todos los días. Trabajo, gimnasio y casa.

**A.O.: Cuando hiciste público tu género, dónde se sitúa en tu trayectoria deportiva que me has contado donde sería el punto exacto?**

B.: Pues antes de empezar con el remo yo creo.

**A.O.: En remo competías con?**

B.: No, no competía, simplemente iba a entrenar, a mi entrenador no le hacía mucha gracia que yo compitiese porque como era trans y me estaba hormonando y tal...no sé, el entrenador era un chico que había ganado muchos campeonatos y la verdad que se lo tenía muy creído, siempre andaba con aires de superioridad, pero en realidad nunca tuve ningún problema con él.

**A.O.: Pero entrenabas ya con chicos?**

B.: Sí sí entrenaba con chicos, había por allí un par de chicas, pero ellas iban por su cuenta, yo estaba en el equipo de chicos.

**A.O.: Y cuál era la razón por la que no competías?**

B.: No sé decirte, no me llamaba mucho la atención la verdad no era algo que me apasionara el hecho de competir, yo lo que quería era hacer deporte aparte el endocrino me dijo que en este proceso era muy importante el ejercicio físico, porque si no podía llegar a coger mucho peso y la distribución de la grasa iba a ser muy diferente.

**A.O.: Desde el ámbito médico os recomiendan a las personas trans llevar un estilo de vida saludable y meter deporte o ejercicio en esta?**

B.: Sí sí siempre suelen decirlo, al menos en mi caso me lo dijeron.

**A.O.: Y tú crees que el hecho de ser trans no pudo influenciar en tu decisión de no competir?**

B.: Pues no sé, seguramente sí, es que tampoco me lo llegué a plantear muy en serio, bastante esfuerzo estaba haciendo ya con entrenar allí y exponiéndome. Yo en aquel entonces todavía tenía mucha disforia no me sentía a gusto con mi cuerpo y usaba una faja que me apretaba un montón para tapar las tetas y entre el esfuerzo y lo que apretaba eso mas el equipaje de licra que va por encima...me costaba hasta respirar, y usar los vestuarios y todo...la verdad que no me apetecía federarme y competir y tener que compartir vestuario con más gente, no me apetecía.

**A.O.: Entonces no estabas muy enterado de cómo iba la normativa no? Si te hubiesen dejado competir en ese momento con chicos o no?**

B.: Pues ni idea, ya te digo de estas cosas no he estado muy enterado.

**A.O.: Bueno luego igual volvemos un poco a esto, pero por seguir un poco con la introducción, que dirías que te impulso a hacer deporte?, familia, amigos, te gustaba de por sí o...**

B.: Pues principalmente el endocrino, el me aviso de lo que podía ocurrir si no hacía ejercicio mientras me hormonaba, que iba a coger peso por todas partes y que iba a engordar mucho, pero bueno también un poco por mí mismo por verme bien, por mirarme en el espejo y sentirme a gusto. Bueno, sí que es verdad que mi hermano siempre me ha animado y me ha apoyado siempre me animaba con que podía llegar lejos.

**A.O.: Pasando un poco a la asignatura de educación física, como fue tu experiencia en esta?**

B.: Pues mira, yo cuando di el paso estaría en primero de la eso o por ahí, y antes que nada había grabado unos videos que subí a YouTube y todo y se hicieron virales y tal y los vio todo el instituto e incluso el director y fue él el que llamó a casa y les contó a mis padres todo, bueno el caso es que llegó un punto en el que dije, joder por qué usar los vestuarios de chicas, y fui a hablar con el director, que no me llevaba muy bien con el porque la había liado más de una vez pero bueno, yo le dije que me iba a empezar a cambiar en el vestuario de chicos y el rotundamente dijo que no, que no podía, cosa que a mí me dio igual y me fui a cambiar al vestuario de los hombres. Como se iba a enterar él de que vestuario usaba...así que el próximo día entré al de los chicos. Y los de mi clase se quedaron como pero qué haces aquí? Obviamente la primera impresión fue esa...Pero luego ya...la gente de mi clase aplaudiendo y emocionados...es que fue super guay

**A.O.: Se puede decir entonces que la gente de tu clase lo acogió bien?**

B.: Sí sí super buen trato y una aceptación increíble y muy bien sí sí.

**A.O.: Y más haciendo referencia a lo que eran las propias clases de educación física como viviste eso? Al final...yo por lo menos lo que he vivido en las clases de educación física se daba mucho la segregación por géneros o los malos por un lado los buenos por el otro, tu como vivías esa segregación?**

B.: Mm pues es que en el instituto en que yo estaba no se daban tanto ese tipo de situaciones, yo no he vivido mucho eso...en mi clase había muy buen rollo y éramos una piña, sí que había momentos para estar más en grupitos pero, no he tenido nunca esa sensación de que estuviésemos divididos, siempre hemos sido un grupo los de mi clase...

**A.O.: Joe pues yo he vivido algo bastante diferente la verdad**

B.: A ver cuando era más pequeño yo estuve en \*\*\*\*\* y ahí sí que estaba fatal

**A.O.: Mm hay alguna anécdota o algo?**

B.: Joder ahí sí, ahí sí que era diferente, estaban las chicas por un lado y los chicos por otro jugando a futbol o lo que sea, era horrible, ahí si que lo pasé mal. Si que es cierto que en \*\*\*\*\* me hicieron mucho bullying...ee porque yo siempre intentaba jugar con los chicos y los chicos me decían que no, que era chica, luego me decían como que siiii...luego

las chicas me decían pero es que eso es de chico es que eso es de tal y al final recibí mucho bullying con ese tema, es que en \*\*\*\*\* era distinción total de chicos con chicos y chicas con chicas.

**A.O.: Eso dentro de las clases de educación física?**

B.: Sí sí en las clases, bueno dentro y fuera también.

**A.O.: Ahí todavía no lo habías hecho público no?**

B.: No no

**A.O.: En general dirías que fue una asignatura de tu gusto?**

B.: Mmm sí, no sé, me lo pasaba bien, no era algo que me encantara la verdad, porque sacaba cincos, pero bueno, lo justo para pasar, pero sí bueno me lo pasaba bien

**A.O.: Un poco dejando de lado el tema de educación física, mmm ahora mismo como definirías de manera o llevándolo hacia un terreno emocional como definirías tu relación con el ejercicio físico?**

B.: Pues a día de hoy, para mí es muy importante porque pues bueno, en cuarentena no estaba haciendo absolutamente nada y eso hizo que mi salud se volviese absolutamente terrorífica, no me cuidaba, no hacía ejercicio y comía mucho pues de pesar 50 kilos antes de hormonarme, y después de la cuarentena llegué a pesar 70 kilos, y entonces ahí empecé a pensar que tenía que hacer algo, por mi salud y por verme bien, así que me metí en el gimnasio. Yo diría que ahora mismo es totalmente necesario para mí.

**A.O.: En el gimnasio de ahora, con el entrenador personal qué tal? Has tenido alguna barrera para acceder?**

B.: Para nada, (en el gimnasio) no he tenido ninguna barrera, simplemente le comenté al entrenador personal que soy trans para que supiese que entrenamiento me viene mejor porque con las hormonas si es cierto que hay más facilidad de fortalecer un musculo u otro y lo acogió muy bien...pero no hubo ningún problema a la hora de aceptarme.

**A.O.: Un poco ya has ido comentándolo pero cuáles son tus razones para hacer ejercicio físico?**

B.: Pues principalmente porque psicológicamente lo necesito y luego porque como te he dicho antes si estoy sin hacer nada me sale una tripa y unas caderas que no me gustan nada, así que básicamente por eso, para que no me salgan tantas caderas y la tripa. Así que yo diría que para verme mejor y no tener tanta curva y también por salud mental. Si yo me miro en el espejo y no me veo bien...eso influye en mis pensamientos entonces decidí hacer un cambio radical y dejar de lado el sedentarismo

**A.O.: Alguna vez te has planteado hacer ejercicio físico con el fin de conseguir características físicas socialmente asociados a tu genero para ser leído como un hombre con más facilidad?**

B.: Eeh sí sí, yo sinceramente hago ejercicio también para que no se me noten tanto la curvas. Si es cierto que no me quiero poner como los chicos estos cuadradísimos pero sí. También quiero fortalecer el pectoral porque cuando yo utilizaba la faja me llegué a desgarrar el músculo y todo, y es por eso que pasé por 6 operaciones de mastectomía porque me salían pliegues y entonces necesito fortalecer sobre todo por esta parte.

**A.O.: Volviendo al remo, como veía tu equipo, el club y entrenador tu presencia en el equipo?**

B.: mm no me pusieron ninguna pega para entrenar con los chicos la verdad, no tuve ningún problema, la aceptación por parte del equipo también era muy buena, me preguntaban de todo sobre el tema sin ningún problema

**A.O.: Dejando un poco tu vivencia de lado, qué barreras crees que se puede encontrar una persona trans a la hora de hacer deporte?**

B.: Pues principalmente el tema de los vestuarios, es que es complicado para las personas trans decidir que vestuario, es que ninguno es un espacio seguro, siempre puede haber miradas, juicios...Y luego pues la disforia que pueda tener cada uno en cuanto a su cuerpo, cuanto menos cómodo estés contigo mismo menos ganas de practicar cualquier tipo de actividad o de exponerte en público. Y bueno, lo que hemos comentado antes las leyes que pueda haber en el deporte o federaciones para no permitirle a alguien jugar en su categoría...

**A.O.: Uniéndolo un poco con las políticas del deporte, no sé si habrás oído hablar sobre el borrador de la nueva ley trans pero según esta las personas trans**

**podrían competir con la categoría con la que se identifican sin necesidad de un cambio registral ni de dos años de hormonación, qué te parece?**

B.: Pues me parece bien, como tiene que ser, no creo que nadie nazca con ventaja, cualquier persona cis puede ganar a otra persona trans y cualquier trans puede ganar a una cis, al final lo que marca es el entrenamiento y las personas que se están hormonando, con ese proceso ya están pasando por una regulación de las hormonas, y si no pues que hagan un análisis para saber si realmente tienen los mismos niveles de hormonas.

**A.O.: Antes de hacer público tu género pensaste en algún momento que cambios podía tener tu vida deportiva?**

B.: A decir verdad, no, no, yo creo que no me lo planteé.

**A.O.: Qué opinas sobre la segregación sexo-género que se da en el deporte?**

B.: Pues me parece fatal que haya esta distinción a la hora de competir, de chicas por un lado y chicos por otra, lo ideal sería competir de manera mixta, lo que hemos dicho antes...al final es seguir diferenciando y creando ese binarismo

**A.O.: Alguna vez has sido discriminado por el hecho de ser trans\* en el ámbito del deporte?**

B.: Pues discriminado discriminado yo creo que no, siempre notas alguna mirada...si que me acuerdo una vez en un vestuario, yo todavía ni siquiera estaba hormonándome, entré al vestuario de chicas y después entro una madre con su hija, y al entrar dijo "ay! Me he equivocado!" y salieron afuera, miraron en letrero y vieron que era el baño de chicas, entonces volvieron a entrar y me vino la mujer y me dijo que ese no era el vestuario de chicos que me había equivocado... y le dije "mira tengo tetas!" jajaj

**A.O.: Qué nivel de inclusión dirías que tiene el deporte hacia las personas trans? Y qué evolución crees que tendrá?**

B.: Puesss nivel de inclusión cero jajaj , no hay inclusión, no se hace ni siquiera el esfuerzo por la libertad de las personas trans en el deporte. Al contrario, diría que exclusión, como en otros ámbitos. En el deporte siempre está el tema de la hormonación..."no es que si te hormonas...tal, es que cual...". Otro caso es cuando un chico trans no gana no dicen nada, pero si gana, siempre hay algo para justificar que ha ganado en vez de reconocer el mérito. Y la evolución pues no sé, pero espero que las cosas cambien y que empiece a incluir



a las personas trans como lo que son, personas con el derecho de participar y no ser excluidas ni tratadas como algo raro o diferente, pero queda mucha lucha todavía

**A.O.: Crees que el deporte podría servir para conseguir la inclusión de las personas trans en la sociedad?**

B.: Yo creo que sí, si de alguna manera se puede conseguir la inclusión en el deporte, eso hará que las personas se sientan más integradas y más cómodas en cuanto a vivir en sociedad y eso se va a ver reflejado en muchos otros lados.

**A.O.: Crees que la práctica de deporte y ejercicio físico juega un papel especialmente importante en este colectivo?**

B.: Sí, claro que sí, al final el ejercicio físico puede beneficiar a todo el mundo pero a las personas trans en especial puede hacer que se sientan mejor consigo mismas y emocionalmente puede tener muchos beneficios.

**A.O.: Cómo lo impulsarías?**

B.: Joe pues no sé, quizás dando voz y visibilidad a personas trans que estén compitiendo a altos niveles. Al final, lo mejor es mostrar, dar visibilidad, al igual que con las personas con diversidad funcional, antes ni siquiera se consideraba que pudiese hacer deporte o ejercicio sin embargo dándoles voz y visibilidad, compiten e incluso hay paralympias... Pues con las personas trans, lo mismo

**A.O.: Alguna vez has sentido que no había sitio para ti en el deporte o en actividades de ejercicio físico?**

B.: Pues a decir verdad no, siempre me han dado la oportunidad de practicar el deporte que he querido en ese momento sin ningún problema.

**A.O.: Cómo te sientes cuando estás en espacios deportivos? Te sientes cómodo contigo mismo en espacios públicos, la ropa deportiva, tu físico?**

B.: En general sí, aunque a veces sí que hay miradas o hay momentos en los que estas involuntariamente pensando en que se te puede notar algo y que alguien se dé cuenta...con el chandal no pasa tanto, pero por ejemplo al hacer algún ejercicio tumbado como press banca pues estoy pensando en si alguien se fijara que no tengo paquete y yo mientras otros chicos lo hacen pues miro a ver si se les nota o no...y digo "ah bueno tampoco

se les nota” y me quedo más tranquilo, pero sí en cierto modo es miedo, inseguridad...de hecho yo me compré un pene como de plástico para disimular.

**A.O.: Por este motivo dirías que los espacios deportivos pueden no ser espacios seguros para las personas trans? Y salir a la calle a hacer ejercicio por ejemplo?**

B.: Sí, al final no estás del todo cómodo por qué pueda pasar, más que porque te pueda pasar algo a ti por la comodidad. En la calle igual es diferente porque es un espacio más abierto, quizás es más seguro, porque la gente está como más dispersa, pero bueno también depende por donde salgas a correr y qué gente te puedas cruzar y como te identifiquen

**A.O.: Anteriormente hemos mencionado el tema de los vestuarios, que uso le das tú?**

B.: Pues desde que en el instituto decidí usar los vestuarios de chicos, siempre he usado baños vestuarios todo de hombres. Aquí en el gimnasio uso el de hombres también. Aprovecho a ir cuando veo que no ha entrado mucha gente y si al entrar veo que hay gente duchándose pues hago como que estoy haciendo cosas para no entrar a las duchas porque obviamente las duchas son todas juntas...Entonces hago como que estoy mirando el móvil o ordenando cosas y cuando se vacía entro, y claro me pongo de cara a la pared básicamente para que no vean lo que tengo, y al acabar pues directamente me pongo la toalla y como al entrar con la toalla por la cintura.

**A.O.: Crees que los vestuarios en general son espacios seguros para las personas trans?**

B.: No, yo creo que no, al final estás sujeto a que pueda decir la gente, que al final cada uno está a lo suyo pero bueno, pero no te sientes del todo libre, imagínate entrar y que haya 3 chicos de los de unga unga unga...jajaj

**A.O.: Estás a favor de los baños o vestuarios comunes?**

B.: Sí, la verdad, que sería lo mejor, pero dentro de estos habiendo cabinas aunque hay mucha gente que dice que sería un desastre porque dicen que los hombres ensucian mucho, y con todo el tema de las violaciones y tal... no sé, yo creo que la sociedad no está todavía preparada para unos baños comunes...el día en el que la gente respete y tolere entonces sí, pero ahora mismo...

**A.O.: Crees que los baños comunes no son espacios seguros para las mujeres y personas trans?**

B.: No

**A.O.: Haces uso de la piscina? Te gusta nadar?**

B.: No , no suelo ir a nadar, porque no tengo tiempo, si tuviese tiempo sí que iría a echar unos largos, me gusta

**A.O.: Dirías que no tiene nada que ver con ser trans?**

B.: No, para nada, es cuestión de tiempo, si voy a la piscina me pongo bañador de pata larga o mediana y se disimula bien.

**A.O.: Y conociendo la estructura binaria tan arraigada que hay en el deporte y los estereotipos que se fomentan, crees que el deporte en general es un espacio seguro para las personas trans?**

B.: Pues así de manera general, creo que no, al final la discriminación que sufrimos las personas trans se ve también reflejado en el deporte, las leyes...Y lo que he dicho antes, quizás los espacios más cerrados yo no los considero tan seguros, al revés en la calle tal vez al pasar más desapercibido pues puede llegar a ser más seguro. Pero bueno, creo que depende mucho de el lugar, el club, la federación y la gente con la que te toque convivir...Por ejemplo yo en el gimnasio de mi hermano haciendo crossfit, pues en si el deporte no me gustaba pero sí que me sentía libre y seguro, en tema clases y vestuario también. Los vestuarios tenían cabina y era muy cómodo para mi

**A.O.: Bueno, para ir finalizando y de cara a un futuro...cuál crees que sería la situación ideal de las personas trans en el deporte?**

B.: mmmm, pues no sé, la situación ideal....

**A.O.: Sí, bueno mucha gente dice que hacer equipos o ligas de personas trans o personas del colectivo LGBT+ podría ser la manera ideal de impulsar el deporte en esta población**

B.: Ah no no, bf, yo es que eso no lo veo, me parece una chorrada, solo de personas trans? Como si fuésemos diferentes o algo raro que no puede competir con el resto, que va

que va... Pero separados hombres y mujeres tampoco, no sé, se podría categorizar de otra forma, pues por capacidad o por nivel de fuerza... no sé

**A.O.: Bueno, pues dicho esto, te gustaría añadir algo más que se haya podido quedar en el tintero?**

B.: mm no, no se me ocurre nada

**A.O.: Bueno pues para acabar te quería volver a dar las gracias por haber aceptado esta entrevista. Nos vemos!**