

Identidad de género

La identidad de género es la forma en que una persona se siente y se identifica internamente respecto a su propio género. Es una experiencia personal, íntima y única que puede coincidir o no con el sexo asignado al nacer. Cuando la identidad de género coincide con el sexo biológico, se habla de cisgénero, y cuando no coincide, se utiliza el término transgénero. En Colombia, comprender la identidad de género es clave para promover la inclusión, la igualdad y el respeto hacia todas las personas, sin importar cómo se expresen o se identifiquen.

¿Qué es la identidad de género?

La **identidad de género** es una **experiencia interna y subjetiva** que define cómo cada persona se percibe y vive su género. A diferencia del **sexo** biológico, que se determina al nacer, la identidad de género se construye a partir de la percepción personal y de cómo alguien decide expresarse en la sociedad.

Según la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, la identidad de género también incluye la forma en que una persona vive su cuerpo y se expresa a través de la vestimenta, el lenguaje, la gestualidad o los comportamientos, siempre de manera independiente de su **orientación sexual**.

Tipos de identidad de género

La identidad de género no es binaria; existe un **espectro amplio de posibilidades**. Entre las identidades más reconocidas se encuentran:

- **Cisgénero:** Identidad de género coincide con el sexo asignado al nacer.
- **Transgénero:** Identidad de género no coincide con el sexo asignado al nacer.
- **No binario:** No se identifica exclusivamente como hombre o mujer.
- **Agénero:** No se identifica con ningún **género**.
- **Bigénero:** Se identifica con ambos géneros, ya sea de manera simultánea o alternada.
- **Género fluido:** La identidad de género varía con el tiempo o las circunstancias.
- **Pangénero:** Se identifica con todos los géneros o con cualquiera de ellos.

Diferencias entre conceptos clave

¿Te lías con los conceptos? Aquí te lo explico fácil. Entender quiénes somos y qué nos gusta puede ser un viaje, pero para no perderte, necesitas tener claras estas diferencias:

- **Identidad vs. Orientación:** Quién eres vs. Quién te mola:
 - Identidad de género: Es tu chip interno, cómo te sientes tú (chico, chica, no binario...). Es quién eres.

- Orientación sexual: Es hacia quién sientes vibras o atracción (quién te gusta, quién te atrae sexualmente). Es a quién buscas.
- **Transgénero vs. Transexual:** El término pro vs. el proceso:
 - Transgénero: Es el término paraguas. Define a cualquier persona cuya identidad no encaja con el género que le asignaron al nacer.
 - Transexual: Se usa más para personas que deciden hacer una transición física (hormonas o cirugías) para que su cuerpo haga match con su identidad.
- Intersexual vs. Transgénero: Biología vs. Identidad:
 - Intersexual: Es algo 100% biológico. Son personas que nacen con características (genes o anatomía) que no encajan en lo que solemos llamar hombre o mujer estándar.
 - Transgénero: Es una identidad de género, una vivencia interna de cómo te sientes, independientemente de tu biología al nacer.

Otros conceptos relacionados con la identidad y expresión de género

- **Queer:** Persona que no se identifica con categorías tradicionales de género y sexualidad. La Teoría Queer promueve vivir sin etiquetas y desafiar normas sociales.
- **Transformista:** Persona que utiliza vestimenta, maquillaje y gestos para crear un personaje; es una expresión artística, no necesariamente vinculada a la identidad de género.
- **Drag Queen:** Forma de transformismo con fines artísticos o cómicos, generalmente realizada por hombres que exageran roles femeninos.
- **Travesti:** Persona que se viste con ropa asociada al género opuesto, a menudo con componente de expresión o excitación sexual; no siempre cambia su identidad de género.

Cómo descubrir tu identidad de género

La identidad de género es un **proceso de autodescubrimiento**. Solo tú puedes determinar quién eres. Algunas recomendaciones para explorarla de manera segura en Colombia incluyen:

- Reflexionar sobre tus sentimientos y experiencias sin presiones externas.
- Buscar espacios de apoyo, como asociaciones de diversidad de género o terapeutas especializados.
- Informarte sobre diferentes identidades de género y experiencias personales.

Recuerda que **explorar tu identidad de género no es una enfermedad**; es un derecho humano que merece respeto y comprensión. Tómate el tiempo que necesites para conocerte y expresarte de manera auténtica.

Autor y colaboradores



Eva Sánchez
Autor

Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, comunicadora social y periodista con más de 10 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 25 Marzo 2026 Actualización: 7 Abril 2026



Delia Sánchez
Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 15 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 25 Marzo 2026 Actualización: 7 Abril 2026