



GUÍA PARA PERSONAS **LCGBTI+**

REFUGIADAS Y SOLICITANTES DE
PROTECCIÓN INTERNACIONAL EN LA

CIUDAD DE MÉXICO



Este material es una iniciativa de ORAM (Organization for Refuge, Asylum & Migration) en colaboración con el Programa Casa Refugiados, la Fundación Arcoíris por el Respeto a la Diversidad Sexual, investigadorxs voluntarixs y la comunidad refugiada LGBTI+ de la Ciudad de México. Gracias a todxs ellxs pudimos elaborar esta Guía que esperamos pueda ser de mucha ayuda.

Esta guía fue escrita con lenguaje incluyente, lo cual significa que encontrarás palabras escritas con "x" para no denotar género masculino ni femenino, y así incluir a toda persona independientemente de su identidad de género. Esta "x" se puede pronunciar con la vocal de preferencia, pero se recomienda el uso de la "e".



Guía para personas LGBTI+ refugiadas y solicitantes de protección internacional en la Ciudad de México

ORAM*

(Organization for Refuge, Asylum & Migration)

Coordinación general:

René A. Tec-López

Investigación:

Amarilis Pérez Vera

Ildefonso Hernández O.

Redacción y estilo:

Emalúa Canchola

Diseño editorial:

Alda Arita

Ilustraciones:

Joan Elizabeth Gestein & Vanesa Roa

de Poesía Pintada

Testimonio:

África Dayling Márquez

Organizaciones colaboradoras:

Programa Casa Refugiados

Fundación Arcoiris por el Respeto a la Diversidad Sexual AC

Primera edición

Ciudad de México, 2024

*ORAM protege y empodera a solicitantes de asilo y refugiadxs LGBTIQ a nivel global, promoviendo sostenibilidad y cambio sistémico. Fundada en 2008, fue una de las primeras ONGs internacionales en apoyar a personas que huyen de la persecución por su orientación sexual o identidad de género, y se ha consolidado como líder en temas de migración LGBTIQ. En sus 15 años de labor, ha impactado positivamente las vidas de miles de personas a través de programas de vivienda, capacitación laboral y mentoría. Actualmente, ORAM centra su trabajo en tres áreas clave: protección, empoderamiento y abogacía.

CONTENIDO

¡HOLA!5

1. GLOSARIO DE PALABRAS6

Conceptos importantísimos

Desmenuzando el acrónimo LGBTI+

Lgbtifobia

2. VIVIR EN LA CDMX14

3. TE DIGO CÓMO SOLICITAR EL RECONOCIMIENTO DE LA CONDICIÓN DE REFUGIADX EN CDMX16

4. HABLEMOS DE VIVIENDA20

Casa Frida Refugio LGBT

Casa Hogar Paola Buenrostro

Casa LLECA

5. HABLEMOS DE SALUD25

Para atención integral

Servicios de Salud desde las Organizaciones civiles

Salud Mental y Emocional

Aborto y Salud Reproductiva

6. HABLEMOS DE EDUCACIÓN34

Retoma tus estudios

Ingreso a la Educación Superior

Revalidación de estudios

Capacitaciones y Talleres

7. HABLEMOS DE EMPLEO40

8. ¿QUÉ HACER EN CASO DE VIVIR VIOLENCIA?46

9. RUTA ARCOIRIS47

BESO PARA EL CAMINO52

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS53

¡HOLA!

Si decidiste echarle un ojo a esta guía seguramente es porque tú y yo compartimos, por lo menos, una cosa en común: algo nos obligó a dejar nuestro país de origen. Ya sea que huiste de la violencia del crimen organizado; ya sea que te fastidiaron la vida por trabajadora sexual, trans o marica; o simplemente buscabas nuevas oportunidades allá afuera. Sea cual sea tu historia, no estás sola, solo ni sole. Déjame acompañarte a través de esta guía y hacerte las cosas un poco más fáciles.

Me llamo Dayling, por si te lo preguntabas, bebé. Soy una mujer trans hondureña y llevo 10 años viviendo en la Ciudad de México. Ay, no ha sido un camino fácil. Cuando crucé me detuvieron y me encerraron con puros hombres. ¿Puedes creerlo? Estuve un mes retenida. Pasé por cosas muy feas ahí adentro. Y dos días antes de que me deportaran, alguien me dijo que pidiera hablar con la COMAR. Yo en ese entonces no tenía idea de qué era la COMAR, pero ahí me ves gritando como loca: ¡quiero hablar con la COMAR! ¡Tráiganme a la COMAR! Solo así pude salvarme de que me regresaran a Honduras. Solo así inicié el proceso para obtener el reconocimiento de mi condición como refugiada.

Tú no tienes que pasar por un camino tan complicado. Para eso es esta guía. En las siguientes páginas te daré algunos consejos y te orientaré para que conozcas los servicios y los espacios a los que puedes acudir como persona LGBTI+, refugiada o solicitante de protección internacional.



GLOSARIO DE PALABRAS

UNO

Antes de continuar, veremos algunas palabras necesarias para entender el contenido de esta guía. Tal vez tú ya conozcas algunas. En ese caso, puedes saltarte a la página [14](#). Y si de pronto ves alguna palabrita de la que no estés muy segurx, regresa a buscarla a este glosario.

Conceptos importantísimos

Derechos humanos: ¿alguna vez has sentido que tu vida no vale tanto como la de otrxs? Yo sí, y más veces de las que me gustaría. Pero, ante los Estados Unidos Mexicanos y los otros 192 países que integran la Organización de las Naciones Unidas, toda vida humana es valiosa y debe ser respetada. Por eso, en 1945 se creó la Declaración Universal de los Derechos Humanos, que reúne 30 derechos a los que todxs deberíamos tener acceso. Te recomiendo echarles un ojo [dando clic aquí](#).

Persona refugiada: somos quienes hemos sido orilladxs a huir de nuestro país de origen por diversos motivos relacionados a la violación de los derechos humanos, como lo pueden ser la guerra o la persecución, y buscamos protección en otro país. El refugio (o asilo) es un derecho humano y es deber de las naciones reconocerlo. Ser una persona LGBTI+ puede ser motivo para que un estado nos reconozca como refugiadx protegidx por ser sobrevivientes de violencia y persecución debido a nuestra orientación sexual y/o identidad y expresión de género.



Persona solicitante del reconocimiento de la condición de refugiadx: es quien solicita el reconocimiento de la condición de

refugiadx y cuya solicitud todavía no ha sido evaluada en forma definitiva. En otros países se le llama “solicitante de asilo” (asylum seeker).



Convención sobre el Estatuto de

los Refugiados: sí, esta es la santa biblia de nosotrxs lxs refugiadx. Se realizó en 1951, como continuidad de la Declaración Universal de los Derechos Humanos en la que se reconoce el asilo como derecho humano. En esta Convención están los principios fundamentales para garantizar nuestra dignidad y seguridad como personas refugiadas. El más importante es el principio de la no devolución, el cual especifica que una persona no debe ser devuelta a un país donde enfrenta graves amenazas contra su vida o libertad. También podemos encontrar otros principios como el derecho a no ser sancionadx por ingresar a territorio nacional sin documentos, el derecho a un empleo digno, a la vivienda, entre muchos otros. Puedes echarle un vistazo con tus propios y bellos ojos [dando clic aquí](#).

ACNUR: el ACNUR (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados), conocido también como la Agencia de la ONU para los Refugiados, es el guardián internacional de la Convención sobre el Estatuto de los Refugiados de 1951 y de su Protocolo de 1967. Según la Convención, los Estados están obligados a colaborar con ACNUR para garantizar que nuestros derechos como personas refugiadas se respeten y protejan. www.acnur.org



COMAR: la COMAR (Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados) es la institución del Gobierno de México encargada de dar trámite a las solicitudes de reconocimiento de la condición de refugiadx. www.gob.mx/comar

LRPCAP: aquí en México existe la llamada Ley sobre Refugiados, Protección Complementaria y Asilo Político. Para esta ley existen al menos tres formas para otorgar la protección internacional: el **refugio** (que ya definimos arribita), la **protección complementaria** y el **asilo político**.

La protección complementaria: tiene el objetivo de proteger a las personas que no son reconocidas como refugiadas, pero que al mismo tiempo no pueden ni deben regresar a su lugar de procedencia porque sus vidas corren peligro o temen ser sometidas a tratos crueles, inhumanos y degradantes.

Asilo político: este se brinda a las personas perseguidas por motivos específicamente políticos. El asilo puede solicitarse en las sedes diplomáticas de México en el mundo (asilo diplomático) y en el territorio mexicano (asilo territorial). Estas solicitudes son atendidas por la Secretaría de Gobernación.



Desmenuzando el acrónimo LGBTI+

Para continuar con esta parte, es importante que comprendamos algunos conceptos básicos:

Orientación sexual: es cómo se siente atraída una persona, en términos de amor y/o atracción sexual.

Sexo asignado al nacer: es la etiqueta que se le da a una persona cuando nace, basada principalmente en sus características físicas visibles. Esta asignación se hace sin tener en cuenta cómo la persona se sentirá o se identificará con respecto a su género más adelante en su vida.

Género: es una categoría más amplia y se refiere a cómo una persona se siente y se identifica internamente, y cómo elige expresarse.

Identidad de género: es la manera en que una persona se siente y se identifica internamente con relación a su género. Puede ser: hombre, mujer, ambos (en algunos casos), o ninguno (en otros casos).

Expresión de género: es cómo una persona presenta y comunica su género por medio de la ropa, los peinados, las maneras de hablar, comportamientos, etc. Esta expresión puede ser masculina, femenina, una mezcla de ambos, o algo diferente, y no siempre coincide con la identidad de género de la persona.



Identidad de género (quién soy yo) Hombre (cis, trans), mujer (cis, trans), persona no binarie, etc.



Orientación sexual (quién me gusta / con quién me relaciono) Gay, lesbiana, heterosexual, bisexual, pansexual, asexual, etc.



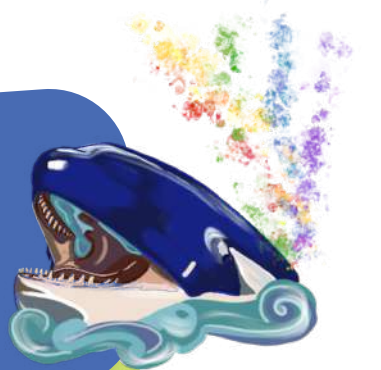
Expresión de género (cómo decido externalar mi género) Uso pantalón, vestido, cabello corto, teñido, etc.



LGBTI+

Ahora sí. Vamos por lo bueno. Este es el acrónimo con el que hemos abrazado nuestro existir. Representa las distintas identidades de género, expresiones de género y orientaciones sexuales que se salen de la norma cisheterosexual. Surge de las iniciales de Lesbiana, Gay, Bisexual, Trans e Intersexual. El signo “+” hace referencia a otras identidades no incluidas en las anteriores como Queer, Asexual, Pansexual, No Binarie, etc.

¿Sabías qué? La palabra **cisheterosexual** se refiere a una persona conforme con su identidad de género asignada al nacer y cuya orientación es heterosexual.



Lesbiana

Las lesbianas (o **lenchitudes**, que viene de **lencha**, una de las tantas palabras despectivas que hoy día el colectivo en México ha reivindicado) son las mujeres que se sienten atraídas erótica-afectivamente por otras mujeres (cisgénero o trans).



Gay

Una persona gay es un hombre que se siente atraído erótica-afectivamente hacia otros hombres (cisgénero o trans).

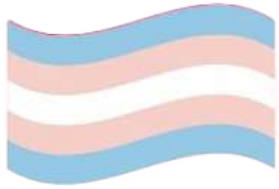
¿Sabías qué? La palabra **homosexual** (tanto para referirse a gays como a lesbianas) mayormente ha quedado en desuso ya que refería a una patología médica. En 2006 se incluyó como una palabra ofensiva en la guía de la Alianza Gay y Lésbica Contra la Difamación (Gay and Lesbian Alliance Against Defamation, GAAD). Sin embargo, algunos hombres continúan utilizándola por la carga política e histórica del término.





Bisexual

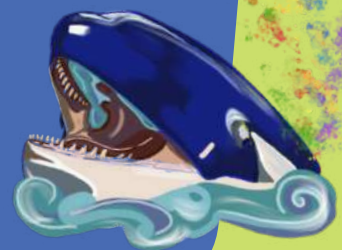
Las personas bisexuales o **bi** sienten atracción erótica-afectiva por personas de un género diferente al suyo y de su mismo género.



Trans

Las personas trans somos quienes tenemos una identidad de género diferente a la del sexo que nos asignaron al nacer. Cuando hablamos de personas trans nos referimos también a las personas que se identifican como transgénero, transexuales y travestis. Existen personas trans binarias (mujeres trans y hombres trans) y personas trans no binarias, de las cuales hablaremos más adelante.

¿Sabías qué? Gracias a la lucha de activistas y defensores de derechos humanos, en 2018 la Organización Mundial de la Salud (OMS) excluyó la transexualidad de la lista de enfermedades mentales.



Intersexual

Las personas intersexuales son quienes nacen con características físicas sexuales que no encajan claramente en las definiciones que comúnmente se designan para los sexos mujer y hombre. Por ejemplo, algunas tienen tejido de ovarios y también de testículos, otras tienen combinaciones de cromosomas como XXY, y algunas otras nacen con genitales externos que se ajustan a las categorías asociadas con masculino/femenino, pero sus órganos internos u hormonas no se ajustan. Ser intersexual es nacer con una variación que ocurre de manera natural en lxs seres humanxs y no es necesaria ninguna intervención médica.

¿Sabías qué? De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Diversidad Sexual y de Género 2021 (Endiseg), una de cada 67 personas en México es intersexual.





Asexual

Las personas asexuales no sienten atracción sexual o sienten poco o nada de interés en tener sexo. La asexualidad es una orientación sexual, no la elección de no tener sexo como en el caso del celibato. Dentro del espectro asexual encontramos identidades como la demisexual, la grisexual, las personas arrománticas, entre otrxs.



No binarix

Ser una persona no binaria es no encajar dentro del modo binario de entender el género: no te sientes ni como hombre ni como mujer, y entiendes el género como algo mucho más diverso. Es un paraguas muy amplio en el que encontramos identidades como Agénero, Demichica, Trigénero, Demichico, Género fluido, entre muchos otros más.

Nota extra: hay muchísimas otras identidades que no abarcamos, pues no es del todo el objetivo de esta guía. Si quieres informarte un poco más, te recomiendo echar un vistazo dando [clic aquí](#).

También puedes investigar por tu propia cuenta :)



Lgbtifobia

¿Quién no ha pasado un mal momento en la calle o en círculos familiares por ser quien es? Desde niñxs se nos ha enseñado que la única forma posible de vivir es como una persona cisgénero y heterosexual. Por eso muchxs hemos crecido con la culpa de ser nosotrxs. A este grupo de creencias e ideas sobre cómo debemos de ser se le conoce como **cisheteronorma**.

LGBTIfobia: es el repudio y discriminación hacia las personas del colectivo LGBTI+ por motivos de orientación sexual o identidad de género.

Existen palabras específicas para las violencias que sufren las personas pertenecientes a cada orientación sexual e identidad de género. Tales como **homofobia** (discriminación hacia gais), **lesbofobia** (discriminación hacia lesbianas), **bifobia** (discriminación hacia bisexuales) y **transfobia** (discriminación hacia personas trans). El principio en todos los casos es el mismo: el rechazo o el odio irracional hacia nuestra diversidad sexual y de género. Esto siempre conlleva a acciones violentas que pueden escalar hasta arrebatarnos la vida. Así muchxs de nosotrxs hemos perdido a seres queridxs. Y, lastimosamente, es una realidad aún vigente.



¿Sabías qué? La **cisheterosexualidad** es una combinación de dos términos. Por un lado, **cisgénero**, que es una persona cuya identidad de género coincide con el sexo que se le asignó al nacer; por otro lado, **heterosexual**, una persona que se siente atraída romántica y/o sexualmente hacia personas del género opuesto.

Vivir en la CDMX

La Ciudad de México suele considerarse como un destino atractivo para la población LGBTI+, especialmente por los notables avances legislativos en nuestros derechos. Por ejemplo, en diciembre de 2009 se aprobó el Matrimonio Igualitario y, en 2015, el gobierno local firmó una declaratoria en la que se reconoce a la Ciudad de México como una **ciudad amigable** con la comunidad LGBTI+. Se busca asegurar nuestro derecho al trato digno y sin discriminación en servicios de salud, educación, trabajo, etc. Sin embargo, todavía hacen falta más esfuerzos para que se convierta en una realidad para todxs. La discriminación, el acoso, las dificultades para conseguir empleo y los representantes públicos abiertamente transfóbicxs o lgbtfóbicxs son algunas de las situaciones que se pueden padecer. Por eso, digo yo, no hay que idealizar demasiadísimo a la Ciudad de México. Aunque muy probablemente es la mejor ciudad del país para vivir como persona LGBTI+, todavía tiene varias deudas pendientes con nuestra población.

¿Y qué pasa con las personas que buscamos protección internacional? Bueno, la Ciudad de México fue declarada como **ciudad santuario** en el año 2017. En el artículo 20 de la Constitución de la Ciudad de México, presume su “histórica vocación pacifista, solidaria, hospitalaria y de asilo”. Así es, la constitución de la ciudad nos respalda y busca garantizar nuestros derechos. Pero del dicho al hecho hay mucho trecho. De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS) 2022, el 19% de las personas migrantes encuestadas

aseguró que en México se respetan poco sus derechos. Las principales problemáticas a las que se enfrentan son la falta de empleo, la falta de recursos económicos (para comer o vestir), la discriminación por venir de otro lugar y la falta de atención de las autoridades migratorias. Además de la lentitud en los trámites para solicitar protección internacional.

A pesar de sus puntos débiles, la Ciudad de México sigue siendo una gran opción para las personas migrantes y LGBTI+. Esto por los derechos y servicios con los que contamos, además de las organizaciones locales que nos brindan su apoyo.

Te invito a la siguiente página, bebé.



TRES

TE DIGO CÓMO SOLICITAR EL RECONOCIMIENTO DE LA CONDICIÓN DE REFUGIADX EN CDMX

Oh, si, ¡por todos los cielos! Aquí va la pregunta de los mil millones: ¿cómo puedo solicitar el reconocimiento de la condición de refugiadx? Bien, primero que nada, debes saber que este proceso es totalmente gratuito, es tu derecho y nadie ni nada puede obstaculizarlo.

La condición de refugiadx también se conoce en otros países como asilo, y en palabras coloquiales se le dice refugio. Es decir, refugio y asilo son lo mismo, pero su nombre oficial en las leyes mexicanas es **Reconocimiento de la Condición de Refugiadx**, y para tenerlo debes solicitarlo en la COMAR.

1

Ir a la COMAR

La petición debes hacerla en las oficinas de la COMAR (página 49, corazoncito) durante los primeros 30 días laborables desde tu llegada a México. Si no pudiste hacerlo en ese tiempo, tú ve cuando tengas oportunidad y explica las razones por las que no pudiste ir antes.

En la COMAR llenarás un formulario en el que dirás por qué tuviste que huir de tu lugar de origen. Además, si tu familia viaja contigo, es necesario que lo digas en este formulario. Por el contrario, si tu familia sigue en tu país, ¡también menciónalo!

2

*Llenado de
formulario*

Esto es importantísimo para que puedan permanecer o reunirse contigo en México. A partir de aquí, te darán la **Clave Única de Registro de Población (CURP)** temporal, con la que podrás acceder a trámites y servicios públicos como la salud y la educación. Además, de aquí en adelante, nadie puede enviarte de regreso a tu país. Esto es lo que llaman dentro de las leyes: el **Principio de No Devolución**.



3

Constancia de inicio de trámite

La COMAR te entregará una constancia de inicio de trámite. ¡Cuídala mucho! Ya que es el comprobante oficial de que iniciaste tu solicitud.

Con esta Constancia debes ir al Instituto Nacional de Migración para que pidas la **Tarjeta de Visitante por Razones Humanitarias**. Esta tarjeta te da el permiso para trabajar en México mientras esperas la respuesta a tu solicitud.

4

Tarjeta de Visitante por Razones Humanitarias

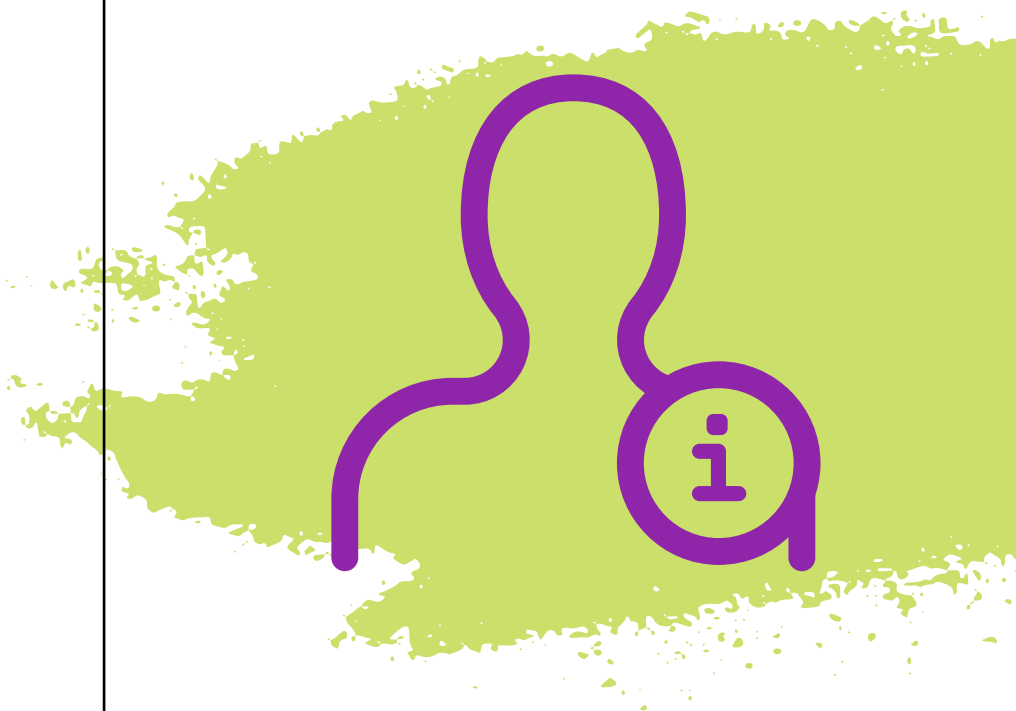
5

Firmas en la COMAR

Recuerda que durante todo el procedimiento tienes la obligación de permanecer en el Estado donde iniciaste la solicitud (Ciudad de México, en tu caso) y debes ir a firmar a la oficina cada 10 días.

Si no cumples con alguna de estas obligaciones, la COMAR dará por abandonada tu solicitud. Por esto es importante que si tienes algún problema grave que te impida cumplir, avises de inmediato.

Te harán una entrevista en la que te pedirán que cuentes por qué huiste de tu lugar de origen y por qué no puedes volver. Debes estar preparadx para este momento porque puede ser doloroso recordar. Es recomendable que le pidas a alguien de confianza que te acompañe o busques asistencia legal gratuita antes (en la sección 10 de esta guía encontrarás una lista de organizaciones para esto), pues es necesario que brindes detalles específicos como nombres de personas, lugares, horarios, entre otros, para que quien te entreviste comprenda por lo que has pasado. Si traes alguna prueba contigo, es la ocasión de mostrarla. Responde con mucha honestidad las preguntas que te hagan. Recuerda que la entrevista es confidencial.



7 Resolución

El **Reglamento de la Ley sobre Refugiados** dice que la respuesta a tu solicitud debe estar en 45 días laborables. Pero del dicho al hecho hay mucho trecho (ay, me encanta ese refrán, pero qué triste tener que usarlo más de una vez): es casi seguro que el análisis de tu petición tome muchísimo más tiempo. ¡No desesperes! Siempre recibirás una respuesta.

Si te otorgan el reconocimiento como refugiadx, acude al Instituto Nacional de Migración para obtener tu residencia permanente. Tus familiares (padres, madres, cónyuges, hijxs) también podrían ser beneficiadxs.

8 Residencia

Si recibes una respuesta negativa, tienes derecho a apelar durante los 15 días laborales a partir de la notificación. La COMAR revisará otra vez tu expediente y podría darte una respuesta en el lapso de tres meses. Si nuevamente la respuesta fuera negativa, puedes acudir con un abogado gratuito para que tu caso sea revisado por un juez. También puedes acercarte con alguna organización que te apoye. Te recomiendo que recurras a todos los recursos. **¡Es tu derecho!**

En este folleto puedes encontrar más información, bebé: **Folleto Procedimiento (unhcr.org)**

HABLEMOS DE VIVIENDA

La Ciudad de México es enorme, como ya te habrás dado cuenta. Buscar un lugar para vivir puede ser una tarea complicada, pues las rentas no son muy baratas que digamos. Depende mucho la zona que elijas. Si tu presupuesto te lo permite, existen páginas de internet, grupos de Facebook y aplicaciones como Airbnb que pueden ayudarte con esta tarea.

Sin embargo, quienes buscamos protección internacional muchas veces no tenemos el capital suficiente para rentar un cuarto, ya no digamos departamento. Si ese es tu caso, la Ciudad de México cuenta con varios albergues. Es importante solicitar toda la información posible antes de ir, ya que no todos son incluyentes con las personas LGBTI+.

Por ejemplo, yo en Chiapas fui a dar con el albergue de una monja que me ofreció ayuda solo si me cortaba el pelo y me vestía de hombre. Según su lógica, lo que ella quería era “salvar una vida”, además de proponerme un exorcismo para sacarme al demonio que llevaba dentro. Ay, no, extraordinaria la señora. Yo hasta la fecha soy muy feliz con mi demonia transexual.

Si prefieres evitarte las molestias, te compartiré tres albergues exclusivos para la comunidad LGBTI+.



Casa Frida Refugio LGBT

Casa Frida es un lugar seguro y acogedor para personas LGBTI+ que buscan refugio y apoyo. Esta organización sin fines de lucro, más que un albergue, es un espacio donde puedes recibir alojamiento, acompañamiento integral y servicios psicosociales sin costo alguno. Además, cuenta con programas de inclusión financiera, protección y mitigación de riesgos, integración local, asistencia humanitaria y te ayudan con tus trámites de reconocimiento de la condición de refugiadx.

Tienen tres sedes en México: Tapachula, Chiapas; Monterrey, Nuevo León; y Ciudad de México. La dirección de las sedes son confidenciales por razones de seguridad.

¿Para quién es Casa Frida? Es para personas LGBTI+ que:

- escapan de violencia extrema o persecución
- son desplazadas por el crimen organizado
- son migrantes o solicitantes del reconocimiento de la condición de refugiadx en México por razones humanitarias
- han sido expulsadxs de sus hogares debido a su orientación sexual, identidad o expresión de género
- viven con VIH o forman parte de poblaciones clave en riesgo

Para recibir ayuda y orientación, lo mejor es que hagas tu primer contacto enviando un WhatsApp, mensaje a sus redes sociales o por correo electrónico:



Casa Hogar Paola Buenrostro

Esta Casa es un lugar especial creado para brindar apoyo y protección a mujeres trans. Este albergue forma parte de la organización civil Casa de las Muñecas Tiresias AC, fundada por la activista trans Kenya Cuevas. Su misión es defender los derechos de las personas LGBTI+ mediante proyectos que fortalecen y acompañan integralmente a quienes lo necesitan. La Casa Hogar Paola Buenrostro fue inaugurada en 2020 en honor a Paola, una compañera trans trabajadora sexual que lamentablemente fue asesinada en 2016.

Además de esta Casa Hogar, también han inaugurado otras dos:

- Casa Hogar Catherine Danielle Marquez en Cuernavaca, Morelos
- Casa Hogar Kaory Catarero Regalado en Apazco, Estado de México

Los servicios que ofrecen en estos lugares son gratuitos, la estancia es voluntaria y, si decides aceptar la ayuda, se espera que cumplas con el reglamento interno.

También te pueden ayudar con los trámites de cambio de identidad y trámites migratorios con COMAR. Aunque el albergue está principalmente destinado a mujeres trans, en casos específicos de migración pueden ser flexibles según la urgencia y el perfil del caso.

Para poder ingresar a alguno de estos albergues primero tienes que comunicarte con ellxs a través de estos medios:



55 1400 5360

@CasaDeLasMunecasTiresias

@ctiresias

@ctiresias

munecas.tiresias@gmail.com

www.munecastiresias.org

Lázaro Cárdenas 59 Col. La Casilda
Gustavo A. Madero, CP 07150
Ciudad de México.





Casa LLECA

Casa LLECA es el refugio LGBTI+ más joven de esta lista. Comenzó en 2020 cuando la activista trans Victoria Sámano decidió abrir las puertas de su casa para alojar a personas LGBTI+ en situación de calle. Luego, en mayo de 2023, “LLECA-escuchando la calle” se convirtió oficialmente en asociación civil y actualmente cuentan con una albergue donde las personas trans en situación de calle y migrantes pueden acceder a sus servicios y residir temporalmente.

Ahí te pueden apoyar con alimentación, atención psicológica, atención de adicciones, orientación para acceder a la educación y a un empleo digno, talleres, capacitaciones, actividades culturales, acompañamiento a servicios especializados y seguimiento de caso.

Como sucede con las organizaciones anteriores, es importante que primero te comuniques con Casa LLECA a través de su correo electrónico o redes sociales:

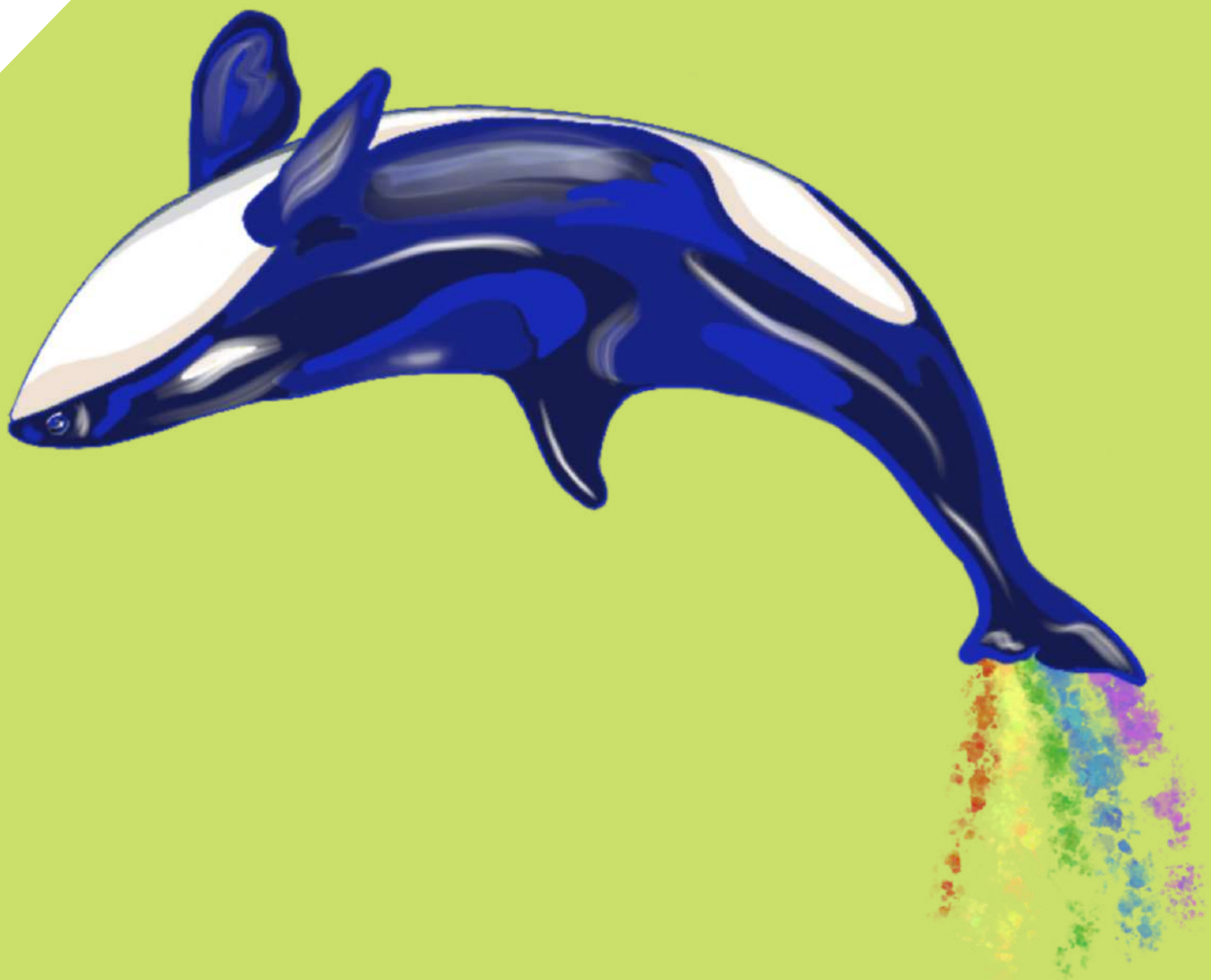


 LLECA Escuchando la calle
 @lleca_org
 @lleca_org
 llecaescuchandolacalle@gmail.com

En el caso de que desees tener más alternativas, aquí te dejo otros albergues que no son exclusivos para personas LGBTI+, pero que cuentan con un enfoque de inclusión:

- Casa Mambré
- Albergue Constitución 1917 (CECADRO)
- Albergue Casa Peña (CECADRO)
- CAFEMIN
- Casa Fuente
- Casa Alianza
- Casa Tochan

Si quieres saber cómo contactar a cada uno de estos albergues, consulta la Ruta Arcoíris. Página 47, bebé. De nada.



CINCO

HABLEMOS DE SALUD

Muchas veces llegamos a otro país con experiencias terribles en el trayecto migratorio que dañan gravemente nuestra salud física y mental. Y lo que menos queremos es llegar a una clínica u hospital en donde nos discriminen o juzguen por nuestra historia de vida. Sin embargo, en esta ciudad encontrarás varios lugares que brindan servicio de salud gratuito y que son exclusivamente para personas LGBTI+. Verdaderamente muchos de estos lugares me salvaron la vida. Te dejo la información de algunos de mis favoritos:

Para atención integral

Desde el gobierno de la Ciudad de México se han creado dos espacios muy importantes para recibir un servicio integral de salud para la comunidad LGBTI+:

1. Clínicas Especializadas Condesa

Estas Clínicas se crearon para ofrecer atención médica integral a las personas que viven con VIH. Todos los servicios son gratuitos para quienes no cuentan con seguridad social laboral. Ofrece todo lo necesario para la detección y prevención de enfermedades de

transmisión sexual, pruebas de detección de VIH y otras ITS, acceso a PrEP (Profilaxis Pre Exposición) y PEP (Profilaxis Post Exposición), tratamiento antirretroviral y atención psicológica.

Además, cuentan con programas de apoyo a víctimas de violencia sexual, personas privadas de la libertad, trabajadorxs sexuales y personas con adicciones. Es considerada una Clínica Santuario, por lo que es amigable con las personas en movilidad. No importa si estás en



proceso de regularización migratoria, si no has empezado, o si no vas a hacerlo porque deseas seguir a Estados Unidos. Puedes acceder a sus servicios sin ningún problema.

Cuenta con dos sedes:



En la Alcaldía Cuauhtémoc:


 @ClinicaCondesaOficial

 Benjamin Hill 24
Col. Hipódromo Condesa
CP 06140

 Lunes a viernes de 7am a 8pm

En la Alcaldía Iztapalapa:

 @CondesalztapalapaOficial

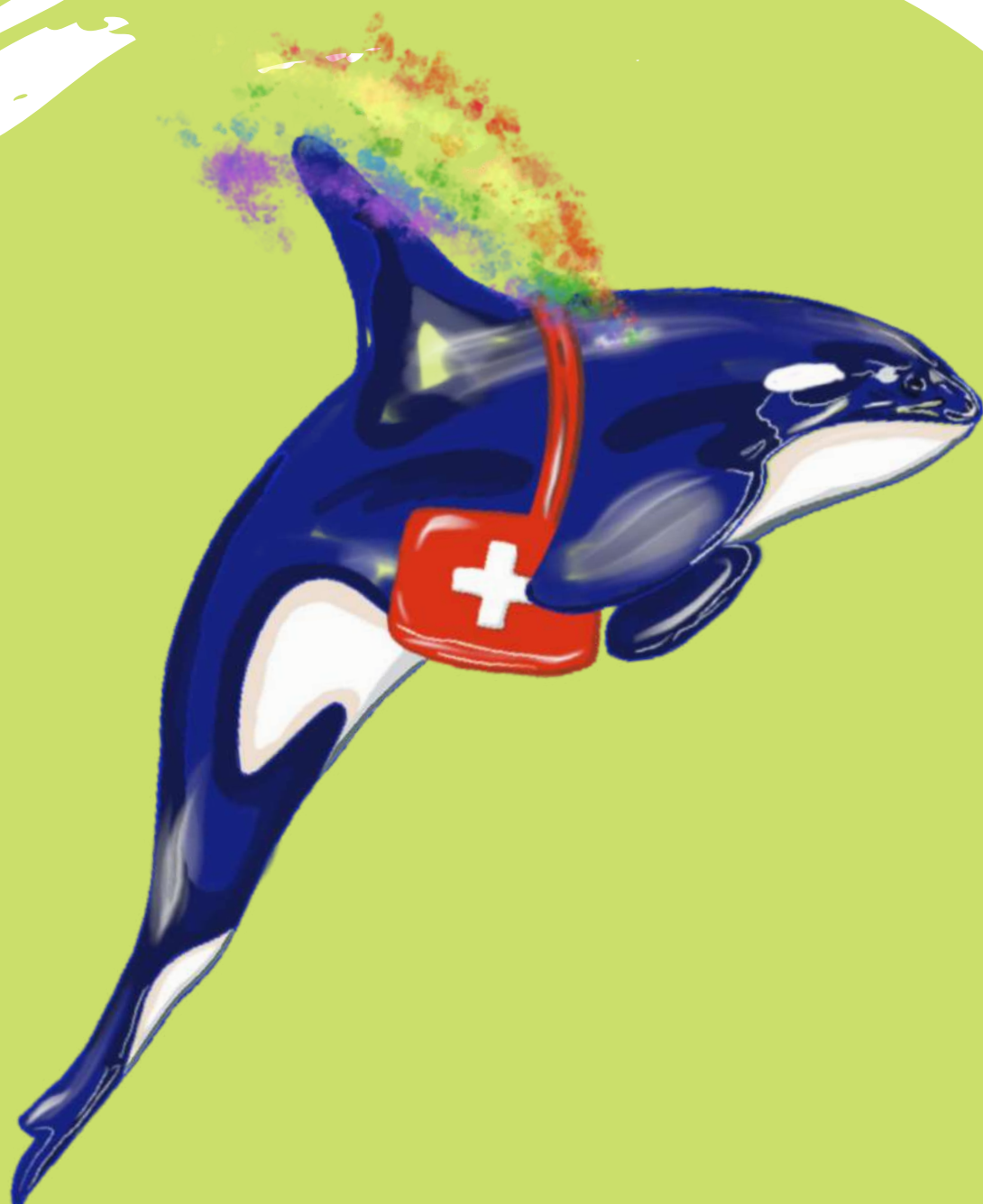
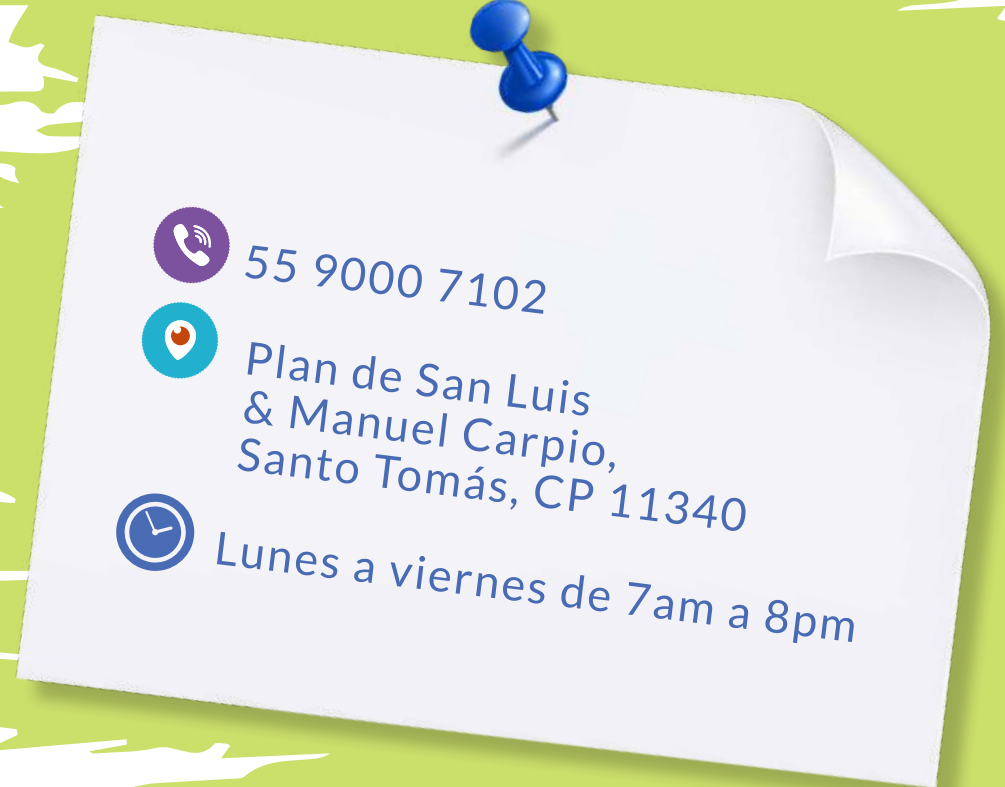
 Combate de Celaya s/n entre
Campaña de ébano y Francisco Rivera,
Col. U.H. Vicente Guerrero,
Alcaldía Iztapalapa, CP. 09730

 Lunes a viernes de 7:30am a 3pm

2. Unidad de Salud Integral para Personas Trans (USIPT)

Esta es otra maravilla de la Ciudad. ¡Es la única clínica en el país que ofrece atención médica gratuita exclusivamente para la comunidad trans y no binaria! No importa si eres mexicanx o migrante, puedes ser atendidx aquí, solo necesitarás una identificación oficial (puede ser tu pasaporte, tarjeta de visitante por razones humanitarias o tu tarjeta de residente permanente), y si no cuentas con una, puedes exponer tu caso y seguramente buscarán la mejor forma para que puedas acceder a los servicios.

Aquí encontrarás apoyo para tu proceso de transición, psicoterapia, psiquiatría, consultas médicas, endocrinología, terapia hormonal de afirmación de género, detección y manejo de ITS, ginecología, sexología, dermatología, enfermería, nutrición, grupos de acompañamiento de pares, actividades culturales y recreativas, asesoría legal y en derechos humanos, talleres, capacitaciones y formaciones, entre otros servicios.



Servicios de Salud desde las Organizaciones civiles

Desde las sociedad civil también existen espacios hermosos y, sobre todo, seguros para las personas migrantes y LGBTI+ a los que puedes acudir para atender tu salud de forma gratuita:

1. *Medical Impact*

Esta es una organización que facilita el acceso a la salud para poblaciones vulnerables en México desde un enfoque de diversidad sexual. Cuentan con servicios como medicina general, terapia física, nutrición, psicología, pruebas rápidas de VIH, asesoría anticonceptiva, seguimiento de terapia de reemplazo hormonal, consejería en ITS, educación en salud, control prenatal y limpieza dental. Todos estos servicios son gratuitos.

Para agendar una cita u obtener información es necesario mandar un mensaje al 22 2626 2947 y no requiere ningún documento para ser atendidxs.

 22 2626 2947

 @Medical.Impact

 @medical.impact

 www.medical-impact.org

 Ignacio L. Vallarta 1,
Tabacalera, Cuauhtémoc, 06030
Ciudad de México.

 Lunes a Viernes de 12 a 5pm

MEDICALIMPACT

IMPACTING LIVES, PRESCRIBING HOPE

2. AHF México

Aids Healthcare Foundation (AHF) es una organización global que brinda pruebas de VIH, diagnóstico y tratamiento de infecciones de transmisión sexual, así como acceso gratuito a condones y lubricantes, capacitación para el uso correcto del condón, consejería, vinculación y acompañamiento en caso de un resultado reactivo en las pruebas de VIH y consultas médicas de ITS.

Para acceder hay que agendar una cita o acudir a sus jornadas móviles en el Wellness Center los martes y jueves de 12 a 17:30. Te recomiendo estés pendiente de sus redes sociales porque también tienen campañas de vacunación gratuita contra el VPH.



3. VIHve Libre

Esta organización es una de las guerreras en la lucha por dignificar la vida de las personas que viven con VIH y un pilar comunitario para las poblaciones LGBTI+ en la ciudad. Brindan pruebas gratuitas de ITS, así como donación de medicamentos a personas con VIH, población LGBTI, familiares y amigxs.



Además de su sede en Tepalcates, también cuentan con un espacio en la Clínica Condesa de la Alcaldía Cuauhtémoc. Si requieres tratamiento antirretroviral o medicamentos por contacto sexual de riesgo, comunícate con ellxs y seguro te orientarán y facilitarán lo que necesites.

Salud Mental y Emocional

Hemos pasado por tantas situaciones dolorosas y simplemente nos guardamos todo. Algunas veces la memoria nos perturba repasando lo vivido, otras veces mantenemos la mente ocupada para evitar nuestros sentimientos. Pero, corazón, te prometo que no hay nada como expresarte en un espacio seguro.

Existen lugares donde profesionales de la salud están disponibles para escucharte y brindarte apoyo emocional. También hay espacios en los que podrás conocer personas y compartir tus experiencias en comunidad. Estos servicios pueden darte un poco de alivio y ayudarte a manejar tu carga emocional. No estás solx, hay personas y recursos que pueden acompañarte en este proceso.

1. Línea Nacional Diversidad Segura

Te cuento primero de esta Línea de Diversidad Segura del Consejo Ciudadano de la Ciudad de México. Es una Línea telefónica que brinda atención psicológica y jurídica solo para personas LGBTI+.

Si necesitas llevar un proceso de acompañamiento psicológico de forma presencial o virtual, desde el Consejo Ciudadano podrán ofrecerte este servicio totalmente gratis.

 800 000 5428

 Atención 24/7



2. preVIHene por tu vida S.C.

preVIHene brinda espacios seguros de atención emocional a la comunidad LGBTI+. Cuentan con acompañamiento emocional gratuito, con 6 sesiones vía telefónica y atienden a personas en cualquier parte del mundo. Los lunes tienen un grupo de apoyo virtual para personas que viven con VIH. Además cuentan con terapia y consulta psiquiátrica a bajo costo.



 5619849132

 @previhene

 @terapeando

 www.previhene.org

 terapeando@previhene.org

3. Cuenta Conmigo

Esta organización se enfoca en atender a la comunidad LGBTI+ y sus familias a través de un equipo multidisciplinario de profesionales en salud, educación, trabajo comunitario, voluntarixs y familiares. Entre sus servicios cuentan con grupo de acompañamiento para jóvenes LGBTI+, atención psicológica, y grupos de acompañamiento para padres y madres de personas LGBTI+.

Para acceder se requiere llenar formularios de registro vía Google y, en ciertos casos, cubrir una cuota de recuperación.

Para más información te dejo sus medios de contacto:



55 6173 0269
@DiversidadConmigo
@cuentaconmigodiversidadsexual
www.cuentaconmigo.org.mx
tuapoyo@cuentaconmigo.org

4. La Tribu A. C.

La Tribu es un espacio seguro que brinda atención psicológica a personas que viven con VIH. También ofrecen acompañamiento para trámites en instituciones de salud relacionadas con temas de VIH. Para acceder al servicio hay que llenar una solicitud de acompañamiento individual o contención a través del sitio web.



55 4812 5134
@latribuac
www.somoslatribu.org



5. The Trevor Project México

Es una organización que brinda un servicio digital de manejo de crisis y prevención del suicidio para las juventudes LGBTI+. Cuenta con personal capacitado que atiende a las juventudes cuando se enfrentan a temas como salir del clóset, identidad de género, la depresión e ideas suicidas.

Este servicio es gratuito, seguro y confidencial.



Nota: También existen otras organizaciones como Casa Refugiados o Médicos Sin Fronteras que pueden apoyarte con atención psicológica. Checa la Ruta Arcoíris para poder saber más de ellxs y de otros espacios seguros.

Aborto y Salud Reproductiva

Te cuento que en la Ciudad de México el aborto es legal hasta las 12 semanas de gestación sin necesidad de justificar nada. Existen organizaciones que brindan información y apoyo a personas gestantes que desean interrumpir su embarazo.

1. Las Vanders (LV Acompañamiento y Arte por los Derechos de las Mujeres)

Las Vanders es una organización feminista que brinda información y apoyo a personas gestantes que desean interrumpir su embarazo. Ofrecen asesoría telefónica y en línea, así como acompañamiento a clínicas que realizan abortos legales en la Ciudad de México.

También brindan información sobre los derechos de las personas gestantes y la legislación vigente en la Ciudad de México en materia de aborto, acompañamiento integral feminista, construcción de plan entre pares para definir necesidades y respuesta con vinculación a servicios. No cuentan con refugio o lugar físico, pero coordinan con otras organizaciones e instancias.

Ninguna de las acciones de acompañamiento que proporcionan Las Vanders tiene costo, pero se requiere una entrevista inicial, así como la firma de Formatos de Privacidad y Acuerdos de Seguridad Mutua. Puedes contactarlas por medio de:



HABLEMOS DE EDUCACIÓN

En México, todas las personas, sin importar su origen nacional o situación migratoria, tienen el derecho a la educación. Está garantizado en la Ley General de Educación y en distintas normativas. Este no solo es un derecho para niños o adolescentes, también lo es para adultos. Además, contar con diplomas o certificados de estudio puede facilitar el acceso a un empleo formal.

Si no pudiste terminar tus estudios en tu país de origen, aquí hay distintos espacios a los que puedes acercarte. Te presento algunas opciones gratuitas para continuar con tu formación:

Retoma tus estudios

Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA)

Es una institución educativa dirigida a personas mayores de 15 años que te permitirá obtener tu certificado de primaria y secundaria, así como aprender a leer y a escribir. Para ingresar a su programa sólo necesitas una identificación oficial que puede ser tu TVRH o Tarjeta de Residente Permanente y tu CURP.

Además, el INEA cuenta con Educación sin Fronteras, una estrategia cuya finalidad es brindar atención educativa a personas migrantes, ya sean connacionales retornados o repatriados, solicitantes de la condición de refugiado, refugiados, beneficiarios de protección complementaria o extranjeros viviendo en México.

Puedes acercarte a sus varios módulos en las oficinas de la COMAR, del INM y en el Programa Casa Refugiados. O por alguno de sus distintos medios:



800 00 60 300
55 5241 2700 ext. 22713



@IneaNacional



www.inea.gob.mx



edusinfronteras@inea.gob.mx



**INSTITUTO
NACIONAL PARA
LA EDUCACIÓN
DE LOS ADULTOS**

Certificación por Evaluaciones Parciales (EXACER)

Si ya cuentas con Secundaria o ya habías iniciado el Bachillerato en tu país de origen y quieres obtener tu certificado, el Colegio de Bachilleres ofrece este servicio a todas las personas mayores de 18 años. Consiste en la aplicación de una prueba, la que evalúa los conocimientos y habilidades que se adquieren en el bachillerato o preparatoria.

Para aplicar debes esperar la convocatoria que se ofrece cuatro veces al año. Puedes acercarte a sus oficinas para más información o preguntar en su página web y medios de contacto que te dejo por aquí:



55 56244100
ext. 4826, 4322, 4903,
4256, 4259, 4637



exacer.cbachilleres.edu.mx



info.exacercolbach@bachilleres.edu.mx
exacerenlinea@bachilleres.edu.mx



Prolongación Rancho
Vista Hermosa 105
Col. Los Girasoles, CP 04920

Ingreso a la Educación Superior

Si ya cuentas con Certificado de Bachillerato y te gustaría estudiar una carrera universitaria o técnica, existen universidades públicas en todo el país en los que puedes ingresar de forma gratuita o pagando un mínimo de inscripción o matrícula. En la mayoría de los casos necesitarás presentar un examen de admisión de conocimientos, pero también existen otras opciones en los que el ingreso es por sorteo de lugares o aprobando un curso.

En la página siguiente te dejo los nombres de algunas de las universidades públicas que están en la Ciudad de México.

Universidades cuyo ingreso es por examen de admisión:

Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)
www.unam.mx

Universidad Autónoma Metropolitana (UAM)
www.uam.mx

Instituto Politécnico Nacional (IPN)
www.ipn.mx

Instituto Tecnológico Nacional de México
www.tecnm.mx

Universidades cuyo ingreso es por sorteo:

Universidad Autónoma de la Ciudad de México
www.uacm.edu.mx

Universidades cuyo ingreso es a través de un curso:

Universidad de la Salud
unisa.cdmx.gob.mx

Universidad Rosario Castellanos
rcastellanos.cdmx.gob.mx

Te recomiendo revisar sus sitios web y redes sociales para conocer más sobre los procedimientos y las distintas carreras que ofrecen.

Para todos estos espacios escolares, la inscripción suele ser un trámite gratuito, excepto en algunas universidades que pueden cobrar el examen de admisión o la matrícula. Además, puede ser que te soliciten alguno de estos documentos:

- Acta de nacimiento o documento equivalente (que podría ser pasaporte, tarjeta de huésped de la CDMX, constancia de vecindad o residencia, tarjeta del INM, constancia de



reconocimiento de la condición de refugiadx, documento de identidad del país de origen, licencia de manejo, etc.)

- Clave Única de Registro de Población (CURP)
- Documento escolar del país de origen
- Revalidación de Estudios

No te asustes. Si no tienes algunos de estos documentos, la escuela no puede negarte el ingreso. Es su obligación encontrar el método idóneo para ubicar a lxs estudiantes en el grado escolar que les corresponde.

Ahora bien, sabemos que existen severos obstáculos en las Normas de Control Escolar para que haya un acceso pleno a este derecho y al reconocimiento de los estudios previos. ***Esto constituye una práctica discriminatoria.***

Si al momento de la inscripción encuentras dificultades, solicita exponer el caso directamente con el personal directivo escolar. Si este no ofrece una solución puedes acercarte con algunas organizaciones que te ofrecerán orientación gratuita para que puedas acceder a la educación:

- Programa Casa Refugiados
- Instituto para las Mujeres en la Migración, AC (IMUMI)
- Otros Dreams en Acción (ODA)
- Clínica Jurídica Alaíde Foppa
- Consejo Ciudadano de la Ciudad de México
- Sin Fronteras I.A.P.
- Asylum Access México

La información de contacto de estas organizaciones las encontrarás en la Ruta Arcoíris, bebé.



Revalidación de estudios

Si cuentas con tus certificados de estudios de tu país de origen, es posible que se te puedan revalidar. Para ello debes acercarte a las siguientes oficinas:

1. Revalidación de primaria y secundaria

Autoridad Educativa Federal.

 Lázaro Pavia 294, Jardín Balbuena (cerca de la estación de metro fray Servando), Venustiano Carranza, CP 15900

Puedes revisar toda la información de este trámite [haciendo clic aquí](#).

2. Revalidación de bachillerato / nivel medio superior

Dirección General de Bachillerato.

 Avenida Revolución 1425, Colonia Campestre, Alcaldía Álvaro Obregón, CP. 01040.

 36-01-72-00, ext. 63199, 63200 y 63327

 revalidacionyequivalencias@dgb.sems.gob.mx

 dgb.sep.gob.mx

Puedes revisar toda la información [haciendo clic aquí](#).

3. Revalidación de Estudios Superiores

Dirección General de Acreditación, Incorporación y Revalidación (DGAIR)

 Av. Universidad 1200, Nivel 1, Sector 27, Col. Xoco, Alcaldía Benito Juárez, CP. 03030

 (55) 3600 2511 Ext. 69104

 revalidaciones@nube.sep.gob.mx

Para más información [haz clic aquí](#).

Capacitaciones y Talleres

Si te interesa formarte en otras áreas para tener más habilidades y conocimientos y así tener más opciones de empleo o emprendimientos, aquí te doy algunas opciones de instituciones públicas en donde se imparten cursos, capacitaciones y talleres sobre cultura, carpintería, soldadura, mecánica, electricidad, remodelación, cultura de belleza, artes plásticas o escénicas, informática, contabilidad y otros estudios técnicos.

INJUVE

www.injuve.cdmx.gob.mx

Instituto de Capacitación para el Trabajo

www.icat.cdmx.gob.mx

CONOCER. Certificación de Competencias Laborales

conocer.gob.mx

Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes (PILARES)

pilares.cdmx.gob.mx

Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación de la Ciudad de México

www.sectei.cdmx.gob.mx

Centros de Capacitación para el Trabajo Industrial (CECATI).

www.dgcft.sems.gob.mx

Dentro de las Alcaldías existen algunas opciones para la capacitación laboral. Acércate y pregunta por la oferta que tienen.

Una de nuestras mayores preocupaciones siempre es el dinero. En la Ciudad de México, con la tarjeta de visitante por razones humanitarias o la de residente permanente, tenemos el derecho a un trabajo formal. Pero la realidad es que muchas empresas y negocios no quieren contratar a personas refugiadas. Y, como personas LGBTI+, la cosa se vuelve más complicada. No solo es la dificultad de conseguir empleo, sino las violencias que podemos vivir al ya contar con uno.

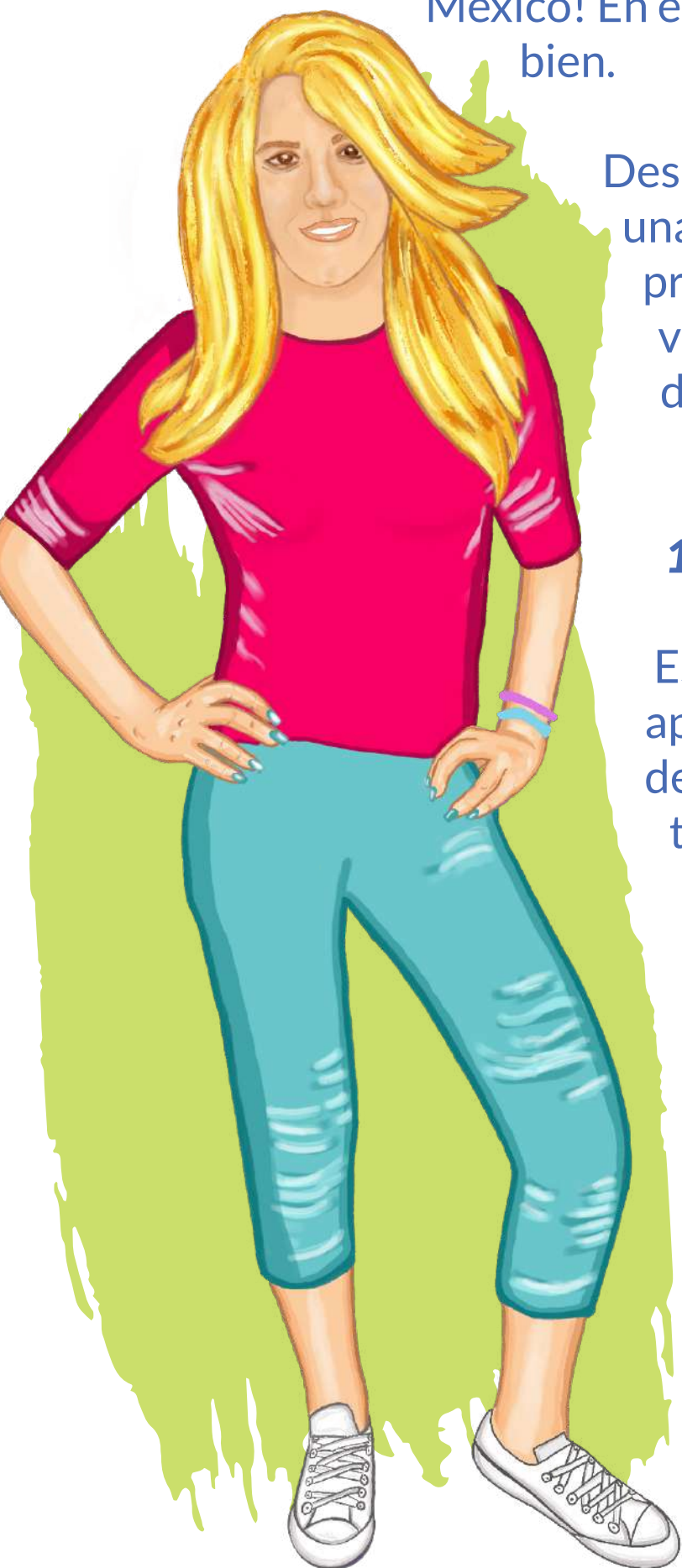
Existen varias organizaciones que tienen programas para que personas migrantes y refugiadas puedan acceder a empleos dignos y respetuosos de nuestras orientaciones sexuales e identidades de género. ¡Cómo me hubiera gustado tener ese apoyo cuando llegué a México! En esos años no conocía nada y no me la pasé tan bien.

Desafortunadamente la violencia laboral es una realidad. Pero, por suerte, existen algunos programas creados por organizaciones para vincular a las personas refugiadas con trabajos dignos.

1. Programa Contrata LGBT de Casa Frida

Es un programa de Casa Frida que busca apoyar a la comunidad LGBTI+ con la búsqueda de un trabajo. Además de ayudarte a crear tu CV, también les brindan capacitación constante y se aseguran de que las empresas u organizaciones que hacen la contratación tengan las condiciones de seguridad e inclusión necesarias para que puedas desarrollarte profesionalmente.

Puedes escribirles al correo: contrata@refugiogbt.org o a sus redes sociales y WhatsApp que ya te mencioné en la página 21.



2. Intrare (Incubadora del Trabajo para los Refugiados y Retornados)

Intrare es una organización que vincula a personas refugiadas con empleos dignos. Para comenzar a ser parte del programa tienes que realizar tu registro en: candidates.intrare.mx

Puedes registrarte aunque no cuentes aún con la documentación y ahí se te orientará sobre los pasos para acceder al empleo formal en México.

Cuentan con empleos en diferentes sectores por medio de empresas aliadas. Una vez que completes tu perfil, te vincularán a las vacantes que tengan disponibles en su bolsa de trabajo, donde cuentan con más de 25 empresas aliadas.

En todo ese proceso, recibirás asesoría de documentación y capacitación para hacer tu perfil profesional más atractivo. Además, también ofrecen actividades de integración para construir y fortalecer la comunidad. Todo de manera gratuita.



intrare 



3. Ayuda en Acción

Es una organización con diversas sedes en América Latina. En el caso de México tienen un programa de Movilidad Humana y de empleabilidad para mujeres y personas LGBTI+ refugiadas. Para acceder a él es necesario un pre-registro [haciendo clic aquí](https://ayudaenaccion.org.mx).




4. Asylum Access México


Es una organización dedicada a ayudar a las personas refugiadas a reconstruir sus vidas desde una perspectiva de derechos humanos. Entre sus servicios se encuentra el asesoramiento legal y la Ruta de la Hospitalidad, que busca crear alianzas con compañías, gobiernos e instituciones públicas y de la sociedad civil para integrar a las personas refugiadas en México. También busca crear conexiones que permitan a lxs refugiadxs trabajar, estudiar y descubrir sus pasiones.




@AsylumAccessMX




@AsylumAccessMX



@AsylumAccessMX



infomx@asylumaccess.org



www.asylumaccess.org





5. Servicio Nacional de Empleo

Este servicio de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social del Gobierno de México brinda atención de manera gratuita y personalizada a la población buscadora de empleo. Actualmente cuenta con un micrositio específico para orientar a las personas en movilidad (migrantes y refugiadas) sobre cómo encontrar empleo en México.

Puedes consultar sus vacantes a través de mexicoteemplea.gob.mx

6. Programa de Integración Local de ACNUR

El ACNUR cuenta con un programa de integración local para personas refugiadas o con protección complementaria por medio del cual apoyan con el traslado a otra ciudad donde te podrán brindar acompañamiento para obtener un empleo, encontrar vivienda, acceder a programas y servicios públicos, ingresar a escuelas públicas, técnicas y universidades, certificar estudios, y realizar trámites migratorios.



800 226 8769
800 283 2718



55 7005 5950



integracionmexico@unhcr.org



Puedes conocer más de este programa [en este folleto](#).

7. *International Rescue Committee (IRC):*

IRC es una organización internacional que apoya a personas en movilidad, ahí podrás encontrar al equipo de Recuperación Económica y Desarrollo que implementa programas que brindan herramientas para independencia financiera, te ayudarán a acercarte al mercado laboral mexicano y podrás recibir capacitaciones en habilidades digitales. Algunos de sus servicios incluyen:

- Soporte para autoempleo y emprendimiento
- Vinculación al empleo formal
- Vinculación a capacitaciones técnicas
- Vinculación a pasantías en empresas
- Reasentamiento a otros países por vías laborales
- Capacitaciones en habilidades digitales, financieras, empleabilidad y orientación cultural
- Asesoría y soporte en generación de CV
- Asesoría en perfiles laborales en plataformas



55 8063 4989



@rescueorg



retro.mexico@rescue.org



www.rescue.org



Ahora bien, para todos los trabajos formales necesitarás los siguientes documentos:

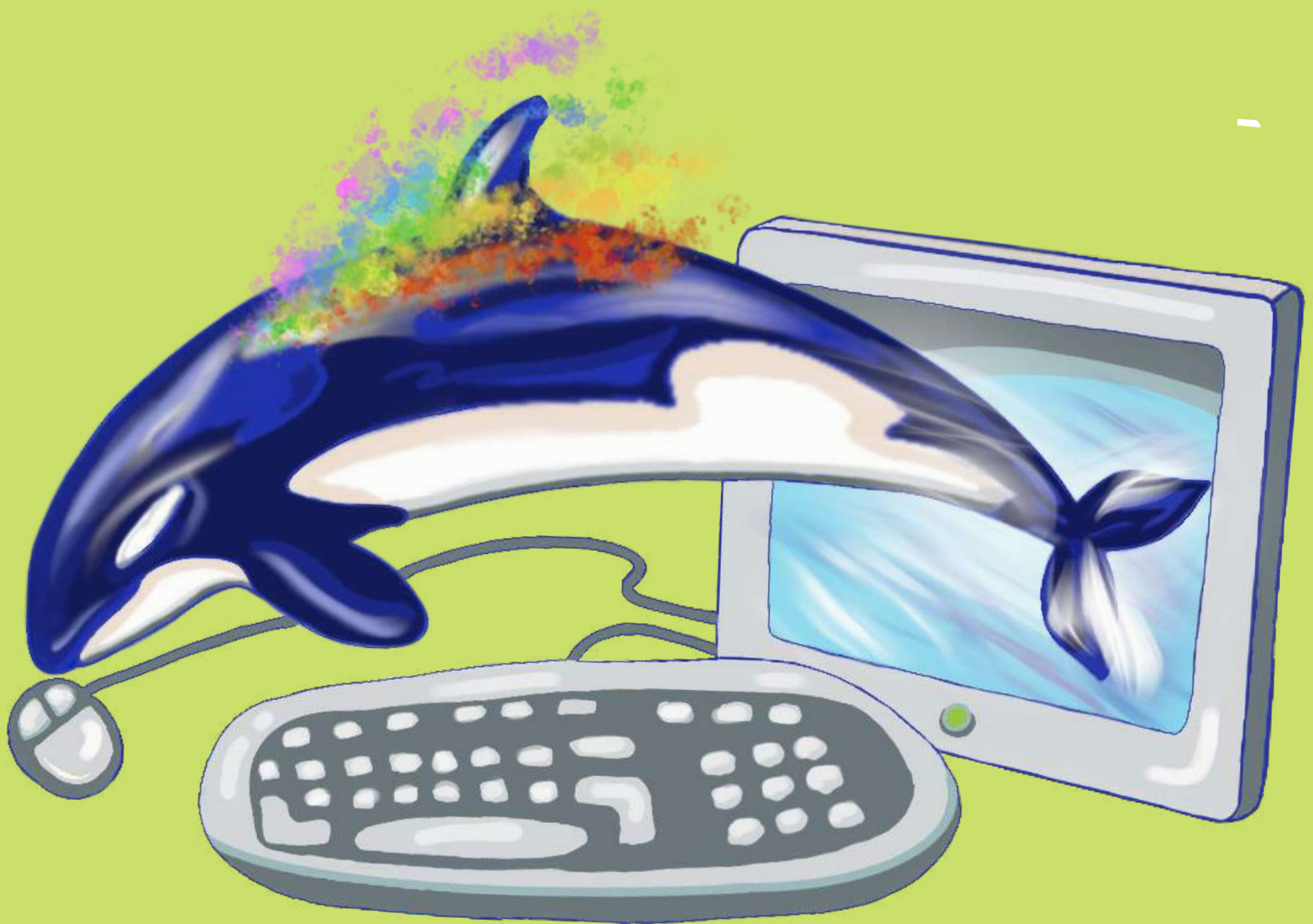
- **Tarjeta de visitante por Razones Humanitarias** o la de **Residente Permanente**.
- **Clave Única del Registro Poblacional (CURP)**. Esta clave, como te mencioné anteriormente, es tramitado por el INM o en algunas ocasiones por la COMAR cuando realizas tu solicitud de reconocimiento de la condición de refugiadx.
- **Número de Seguridad Social**. Es una clave para que tu lugar de trabajo pueda brindarte seguro médico en el Instituto Mexicano del Seguro Social, y así tengas acceso a los servicios de salud pública.
- **Registro Federal de Contribuyentes (RFC)**. Es una clave que brinda el Servicio de Administración Tributaria y sirve para que puedas recibir tus facturas de pago y pagar impuestos.
- **Cuenta bancaria**. Según la ley bancaria, la tarjeta de visitante o la de residencia permanente deberían ser suficientes para abrir una cuenta, pero no todos los bancos o sucursales lo permiten. Algunos solicitan una doble identificación: además de la tarjeta de residente o de visitante, piden tu pasaporte o licencia. Actualmente existen opciones flexibles en los que podrás aperturar tu cuenta en línea sin la necesidad de presentar algún documento con el Banco BANORTE o Banco Azteca.
- **CV o solicitud de empleo**. Algunos empleos te solicitarán un CV o solicitud de empleo para conocer tu experiencia laboral e información general sobre ti.

No es necesario que presentes acta de nacimiento o algún documento de identidad al solicitar empleo.



Ya sé, mucha burocracia. Si te sientes un poco perdidx con todos estos requisitos, acércate al equipo del Programa Casa Refugiados, ellxs te podrán asesorar mejor.

Recuerda que en esta búsqueda puedes encontrar algunas opciones de empleo informal, sin embargo, esta opción no es recomendada ya que no te ofrece seguridad laboral, prestaciones y un contrato que te respalde. Además, podrías caer en fraudes o estafas.



OCHO

¿QUÉ HACER EN CASO DE VIVIR VIOLENCIA?

Como personas LGBTI+ refugiadas y solicitantes de protección internacional estamos en constante riesgo de ser víctimas de agresiones físicas, insultos, exclusión y otro tipo de violencias. Esto es algo que no debería pasar, pero sucede más de lo que te imaginas. Si estás pasando por una situación violenta, no tengas miedo de pedir ayuda, ¡mereces ser tratadx con amor y respeto! Es muy importante acudir a instituciones y organizaciones que puedan orientarte, darte apoyo emocional y, lo más importante, protegerte.

Como primer paso, te recomiendo contactar a algunas de estas Líneas telefónicas, ya que atienden las 24 horas del día y, dependiendo de tu caso, te canalizarán con las instancias que mejor atención puedan brindarte, ya sea por cuestiones de discriminación, violencia sexual, hostigamiento laboral u otra situación:

- Línea Nacional Diversidad Segura del Consejo Ciudadano: **800 000 5428**
- Línea Diversidad Sexual de LOCATEL ***0311**
- Línea de No Discriminación de LOCATEL: **56581111**
- Línea de Seguridad y Chat de Confianza del Consejo Ciudadano: **55335533**



Te sugiero siempre estar acompañadx de alguna organización que te apoye en estos trámites o denuncias, ya que las grandes oficinas de las fiscalías o centros de justicia suelen ser muy imponentes, burocráticos y revictimizantes. Por ello, sigue el asesoramiento que te brinden las Líneas telefónicas, y contacta a las organizaciones que ofrecen apoyo legal gratuito. Las vas a encontrar en la Ruta Arcoíris, corazón.

RUTA ARCOIRIS

¡Producción, producción! Métanme por aquí un redoble de tambores que por fin estamos en la tan anunciada ¡Ruta Arcoíris! En ella encontrarás todo tipo de espacios, organizaciones y servicios que pueden ser de ayuda para ti.

Antes de que le eches un vistazo, te chismeo que varios lugares no aparecen con una dirección, esto por temas de seguridad. En dichos casos, deberás contactarles primero por mensajito.

Ahora sí, criaturita hermosa, pásele a lo bueno.

Categorías de servicios



Organismo internacional



Institución pública



Atención a la salud mental y emocional: acompañamiento psicológico, apoyo a tratamiento psiquiátrico, grupos de apoyo para salud emocional



Atención a la salud física, sexual y reproductiva: consultas médicas y/u otras especialidades, pruebas de VIH y otras ITS, atención integral a ITS, apoyo en el acceso al tratamiento antirretroviral, Prep y Pep, acompañamiento en casos de aborto.



Asesoría legal en casos de violencia y discriminación



Orientación para acceder a la educación



Capacitación, talleres y formación en diversas áreas



Alimentación



Albergues



Orientación en el proceso de solicitud del reconocimiento de la condición de refugiadx



Asesoría para acceder a empleo digno



Integración social / cultural



Comunidades religiosas incluyentes



Organizaciones de apoyo a personas trans



Vinculación con otros servicios y difusión de información

1. ACNUR: Agencia de la ONU para los Refugiados



Mariano Escobedo 526, Anzures, Miguel Hidalgo
Lunes a jueves 9am - 4:30pm
Viernes 9am - 2pm
WA: +52 55 7005 5950
Tel: 800 226 8769
IG: acnurmx
FB: ConfiaEnElJaguar
mexmeatencion@unhcr.org
help.unhcr.org/mexico

2. AHF México A.C.



Darwin 31, Anzures, Miguel Hidalgo
Lunes a Viernes 12pm - 7pm
Tel: 55 5207 9081
IG: @ahf_mexico
FB: MexicoAHF
X: @ahf_mexico
ahfmexico@aidshealth.org
pruebadevih.org.mx

3. All Out



IG: @somosallout
allout.org/es

4. ASILEGAL: Asistencia Legal por los Derechos Humanos A.C.



Pitágoras 920, Narvarte Poniente, Benito Juárez
Lunes a Viernes 9am - 6pm
IG: @asilegalmx
FB: ASILEGAL
X: @asilegalmx
juridico@asilegal.org.mx
asilegal.org.mx

5. Asociación por las Infancias Transgénero



IG: @infanciast
FB: @infanciastrans
hola@infanciastrans.org
www.infanciastrans.org

6. Asylum Access México (AAMX)



IG: @AsylumAccessMX
FB: AsylumAccessMX
infomx@asylumacces.org
asylumaccess.org

7. Ayuda en Acción de México (AeA)



Lunes a Viernes 9am - 6pm
WA: +52 56 3602 6384
IG: @ayudaenaccionmx
tmmaldonado@ayudaenaccion.org
ayudaenaccion.org.mx

8. Brigada Callejera de Apoyo a la Mujer, E.M.A.C. (Brigada Callejera)



Corregidora 115, Despacho 204, Col. Zona Centro, Venustiano Carranza
10:30am - 6pm
Tel: 55 5542 3835 / 55 5542 4096
IG: @brigada_callejera.e.m.a.c
FB: @Brigada Callejera Elisa Martines
X: @brigadaelisa
brigadaac.mayfirst.org

9. Casa de las Muñecas Tiresias



Lazaro Cardenas 59, Col. la Casilda, Gustavo A. Madero
Atención 24/7
Tel: 55 1400 5360
IG: @ctiresias
FB: Casa de las muñecas Tiresias AC nacional
munecas.tiresias@gmail.com
www.munecastiresias.org

10. Casa Fuente de Apoyo a Mujeres, Niñas y Niños Víctimas de Violencia A. C. (Casa Fuente)



FB: Casa Fuente de Apoyo a Mujeres Niñas y Niños Víctimas de Violencia A.C

11. Casa Hogar Paola Buenrostro



Lazaro Cardenas 59, Col. la Casilda, Gustavo A. Madero
Atención 24/7
Tel: 55 1400 5360
munecas.tiresias@gmail.com

12. Casa Koinonia OSB



Roma 13, Col. Juárez, Cuauhtémoc
Lunes a Viernes 9am - 6pm
Sábado 10am - 2pm
FB: Casa Koinonia osb

13. Casa La Moira



Cto. Interior Mtro. José Vasconcelos 125, Miguel Hidalgo
IG: @casalamoira
FB: @casalamoira
X: @casalamoira

14. Centro Constitución de 1917 Alcoholismo y Drogadicción A.C.



Atención 24/7
Tel: 55 5970 3397
FB: @CentroConstitucion

15. Centro de Apoyo a las Identidades Trans (CAIT)



Atención 24/7
WA: 5527538095
IG: @centro.apoyo.identidades.trans
FB: @CentroApoyoidentidadesTrans
X: @CentroTrans
centro.apoyo.identidades.trans@gmail.com
cait.org.mx

16. Centro de Atención Ciudadana “La Línea de la Vida”



Atención 24/7
Tel: 800 911 2000
IG: @lineadelavida.conasama
FB: Línea De La Vida / CONASAMA
X: @LineaDe_LaVida
lalineadelavida@salud.gob.mx
conadic@salud.gob.mx
conasama@salud.gob.mx
www.gob.mx/conasama

17. Círculo Diverso (Red por la Igualdad, Justicia Social, Derechos Humanos, Salud Reproductiva y Sexual, A.C.)



Londres 161, Local 28, 1er Piso,
Col. Juárez, Cuauhtémoc
Lunes a Sábado 12 - 6pm
Domingo 12 - 4pm
WA: +52 55 3642 4328
IG: @circulo_diverso
FB: Círculo Diverso
X: @circulo_diverso
contacto@circulodiverso.org
www.ciculodiverso.org

18. Clínica Jurídica para Personas Refugiadas “Alaíde Foppa”



Universidad Iberoamericana, Prol. P.º de la Reforma,
Santa Fe, Álvaro Obregón
Lunes a Viernes 9am - 6pm
WA: 55 7847 9166
IG: @cjralaidefoppa
X: @cjralaidefoppa
clinicaderefugiados@ibero.mx

19. Clínica Especializada Condesa



Benjamin Hill 24, Col. Hipódromo Condesa,
Cuauhtémoc
Lunes a Viernes: 7am - 8pm
Tel: 55 5515 8311
FB: Programa de VIH-Sida de la Ciudad de México
X: @CdmxCondesa
condesa.cdmx.gob.mx

20. Clínica Condesa Iztapalapa



Combate de Celaya s/n entre Campaña de ébano y
Francisco Rivera, Col. Unidad Habitacional Vicente
Guerrero, Iztapalapa
Lunes a Viernes 7:30am - 3pm
Tel: 55 5038 1700 ext 7902 / 7904
FB: @CondesalztapalapaOficial
condesa.cdmx.gob.mx

21. Colmena 41



Lunes a Viernes 9am - 6pm
IG: @colmena_41
FB: @colmena41
X: @colmena_41
hola@colmena41.com
colmena41.com

22. COMAR (Comisión Mexicana de Ayuda a los Refugiados)



Calle 10 no.167, Col. Granjas San Antonio, Iztapalapa
IG: @comar_sg
FB: @comarmex
X: @comar_sg
www.gob.mx/comar

23. Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la CDMX



1 - Amberes 54, Col. Juárez, Cuauhtémoc
2 - Av. Luis Hidalgo Monroy 100, Iztapalapa
3 - Tintoreto 39, Benito Juárez
4 - Morelos y Pavón 33, Azcapotzalco
Lunes a Domingo 9am - 7pm
Tel: 800 000 5428 las 24 hrs atención psicológica y
jurídica

IG: @consejociudadanomx
FB: @ConsejoCiudadanoMx
X: @elconsejomx
diversidadsegura@consejociudadanomx.org
contacto@consejociudadanomx.org
consejociudadanomx.org/consejo

24. COPRED Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la CDMX



General Prim 10, Col. Centro, Cuauhtémoc
Lunes a Viernes 9am - 3pm
Atención de casos: 55 4600 8233 / 55 5341 3010
Línea No Discriminación (LOCATEL) 55 5658 1111
FB: @COPRED_CDMX
X: @COPRED_CDMX
quejas.copred@cdmx.gob.mx
copred.cdmx.gob.mx

25. Cuenta Conmigo Diversidad Sexual Incluyente, A.C. (Cuenta Conmigo)



Lunes a Viernes 9am - 6p.m
Sábado 10am - 2pm
WA: 55 6173 0269
IG: @cuentaconmigodiversidadsexual
FB: diversidadconmigo
tuapoyo@cuentaconmigo.org
cuentaconmigo.org.mx

26. Educación contra el Racismo A.C. (RacismoMX)



IG: @RacismoMX
FB: Racismo_MX
X: @Racismo_MX
ayuda@racismo.mx
racismo.mx

27. Fundación Arcoíris por el Respeto a la Diversidad Sexual



IG: @fundacion.arcoiris_
FB: @fundarcdiv
X: @fund_arcoiris
www.fundacionarcoiris.org.mx

28. Fundación Mexicana para la Lucha contra el sida A.C. (Fundasida)



Calle 19 no. 75, San Pedro de los Pinos, Benito Juárez
Lunes a Viernes 10am - 18pm
Sábado 10sm - 2pm
WA: 55 4491 0824
Tel: 55 5515 7903
IG: @Fundasida
FB: Fundasida Mexico
X: @Fundasida
www.fundasida.mx

29. InfoDigna



Lunes a Viernes 8am - 5pm
WA: +52 55 9063 7067
FB: Info Digna
info.digna@rescue.org
www.infodigna.org/es

30. Inspira



Insurgentes Centro 56 int. 401 y 402,
Col. Tabacalera Cuauhtémoc
Martes a Viernes 10am - 2pm / 3 - 7pm
Sábados 9am - 1pm
WA: 55 4032 8901
Tel: 55 5566 1528 / 55 4032 8901
IG: @InspiraCambioAC
FB: @InspiraCambioAC
info@inspiracambio.org
inspiracambio.org

31. Instituto Nacional de Migración



Av. Ejército Nacional 862, 1er. Piso, Col. Los Morales
Sección Palmas Polanco, Miguel Hidalgo
Lunes a Viernes 9am - 3pm
Tel: 55 2581 0100
FB: inamiMX
X: @INAMI_mx
oficinainmcdmx@inami.gob.mx
www.gob.mx/inm

32. Instituto para las Mujeres en la Migración, A.C.



Lunes a Jueves 9am - 6pm
Viernes 9am - 3pm
Tel: 5525625516
FB: Instituto para las Mujeres en la Migración AC
juridico@imumi.org
www.imumi.org

33. Intrare (La incubadora del trabajo para los refugiados y retornados)



Lunes a Viernes 9am - 6pm
WA: 55 2778 3267
IG: @intraremx
FB: @intraremx
contacto@intrare.mx
www.intrare.mx

34. IRC (International Rescue Committee)



Lunes a Jueves 10am - 3pm
Tel: 55 8063 4989
IG: @rescueorg
retro.mexico@rescue.org
www.rescue.org

35. La Tribu



Lunes a Viernes 9am - 6pm
Sábado 10am - 2pm
WA: 55 4812 5134
IG: @latribuac
jose@somoslatribu.org
somoslatribu.org

36. LLECA – Escuchando la Calle



IG: @LLECA_org
FB: @LLECA_org
X: @LLECA_org

37. Las Vanders (Acompañamiento y Arte por los Derechos de las Mujeres)



IG: @las vanders
FB: @LasVanders
acompanamientolasvanders@gmail.com
coord.acompanamientolasvanders@gmail.com
lasvanders.org

38. Manos Amigues (Comedor Comunitario)



Pedro moreno 113, Col. Guerrero, Cuauhtémoc
Lunes a Viernes 1pm - 4pm
IG: @manos.amigues
FB: @manos.amigues
manosamigues@gmail.com
www.americasunite.org/inicio

39. Medical Impact



Ignacio L. Vallarta 1, Col. Tabacalera, Cuauhtémoc
Lunes a Viernes 12 - 5pm
IG: @medical.impact
FB: @Medical.Impact
medical-impact.org

40. Migrantes en México



IG: @mexmigrantes22
FB: @mexmigrantes22

41. ORAM (Organización para Refugio, Asilo y Migración)



IG: @orammexico
FB: @oramrefugee
help@oramrefugee.org
oraminfo@oramrefugee.org
www.oramrefugee.org

42. preVIHene



Lunes a Viernes 9am - 6pm
WA: 56 1984 9132
IG: @terapeando
FB: @previhene
terapeando@previhene.org
www.previhene.org

43. Programa Casa Refugiados



Mártires de La Conquista 86, Escandón II Secc,
Miguel Hidalgo
Lunes a Viernes 9am - 5pm
WA: 55 6164 4818 (es) / 55 7380 7682 (es, en, fr)
IG: @casarefugiados
FB: Casa Refugiados
X: @casarefugiados
contacto@casarefugiados.org
www.casarefugiados.org

44. Red de Juventudes Trans México



Atención 24/7
IG: @juventudestrans
FB: Red de Juventudes Trans México
X: @juventudestrans
juventudestransmx@gmail.com
www.juventudestrans.org

45. Red de Madres Lesbianas en México



Las reuniones se realizan una vez al mes
en espacios públicos en CDMX
FB: Red de Madres Lesbianas en México
(@RDMLenMexico)
rdmlmx@gmail.com

46. REDAPM (Red Nacional de apoyo a personas migrantes y refugiadas LGBT México)



Lunes a Viernes 9am - 6pm
WA: +52 55 2764 1944
FB: @REDAPMLGBT

47. Refugio LGBT+ Casa Frida



Atención 24/7
WA: +52 56 3277 7406
IG: @refugiolgbtcasafrida
FB: Casa Frida
X: @casafridalgbt
casafrida@refugiolgbt.org
www.refugiolgbt.org

48. Somos Voces



Niza 23 A, Zona Rosa, Cuauhtémoc
Lunes a Sábado 10am - 10pm
Domingos 12 a 8pm
IG: @somosvocesmx
FB: Somos Voces MX
X: @somosvocesmx
foro@somosvoces.com.mx
contacto@somosvoces.com.mx
www.somosvoces.com.mx

49. The Trevor Project México



Intervención en crisis y prevención del suicidio para juventudes LGBTQ+
Atención 24/7
WA: 55 9225 3337
(enviando la palabra COMENZAR, solo para intervención en crisis)
IG: @trevorprojectmx
FB: The Trevor Project México
info@thetrevorproject.org
www.thetrevorproject.mx

50. USIPT (Unidad de Salud Integral para Personas Trans)



Plan de San Luis & Manuel Carpio, Casco de Santo Tomás, Miguel Hidalgo
Lunes a Viernes 8am - 8pm
Tel: 5590997102
IG: @usipt
FB: Unidad de Salud Integral para Personas Trans.

51. Vía Erismar



IG: @viaerismar
FB: @viaerismar
viaerismar.wixsite.com/pagina

52. VIHve Libre



Calle Jose Arrese 22, Col. Tepalcates, Iztapalapa
Atención 24/7
WA: 55 3141 5962
IG: @vihvelibre
X: @vihvelibre

Para ver un mapa interactivo haz [clic aquí](#).



BESO PARA EL CAMINO

Hemos llegado a la última página de esta guía que hicimos para ti. Quiero agradecer a todas las personas que colaboraron para que fuera posible. Pero especialmente, quiero agradecerte a ti. Por tu valentía, por tu coraje, porque viviste cosas que no tenías que vivir, y aun así estás aquí. No dejes que nadie te apague, bebé. Hay personas muy malas allá afuera, pero también hay muchas personas en las que puedes apoyarte. Búscalas. Construye tu red de apoyo. Tu comunidad. Y, sobre todo, ten paciencia. Verás que poco a poco el panorama irá mejorando.

Deseando lo mejor para tu camino, te dejo este beso fresco. Espero te aguante lo suficiente.

Atte. Dayling



FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

Alianza Gay & Lésbica Contra la Discriminación (2010), Guía para los medios de la Alianza Gay y Lésbica contra la Difamación. Para uso en los medios en español. GLAAD.

CNDH (2018), Cartilla Diversidad Sexual y Derechos Humanos.
[http://appweb.cndh.org.mx\(biblioteca/archivos/pdfs/36-Cartilla-Diversidad-sexual-dh.pdf](http://appweb.cndh.org.mx(biblioteca/archivos/pdfs/36-Cartilla-Diversidad-sexual-dh.pdf)

CONAPRED (2016), Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales.
https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/Glosario_TDSyG_WEB.pdf

CONAPRED (2023), ENADIS. Encuesta Nacional sobre Discriminación 2022.
http://sindis.conapred.org.mx/wp-content/uploads/2024/05/ENADIS_2022_prontuario_de_resultados.pdf

Editorial Etecé (2023, 19 de noviembre), Bisexualidad.
<https://concepto.de/bisexualidad/>

INEGI (2021), Encuesta Nacional sobre Diversidad Sexual y de Género (ENDISEG). Presentación de resultados.
https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endiseg/2021/doc/endiseg_2021_resultados.pdf

La Cadera de Eva (2023, 15 de diciembre), El abandono de las personas migrantes en la Ciudad Santuario.
<https://lacaderadeeva.com/investigaciones/donde-hay-refugios-para-personas-migrantes-en-la-cdmx/8945#:~:text=En%202017%2C%20la%20Ciudad%20de,atención%20médica%2C%20entre%20otros%20servicios>

modii (s/f), Gay.
<https://modii.org/gay/>

Naciones Unidas (1951, 28 de julio), Convención sobre el Estatuto de los Refugiados. ONU: Asamblea General.

<https://www.refworld.org/es/leg/trat/agonu/1951/es/39821>

Naciones Unidas (2015), Declaración Universal de Derechos Humanos.

https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf

Planned Parenthood, “Identidades transgénero y de género no binario”

<https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/identidad-de-genero/trans-e-identidades-de-genero-no-conforme>

Planned Parenthood, (2021, 24 de noviembre), “¿Cómo funciona una relación romántica asexual?”

<https://www.plannedparenthood.org/es/blog/como-funciona-una-relacion-romantica-asexual>

Planned Parenthood, (2023, 14 de julio), “¿Qué es el género no binario?”

<https://www.plannedparenthood.org/es/blog/que-es-el-genero-no-binario>

Saficosmos (2023, 14 de noviembre), ¿De dónde viene la palabra ‘lencha’?

<https://saficosmos.com/cultura/historia/de-donde-viene-que-significa-origen-palabra-lencha-lesbianas/>

Secretaría de Gobernación (2022, 8 de noviembre), “Una de cada 67 personas en México es intersexual: Conapred”

<https://www.gob.mx/segob/prensa/una-de-cada-67-personas-en-mexico-es-intersexual-conapred#:~:text=La%20Intersexualidad%20es%20un%20término,de%20lo%20masculino%20y%20femenino.>

The Topic Trend (2022, 21 de junio), #LGTBIQ+ 37 Orientaciones e Identidades Sexuales del Orgullo.

<https://www.thetopictrend.com/lgtbiq-37-orientaciones-e-identidades-sexuales-del-orgullo/>

UNAM (2023), Cartilla universitaria de buenas prácticas enfocadas a poblaciones LGBTIQ+.

<http://enp.unam.mx/assets/pdf/cartillaLGBTIQ.pdf>