

MANIFIESTU DEL DÍA
DE LA VISIBILIDAD BISEXUAL 2026

**ESISTIMOS,
RESISTIMOS:**

**FRENTE AL
BORRÁU Y LA
BIFOBIA
ESTRUCTURAL**

La visibilidad de les persones bisexuales y plurisexuales nos medios y la ficción medró de mou incipiente, pero sigue tando a años lluz d'una representación xusta, variada y llibre de prexuios. Trés décaes dempués, los estigmes que nos cinquen non sólo persisten, sinón que se sofisticaron y agravaron en munchos ámbitos. **L'estigma nun ye una simple opinión incómoda: ye'l síntoma visible d'una violencia estructural sistemática qu'atenta a diario escontra la nuesa integridá y la nuesa llibertá de ser.**

Según l'Estáu del Odiu de FELGTBI+ del 2025 más del 25% de les persones bisexuales sufren discriminación de mou recurrente y un porcentaxe alarmante carez acosu, aisllamientu y violencia verbal o física. La bifobia nun ye una abstracción; encárnase en violencias cotidianes que traviesen toles esferes de les nuses vides:

- **La hipersexualización y la culpabilización de les víctimes:** El prexuiu sexista que nos etiqueta como seres hipersexuales o "promiscuos" promueve una cultura u se llexitimen les agresiones sexuales. Les víctimes bi+ xúlgense, cuestiúnense y hasta se responsabilicen de les agresiones sufríes sólo por esplicitar la so orientación, como si manifestar la propia identidá fuera un convite implícitu al abusu.
- **Invisibilización xurídica y denegación d'asilu:** La llexislación y instituciones inoren davezu la especificidá de les nuses realidaes. Toa agresión o discriminación hacia nós simplifícase erróneamente baxo'l paragües xenéricu de la homofobia, borrando la naturaleza propia de la bifobia. A nivel internacional, esta ceguera ye destructiva: a les personas bi+ que soliciten asilu o protección internacional deniégame-yos sistemáticamente l'abellugu cola xida perversa de que la so orientación permite-yos "escoyer" vivir como heterosexuales pa esquivar la persecución, amenorgando'l drechu a una vida plena a un simple caprichu.
- **Desllexitimación de les families y de la crianza:** Sufrimos una constante invalidación de les nuses capacidaes como mas, pas y adres. Asúmese ensin fundamentu que la bisexualidá incapacita pal cuidáu, desaposiándonos de la reconocencia social p'acompañar a nueseis fíeis n'ambientes seguros y afectivos. Carecemos la constante desllexitimación de les nuses capacidaes de curiáu. Amás, cuando se nos ve con nueseis fíeis ensin conocer la nuesa orientación siempre s'asume esta en función de les nuses pareyes y el nuesu xéneru percibíu, amestando un borráu previu a la violencia sobre la nuesa incapacidá de poder ser mas, pas y adres.
- **Violencia na pareya y dinámiques de control:** La falsa creyencia que la bisexualidá ye incompatible cola monogamia o cola capacidá de caltener acuerdos de pareya sema la sospecha permanente. Toa rellación, de la mena que seya, pue vese como una posible infidelidá. Esta narrativa de desconfianza fai que, especialmente pa les muyeres y les persones non binaries con una alliniación de xéneru femenina, seyan víctimes de dinámiques de control, celos, aisllamientu y violencia de xéneru.
- **Patoloxización institucional y daños a la salú mental:** El sistema sanitariu discrimínanos y l'apartu siquiátricu anecia en patoloxizanos, tratándonos como persones traumaes o con enfermedaes mentales. Una prueba d'esta violencia institucional púnxose de manifiestu al descubriese que la Comunidá de Madrid caltuvo na so páxina web oficial más de 20 años una

guía sanitaria sobre'l Trestornu Límite de la Personalidá (TLP) elaborada nel 2005. Nesi documentu catalogábase testualmente la "*confusión sexual (por exemplu, la bisexualidá)*" como un síntoma d'esti trestornu mental, derivándonos sistemáticamente a siquiatría únicamente pola nuesa orientación. Que se nos clasifique como una anomalía o "daqué non normal" dende les propies alministraciones públiques refuerza la discriminación médica y repercute gravemente na salú mental del nuesu colectivu, u los datos reflexen niveles descomanaos d'ansiedá, depresión y un alarmante 37,15% d'ideación y intentos de suicidiu n'homes bisexuales por mor del constante borráu y invisibilización.

- **El borráu bi+ según la identidá de xéneru:** Negamos la simplificación qu'escaez que les persones trans, non binaries, intersexuales o asexuales tamién son y puen ser persones bi+. Tapeecer estes confluencies fragmenta la identidá. Ser una persona non binaria y bi+, por exemplu, implica encarar un doble estigma u nin se compriende la identidá de xéneru nin se respeta la orientación sexual, sofocando'l drechu fundamental a esistir con llibertá. Según dellos estudios ente'l 50% y el 53% de les persones trans adultes defínense dientro de delles de les orientaciones bi+ y esto nun podemos escaecelo.
- **L'orixe patriarcal del estigma y la urxencia de l'autocrítica:** Toos estos prexuicios, mitos y violencies nun nacen nel vaciu; son el productu directu d'un sistema d'opresión machista y patriarcal qu'afecta a homes, muyeres y persones non binaries bi+. Ye'l machismu'l que necesita etiquetar, controlar, hipersexualizar y xerarquizar los deseos baxo la norma monosexual y cisheteropatriarcal. Si'l propiu colectivu LGTBI+ nun realiza un exerciciu honestu d'autocrítica y deconstrucción sobre cómo reproduz de forma acrítica estos patrones machistes nes sos propies dinámiques internes, va ser imposible desanicar l'estigma. Caltener inercies patriarcales dientro del movimientu non sólo nos afeblez como colectivu, sinón que perpetúa la opresión sobre les identidaes bi+ y bloquia l'avance real de cualquier llucha de lliberación sexual y de xéneru.
- **Esclusión endogámica y borráu dientro del propiu colectivu LGTBI+:** La violenta paradoxa de les nuses vides ye que, con frecuencia, los espacios qu'habríen ser d'abellugu y sofitu mutu u tresfórmense pa les persones bi+ n'ambientes hostiles. La instrumentalización y falta de revisión de dinámiques como la catalogación d'espacios baxo sigles que nos omiten (como FLINTA) invisibilicen y espulsan a les muyeres, persones trans y non binaries bi+. Asistimos de mou sistemáticu a un borráu deliberáu de les nuses vivencies: les muyeres bisexuales asimílen se forzosamente baxo la etiqueta de lesbiana, argumentando falsamente una "inclusividá" que lo único que consigue ye disolver la especificidá de la esperiencia plurisexual y encasillanos nuna lóxica monosexual basada nel xéneru de la pareya del momentu. Colos homes bi+ la bifobia y la plumofobia intensifíquense: el prexuiciu imperante anecia en xulgalos como "gais en fase de negación o en fase d'aceptación", invalidando'l so deséu y castigando doblemente a los que nun exercen un rol meramente activu, volviendo a cuestionar con más crudeza a los que tienen un rol pasivu o versatil nes rellaciones sexuales. Esti refugu dientro del colectivu acentúa la desprotección y l'aisllamientu del colectivu bi+.

Queremos dexalo claro: **la bifobia nun ye una versión “suave” nin “blandina” de la homofobia** que sólo espierta si caminamos de la mano d’una persona del nuesu mesmu xéneru. La bifobia ye una forma de violencia específica, diferenciada y fondamente enraigada que nos marxina, nos patoloxiza, nos enferma, nos aísla y nos mata.

Por too ello, esiximos:

1. Reparación hestórica y institucional: El cese inmediatu de cualquier mou de patoloxización en gués sanitaries, médiqes o siquiátriques, asina como el desaniciu definitivu y ensin escuses de cualquier resclavu normativu o oficial que venceye les plurisexualidaes a trestornos mentales.

2. Reconocencia xurídica específica: La inclusión formal de la bifobia y les orientaciones bi+ como categoríes normatives protexíes frente a los delitos d’odiu y nos protocolos d’asilu políticu.

3. Erradicación del borraú y la discriminación na comunidá LGTBI+: La revisión fonda de los espacios LGTBI+ pa garantizar que seyan verdaderos ambientes seguros y non reproductores del monosexismu.

4. Una visibilidá digna y llibre d’estereotipos: Una representación mediática y cultural que respete la complexidá y la diversidá de les nueses vides, que nun nos reduza a estereotipos negativos, clichés o cualquier estigma qu’ayude a reproducir violencies na vida real.

¡Nun vamos tolerar más violencia y estigmes! ¡Ye hora de la revolución bi+!

www.felgtbi.org



FELGTBI+

Federación Estatal de Lesbianas, Gais,
Trans, Bisexuales, Intersexuales y más