

MANIFEST DEL DIA
DE LA VISIBILITAT BISEXUAL 2026

**EXISTIM,
RESISTIM:**

**DAVANT DE
L'ESBORRAMENT
I LA BIFÒBIA
ESTRUCTURAL**

La visibilitat de les persones bisexuals i plurisexuals en els mitjans i la ficció ha començat a créixer, però encara és molt lluny d'una representació justa, variada i lliure de prejudicis. Tres dècades després, els estigmes que ens afecten no només persisteixen, sinó que s'han sofisticat i agreujat en molts àmbits. **L'estigma no és una simple opinió incòmoda: és el símptoma visible d'una violència estructural sistemàtica que atempta diàriament contra la nostra integritat i la nostra llibertat de ser.**

Segons l'Estat de l'Odi de FELGTBI+ del 2025, més del 25 % de les persones bisexuals pateixen discriminació de manera recurrent i un percentatge alarmant pateix assetjament, aïllament i violència verbal o física. La bifòbia no és una abstracció; es materialitza en violències quotidianes que travessen totes les esferes de les nostres vides:

- **La hipersexualització i la culpabilització de les víctimes:** El prejudici sexista que ens etiqueta com a persones hipersexuals o «promíscues» promou una cultura en què es legitimen les agressions sexuals. Les víctimes bi+ són jutjades, qüestionades i fins i tot responsabilitzades de les agressions patides només pel fet d'explicitar la seva orientació, com si manifestar la pròpia identitat fos una invitació implícita a l'abús.
- **Invisibilització jurídica i denegació d'asil:** La legislació i les institucions sovint ignoren l'especificitat de les nostres realitats. Qualsevol agressió o discriminació contra nosaltres se simplifica erròniament sota el paraigua genèric de l'homofòbia, la qual cosa esborra la naturalesa pròpia de la bifòbia. En l'àmbit internacional, aquesta ceguesa és destructiva: a les persones bi+ que sol·liciten asil o protecció internacional se'ls denega sistemàticament el refugi amb l'argument pervers que la seva orientació els permet «triar» viure com a heterossexuals per esquivar la persecució, la qual cosa redueix el dret a una vida plena a un simple caprici.
- **Deslegitimació de les famílies i de la criança:** Patim una invalidació constant de les nostres capacitats com a mares, pares i progenitors. Se suposa, sense cap fonament, que la bisexualitat incapacita per tenir cura dels altres, i se'ns priva del reconeixement social per acompanyar les nostres criatures en entorns segurs i afectius. Patim una deslegitimació constant de les nostres capacitats de cura. A més, quan se'ns veu amb les nostres criatures sense conèixer la nostra orientació, aquesta sempre es pressuposa en funció de les nostres parelles i del nostre gènere percebut, la qual cosa afegeix un esborrament previ a la violència que patim per la suposada incapacitat de ser mares, pares i progenitors.
- **Violència en la parella i dinàmiques de control:** La falsa creença que la bisexualitat és incompatible amb la monogàmia o amb la capacitat de mantenir acords de parella sembla una sospita permanent. Qualsevol relació, sigui de la mena que sigui, es pot interpretar com una possible infidelitat. Aquesta narrativa de desconfiança fa que, especialment, les dones i les persones no-binàries amb una alineació de gènere femenina siguin víctimes de dinàmiques de control, gelosia, aïllament i violència de gènere.
- **Patologització institucional i danys a la salut mental:** El sistema sanitari ens discrimina i el psiquiàtric insisteix a patologitzar-nos, tractant-nos com a persones traumatitzades o amb malalties mentals. Una prova d'aquesta violència institucional es va fer palesa en

descobrir-se que la Comunitat de Madrid havia mantingut durant més de vint anys, en el seu web oficial, una guia sanitària sobre el trastorn límit de la personalitat (TLP) elaborada el 2005. En aquest document es catalogava textualment la «*confusió sexual (per exemple, la bisexualitat)*» com un símptoma d'aquest trastorn mental, és a dir, se'ns derivava sistemàticament a psiquiatria únicament per la nostra orientació. Que les mateixes administracions públiques ens classifiquin com una anomalia o «una cosa no normal» reforça la discriminació mèdica i repercuteix greument en la salut mental del nostre col·lectiu, en què les dades reflecteixen nivells desproporcionats d'ansietat i depressió, així com un alarmant 37,15 % d'ideació suïcida i intents de suïcidi en homes bisexuals a causa de l'esborrament i la invisibilització constants.

- **L'esborrament bi+ segons la identitat de gènere:** Rebutgem la simplificació que passa per alt que les persones trans, no-binàries, intersexuals o asexuals també són o poden ser persones bi+. Ocultar aquestes confluències fragmenta la identitat. Ser una persona no-binària i bi+, per exemple, implica afrontar un doble estigma en què ni es comprèn la identitat de gènere ni es respecta l'orientació sexual, cosa que ofega el dret fonamental a existir amb llibertat. Segons alguns estudis, entre el 50 % i el 53 % de les persones trans adultes es defineixen dins d'alguna de les orientacions bi+, i això no ho podem oblidar.
- **L'origen patriarcal de l'estigma i la urgència de l'autocrítica:** Tots aquests prejudicis, mites i violències no neixen del no-res; són el producte directe d'un sistema d'opressió masclista i patriarcal que afecta homes, dones i persones no-binàries bi+. És el masclisme el que necessita etiquetar, controlar, hipersexualitzar i jerarquitzar els desitjos sota la norma monosexual i cisheteropatriarcal. Si el mateix col·lectiu LGTBI+ no fa un exercici honest d'autocrítica i desconstrucció sobre com reproduïx acríticament aquests patrons masclistes en les seves pròpies dinàmiques internes, serà impossible erradicar l'estigma. Mantenir inèrcies patriarcals dins del moviment no només ens debilita com a col·lectiu, sinó que perpetua l'opressió sobre les identitats bi+ i bloqueja l'avenç real de qualsevol lluita d'alliberament sexual i de gènere.
- **Exclusió endogàmica i esborrament dins del mateix col·lectiu LGTBI+:** La paradoxa violenta de les nostres vides és que, sovint, els espais que haurien de ser de refugi i suport mutu es converteixen en entorns hostils per a les persones bi+. La instrumentalització i la manca de revisió de dinàmiques com la catalogació d'espais sota sigles que ens ometen (com FLINTA) invisibilitzen i expulsen les dones i les persones trans i no-binàries bi+. Patim sistemàticament un esborrament deliberat de les nostres vivències: les dones bisexuals són assimilades forçosament sota l'etiqueta de lesbianes amb l'argument fals d'una pretesa «inclusivitat» que només aconsegueix dissoldre l'especificitat de l'experiència plurisexual i encasellar-nos en una lògica monosexual basada en el gènere de la parella del moment. En el cas dels homes bi+, la bifòbia i la plumofòbia s'intensifiquen: el prejudici imperant insisteix a jutjar-los com a «gais en fase de negació o en fase d'acceptació», invalidant el seu desig i castigant doblement els qui no adopten un rol merament actiu, alhora que qüestiona amb encara més duresa els qui tenen un rol passiu o versàtil en les relacions sexuals. Aquest rebuig dins del col·lectiu accentua la desprotecció i l'aïllament del col·lectiu bi+.

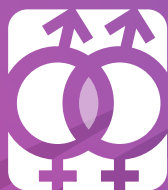
Volem deixar-ho clar: **la bifòbia no és una versió «suau» ni «tova» de l'homofòbia** que només es desperta quan caminem de la mà d'una persona del nostre mateix gènere. La bifòbia és una forma de violència específica, diferenciada i profundament arrelada que ens margina, ens patologitza, ens emmalalteix, ens aïlla i ens mata.

Per tot això, exigim:

1. **Reparació històrica i institucional:** El cessament immediat de qualsevol forma de patologització en guies sanitàries, mèdiques o psiquiàtriques i l'eliminació definitiva i sense excuses de qualsevol vestigi normatiu o oficial que vinculi les plurisexualitats amb trastorns mentals.
2. **Reconeixement jurídic específic:** La inclusió formal de la bifòbia i de les orientacions bi+ com a categories normatives protegides davant dels delictes d'odi i en els protocols d'asil polític.
3. **Erradicació de l'esborrament i la discriminació en la comunitat LGTBI+:** La revisió profunda dels espais LGTBI+ per garantir que siguin veritables entorns segurs i que no reproduïxin el monosexisme.
4. **Una visibilitat digna i lliure d'estereotips:** Una representació mediàtica i cultural que respecti la complexitat i la diversitat de les nostres vides, que no ens redueixi a estereotips negatius, clixés o qualsevol estigma que contribueixi a reproduir violències en la vida real.

No tolerarem més violència ni estigmes! Ha arribat l'hora de la revolució bi+!

www.felgtbi.org



FELGTBI+

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