



# MANUAL PARA EL USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE

Universidad Arturo Prat

## INTRODUCCIÓN

El lenguaje, como sistema de comunicación, da a los seres humanos la capacidad de transmitir pensamientos, ideas y sentimientos por medio de las palabras, contribuyendo con la percepción e interpretación de la realidad, de esta manera el lenguaje refleja la cultura de la sociedad y da cuenta de los cambios que se vienen produciendo. El lenguaje ha de evolucionar con el tiempo, de no hacerlo sería una lengua muerta, por ello, resulta importante la adaptación del lenguaje, para así dar cuenta de las nuevas realidades. La incorporación del género femenino al lenguaje ha supuesto una importante transformación, al demostrar como a través de los años se ha invisibilizado a la mujer por medio del lenguaje.

El sexismo lingüístico es algo que debemos abordar de manera seria, casi siempre causa controversia la utilización de desdoblamientos, llegando incluso a la ridiculización de las palabras, como la Ministra de Igualdad de España Bibiana Aído al referirse en su exposición en el congreso a los *“miembros y miembras de esta comisión”*. Estas situaciones generan el debate, pero a su vez logran desplazar a un segundo plano los aspectos relevantes como, establecer hasta qué punto en cada lengua la estructura patriarcal de la sociedad ha condicionado su sistema lingüístico.

El sexismo no radica en la lengua como tal, sino en el uso que hacemos de ella. Dada esta condición se ha desarrollado un manual para el uso correcto del lenguaje, sin caer en la discriminación y el sexismo lingüístico.

## CONTENIDO

Introducción .....	1
Hacia un uso correcto de la lengua .....	3
<b>CAMBIANDO NUESTRA PERCEPCIÓN DEL MUNDO CAMBIARÁ EL LENGUAJE</b> .....	3
<b>CAMBIANDO EL USO DEL LENGUAJE CAMBIARÁ NUESTRA CONCEPCIÓN DE LA REALIDAD</b> .....	3
<b>CONCEPTOS BASICOS RELACIONADOS AL LENGUAJE</b> .....	4
<b>Reglas para el uso del Lenguaje no Sexista</b> .....	5
<b>Usos del Lenguaje No Sexista</b> .....	6
<b>USO DE PRONOMBRES Y DETERMINANTES SIN MARCA DE GÉNERO</b> .....	6
<b>USO DE LA BARRA INCLINADA</b> .....	7
<b>EL ORDEN DE LAS PALABRAS</b> .....	8
<b>EL USO DEL LA @</b> .....	9
<b>ELUDIR EL SUJETO, SUSTITUYÉNDOLO POR ESTRUCTURA CON “SE”</b> .....	9
<b>ANTEPONER LA PALABRA PERSONA A LA EXPRESIÓN SEXISTA O DISCRIMINATORIA</b> .....	10
<b>Referencia bibliograficas</b> .....	10
<b>DOCUMENTOS CERRADOS</b> .....	11
<b>DOCUMENTOS ABIERTOS</b> .....	11
<b>DOCUMENTOS DIRIGIDOS A GRUPOS</b> .....	12
<b>Ocupaciones, cargos y Profesiones</b> .....	13
<b>¿CÓMO REFERIRSE A LOS GRUPOS SOCIALES O PROFESIONALES?</b> .....	14
<b>LISTADO DE OCUPACIONES, CARGOS Y PROFECIONES</b> .....	14
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	18

## HACIA UN USO CORRECTO DE LA LENGUA

---

### **CAMBIANDO NUESTRA PERCEPCIÓN DEL MUNDO CAMBIARÁ EL LENGUAJE**

Todas las personas, sin importar su sexo, edad, etnia, nacionalidad, preferencia sexual, credo político y religioso, son iguales en dignidad, derechos y deberes. El respeto a cada una de las personas comienza por reconocer su existencia e individualidad. Tomar conciencia del aporte de mujeres y hombres a la sociedad, supondrá reflejar el protagonismo de las mujeres en el mantenimiento de la sociedad. Dependiendo de cual es nuestra concepción del mundo, esta quedará reflejada en el contenido de nuestros mensajes.

---

### **CAMBIANDO EL USO DEL LENGUAJE CAMBIARÁ NUESTRA CONCEPCIÓN DE LA REALIDAD**

No nombrar a las mujeres en los discursos, textos e ilustraciones que hacen referencia al quehacer de las personas, grupos sociales o a la sociedad en sí, no las visibiliza y las desconoce como personas. Un lenguaje que represente la realidad en su totalidad y, transmita una imagen igualitaria entre mujeres y hombres, contribuirá a modificar el concepto que otras personas pueden tener. Se hacen necesarios algunos cambios en el lenguaje, al nombrar al género femenino hará mensajes más precisos y más justos que reflejen una realidad más equitativa que la que se refleja en la actualidad.

## CONCEPTOS BASICOS RELACIONADOS AL LENGUAJE

**a) Comunicación con Perspectiva de Género:**

Implica incluir en el lenguaje; escrito, oral y visual un trato igualitario y respetuoso hacia mujeres y hombres, utilizando todos los recursos y herramientas disponibles que nos ofrece la lengua y que nos permita otorgar las mismas oportunidades y visibilidad.

**b) El Sexismo Lingüístico:**

Es el uso discriminatorio del lenguaje que se hace por razón de sexo. Ocurre cuando las palabras o estructuras para elaborar un discurso resultan discriminatorias para un sexo con respecto a otro. Si se utiliza correctamente contribuye a la igualdad y a la visibilización de la mujer y su nuevo rol protagónico.

**c) Lenguaje sexista:**

Son aquellas expresiones de la comunicación humana que invisibilizan a las mujeres, asignando a sus capacidades un status menor, reduciendo los aportes en su rol y estereotipándolas en sus roles.

**d) Lenguaje androcentrista:**

Es el empleo reiterado de voces masculinas en sentido genérico. En sus expresiones sólo tiene en cuenta el protagonismo de los hombres para denominar los temas sociales y culturales sin tomar en cuenta la participación e incorporación de las mujeres. El hombre es considerado como el centro y la medida de todas las cosas.

**e) Lenguaje No Sexista e Inclusivo:**

Es un lenguaje que no jerarquiza, ni excluye, ni valora más a una parte sobre otra. Hace referencia a toda expresión verbal o escrita que utiliza preferentemente lenguaje neutro, común que evite tratamientos asimétricos, invisibilizaciones y tópicos sexistas o bien hace evidente el masculino y el femenino mostrando una realidad social tal cual es, compuesta por mujeres y hombres.

## REGLAS PARA EL USO DEL LENGUAJE NO SEXISTA









- ✓ Utilizar un lenguaje igualitario y no excluyente permite visibilizar a mujeres, rompiendo con estereotipos y prejuicios sexistas; por todo ello es necesario modificar el enfoque androcéntrico de las expresiones, nombrando correctamente mujeres y hombres.
- ✓ Es perfectamente compatible el uso de las normas gramaticales y estilísticas con el uso no sexista de la lengua.
- ✓ El uso innecesario o abusivo del masculino genérico oculta a las mujeres y produce ambigüedad, por lo que ha de evitarse su utilización en textos y documentos.
- ✓ Para sustituir el masculino genérico se emplearán términos colectivos, abstractos o vocablos no marcados, perífrasis o metonimias. Cuando no produce ambigüedad, se puede omitir la referencia directa o bien utilizar infinitivos pronombre.
- ✓ Se utilizarán, siempre que sea posible, las denominaciones de cargos, profesionales y titulaciones en femenino, mediante el morfema de género y/o el artículo, cuando su uso se haga en plural, se evitara la utilización del genérico masculino.
- ✓ En casos de que el texto se refiera a quien posee la titularidad de una entidad, área o institución, el lenguaje se adecuará al masculino o al femenino en función de si se trata de un hombre o una mujer. Es importante recordar que la lengua castellana tiene marca de género por lo que los cargos ocupados por mujeres deben recogerse en femenino.
- ✓ Los documentos administrativos deben dirigirse a la ciudadanía con fórmulas que nombren específicamente a las mujeres cuando se conoce su sexo. Cuando se desconoce quién será la persona destinataria, se usarán fórmulas que engloben a ambos sexos, evitando el uso masculino genérico.
- ✓ El uso de dobles mediante barras queda limitado a los formularios de carácter abierto y a determinados encabezamientos, no utilizándose en ningún caso en otro tipo de redactados.
- ✓ No es recomendable el uso de la @, que no es un signo lingüístico, sobre todo teniendo en cuenta la variedad de recursos que ofrece la lengua para evitar un uso no sexista del lenguaje.
- ✓ Tradicionalmente, el género masculino precede siempre al femenino cuando hay mención expresa de ambos sexos. Se propone por ello que el masculino no siempre se anteponga al femenino, de modo que este último también pueda aparecer en primer lugar, o que se alterne con el masculino.

*Fuente: Guía de lenguaje no sexista/Oficina de Igualdad - UNED*




## USOS DEL LENGUAJE NO SEXISTA

### USO DE PRONOMBRES Y DETERMINANTES SIN MARCA DE GÉNERO





- Se recomienda evitar el uso de *él, los, aquel o aquellos* seguido del relativo; para ello puede utilizarse *quien, quienes*, etc.

Ejemplo	Propuesta
 <b>El</b> que suscribe	 <b>Quien</b> suscribe
 <b>Aquellos</b> que vinieron a exposiciones	 <b>Quienes</b> vieron las exposiciones
 <b>Los</b> que cumplan los requisitos	 <b>Quienes</b> no cumplan los requisitos
 <b>Los</b> postulantes deberán portar carpetas	 <b>Cada postulante</b> deberá portar carpetas

- También se puede sustituir el artículo *uno*, por *alguien* o *cualquiera*.

Ejemplo	Propuesta
 Cuando <b>uno</b> lee las listas de admisión	 Cuando <b>alguien</b> lee las listas de admisión
	 Cuando <b>cualquiera</b> lee las listas de admisión...


- Conviene evitar el uso de adverbios que marquen el género. Pueden existir ocasiones donde se puede omitir el artículo, esto se da cuando los sustantivos son neutros.

Ejemplo	Propuesta
 <b>Muchos fueron convocados</b>	 <b>Se convocó a mucha gente</b>
 <b>Más de la mitad del personal asistió a la capacitación</b>	 <b>La mayoría del personal asistió a la capacitación</b>

---

#### USO DE LA BARRA INCLINADA

- Este recurso fue uno de los primeros en hacer uso incluyente del lenguaje, su finalidad es la de ahorrar espacio en los documentos administrativos. A pesar de ello, su uso no es recomendable porque el texto resulta poco legible.
- Al utilizar artículos precediendo al nombre, estos también deben aparecer en forma de barras para garantizar la concordancia gramatical. Se recomienda utilizar solamente en formularios, solicitudes o cualquier documento que cuente con poco espacio.

Ejemplo	Propuesta
 <b>El interesado/a.</b>	 <b>El/la interesado/a.</b>



- En casos de sustantivos cuyo morfema de género es el artículo, se incluirán las dos formas del artículo.

### Ejemplo

Asimismo, **el/la estudiante** puede integrarse en comunidades de estudio y trabajo en-línea, formadas por **compañeros/as** de cualquier Centro Asociado.

### Propuesta

Asimismo, **el alumnado** puede integrarse en comunidades de estudio y trabajo en-línea, formadas por **compañeros y compañeras** de cualquier Centro Asociado.

---

### EL ORDEN DE LAS PALABRAS

- Se propone que el masculino no siempre se anteponga al femenino, de modo que este último también puede aparecer en primer lugar, o bien que se alterne con el masculino, haciéndolo más equitativo.

### Ejemplo

**Los tutores y las tutoras** actuarán como guías y asesores de los **alumnos y alumnas**.

### Propuesta

**Las tutoras y los tutores** actuarán como guías y asesores de **las alumnas y los alumnos**.

---

## EL USO DEL LA @

- La @ no es un signo lingüístico, rompe las reglas gramaticales del idioma y su uso no es recomendable, sobre todo dada la variedad de recursos que ofrece la lengua.

### Ejemplo



Estimad@s compañer@s:

### Propuesta



Estimadas/os Compañeras/os:

---

## ELUDIR EL SUJETO, SUSTITUYÉNDOLO POR ESTRUCTURA CON "SE"

- No es necesario hacer referencia directa al sujeto, se puede recurrir a varios procedimientos para reformular el texto, para que este no se vea afectado ni caiga en ambigüedades.

### Ejemplo



El postulante deberá cumplir con los siguientes requisitos...

### Propuesta



Se deberá cumplir con los siguientes requisitos...

---



## ANTEPONER LA PALABRA PERSONA A LA EXPRESIÓN SEXISTA O DISCRIMINATORIA

Ejemplo	Propuesta
 Minusválido	 Persona con discapacidad
 Emprendedor	 Persona emprendedora
 Solicitante	 Persona solicitante
 Los interesados	 Las personas interesadas
 Los mayores	 Las personas mayores

---

## REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS

En cuanto a referencias bibliográficas de publicaciones científicas, se sugiere escribir el nombre completo y no solo la inicial para hacer visibles a las autoras y que no produzcan razones androcéntricas sus apellidos lleguen a interpretarse o asociarse a género masculino.

Ejemplo	Propuesta
 <b>Guerrero Salazar, S. y Cremades García, R.</b> (coords): El discurso en los medios de comunicación, Málaga, VG Ediciones, 2012.	 <b>Guerrero Salazar, Susana y Cremades García, Raúl</b> (coords): El discurso en los medios de comunicación, Málaga, VG Ediciones, 2012.

---

## DOCUMENTOS CERRADOS




- Los documentos cerrados son aquellos en los que se conoce la persona o personas destinatarias o a las que hace referencia el texto. En consecuencia, y puesto que se sabe cuál es el sexo del sujeto implicado, lo adecuado sería que éste se haga explícito, no pudiendo utilizarse la forma genérica para denominar a las mujeres.

Ejemplo	Propuesta
 <p>Dña. Sofia <b>Abogado</b> Titular Cargo: <b>Presidente</b> Asociación por los Derechos Humanos.</p>	 <p>Dña. Sofia <b>Abogada</b> Titular Cargo: <b>Presidenta</b> Asociación por los Derechos Humanos.</p>

---

## DOCUMENTOS ABIERTOS

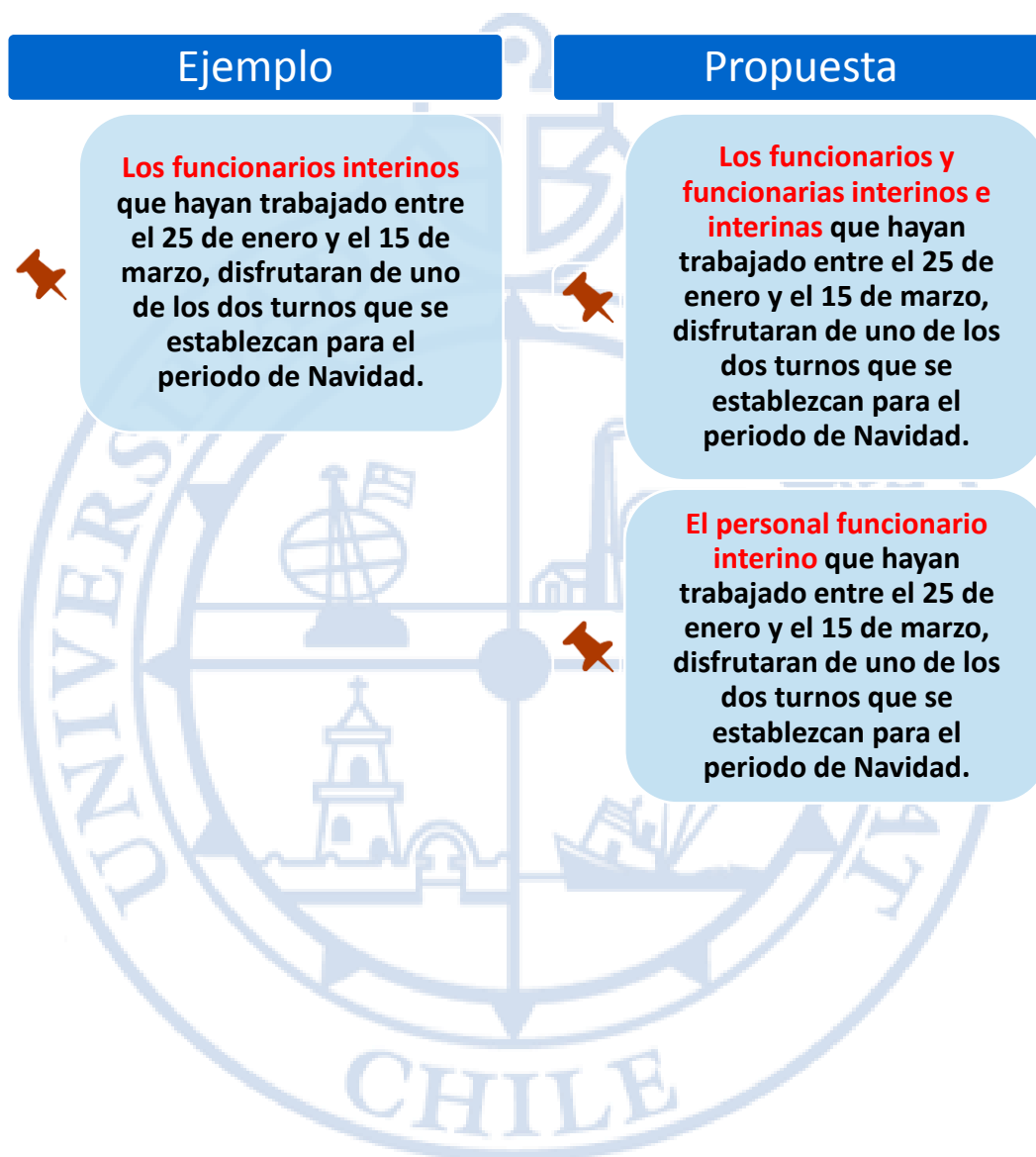
- Los documentos abiertos son aquellos en los que no se conoce la persona destinataria o aquella que intervendrá en el procedimiento administrativo. Por lo tanto, no es posible conocer con antelación el sexo de dicho individuo, por lo que lo conviene contemplar ambos sexos. Para ello, se denominará la forma femenina y la masculina, conjuntamente.

Ejemplo	Propuesta
 <p>En relación con los requisitos exigidos para acceder a plazas de <b>Profesores no Asociados</b>, la firma del contrato se condiciona a la autorización de la compatibilidad.</p>	 <p>En relación con los requisitos exigidos para acceder a plazas de <b>Profesoras y Profesores no Asociados</b>, la firma del contrato se condiciona a la autorización de la compatibilidad.</p>
	 <p>En relación con los requisitos exigidos para acceder a plazas de <b>Profesorado no Asociados</b>, la firma del contrato se condiciona a la autorización de la compatibilidad.</p>

---

## DOCUMENTOS DIRIGIDOS A GRUPOS

En las ofertas de empleo, subvenciones, concursos, becas, ayudas, cursos, etc. es necesario hacer explícitos ambos sexos como posibles personas destinatarias de la información.



Otros ejemplos:

Sexista	No Sexista
Los Alumnos	Los alumnos y las alumnas
	El alumnado
Los Becarios	Las personas becarias
	Los becarios y/o becarias
	Quienes sean titulares de las becas
EL solicitante	Las personas solicitantes
	Quienes soliciten
Los Beneficiarios	Las personas beneficiarias
Los candidatos	Las personas candidatas
	Quienes opten
	Quienes concurren
Los aspirantes	Las personas aspirantes
	Quienes aspiren
	Quienes concurren
Trabajadores	Plantilla, Personal
	Trabajadores y trabajadoras
Interesado	Persona interesada
	Interesado e interesada
El responsable	La persona responsable

*Fuente: Guía de lenguaje no sexista/Oficina de Igualdad - UNED*

---

## ¿CÓMO REFERIRSE A LOS GRUPOS SOCIALES O PROFESIONALES?

Al utilizar sustantivos colectivos para designar a un grupo de individuos con una misma condición, como lo son las ocupaciones, cargos y profesiones, muchas veces se cae en el sexismo lingüístico. Por ello, resulta conveniente utilizar las dos formas genéricas, femenina y masculina, para hacer referencia a ambos sexos y variar en el estilo, sin obsesionarse por hallarlos y mucho menos inventarlos.

---

### LISTADO DE OCUPACIONES, CARGOS Y PROFESIONES

Masculino	Femenino
Abogado	Abogada
Académico	Académica
Acreditado	Acreditada
Adjunto	Adjunta
Administrador	Administradora
Administrativo	Administrativa
Agente	Agente
Agregado	Agregada
Analista	Analista
Alumno	Alumna
Aparejador	Aparejadora
Archivero	Archivera
Arqueólogo	Arqueóloga
Arquitecto	Arquitecta
Asesor	Asesora
Asistente	Asistente
Asociado	Asociada
Auditor	Auditora
Autor	Autora
Auxiliar	Auxiliar
Ayudante	Ayudante
Becario	Becaria
Bibliotecario	Bibliotecaria

Biólogo	Bióloga
Catedrático	Catedrática
Científico	Científica
Consejero	Consejera
Conserje	Conserje
Coordinador	Coordinadora
Decano	Decana
Defensor	Defensora
Delegado	Delegada
Delineante	Delineante
Diplomado	Diplomada
Director	Directora
Discente	Discente
Diseñador Gráfico	Diseñadora Gráfica
Doctor	Doctora
Docente	Docente
Documentalista	Documentalista
Economista	Economista
Editor	Editora
Educador	Educadora
Egresado	Egresada
Encargado	Encargada
Enfermero	Enfermera
Especialista	Especialista
Estudiante	Estudiante
Examinador	Examinador
Facultativo	Facultativa
Farmacéutico	Farmacéutica
Filósofo	Filósofa
Físico	Física
Funcionario	Funcionaria
Geógrafo	Geógrafa
Gerente	Gerente/Gerenta
Gestor	Gestora



Graduado	Graduada
Graduado Social	Graduada Social
Habilitado	Habilitada
Historiador	Historiadora
Informático	Informática
Ingeniero	Ingeniera
Inspector	Inspectora
Interino	Interina
Intérprete	Intérprete
Interventor	Interventora
Investigador	Investigadora
Jardinero	Jardinera
Jefe	Jefe/Jefa
Juez	Juez/Jueza
Licenciado	Licenciada
Limpiador	Limpiadora
Lingüista	Lingüista
Logopeda	Logopeda
Maestro	Maestra
Matemático	Matemática
Medico	Medica
Oficial	Oficiala
Perito	Perita
Presidente	Presidenta
Profesor	Profesora
Programador	Programadora
Psicólogo	Psicóloga
Publicista	Publicista
Químico	Química
Rector	Rectora
Relaciones publicas	Relaciones publicas
Responsable	Responsable
Secretario	Secretaria
Sociólogo	Socióloga

Subalterno	Subalterna
Subdirector	Subdirectora
Supervisor	Supervisora
Técnico	Técnica
Técnico de apoyo	Técnica de apoyo
Técnico informático	Técnica informática
Tesorero	Tesorera
Titulado	Titulada
Trabajador social	Trabajadora social
Traductor	Traductora
Tutor	Tutora
Universitario	Universitaria
Vicedecano	Vicedecana
Vicepresidente	Vicepresidenta
Vicerrector	Vicerrectora
Vigilante	Vigilante

*Fuente: Guía para un uso igualitario y no sexista del lenguaje y de la imagen en la Universidad de Jaén*



## BIBLIOGRAFÍA

- Susana Guerrero Salazar, Universidad de Jaén - Unidad de Igualdad, *Guía para un uso igualitario y no sexista del lenguaje y de la imagen en la Universidad de Jaén. (2012)*
- Agrupación de Desarrollo Sierras Norte de Extremadura, *Guía para la utilización de un lenguaje no sexista.*
- UNESCO, *Recomendaciones para un uso no sexista del lenguaje.*
- Ma. Sandra Vázquez Hermosilla y José Santaemilia Ruiz/Universitat de Valencia, *Las guías de uso no sexista del lenguaje: la situación de la lucha por la igualdad entre mujeres y hombres en la Universitat de Valencia. (2011)*
- Centro de Investigación de Estudios de la Mujer (CIEM-UCR)/Universidad de Costa Rica- Dra. Laura Guzmán, *Guía breve para el uso NO SEXISTA del Lenguaje.*
- Oficina de Igualdad/UNED, *Guía de lenguaje no sexista.*
- Consejo Nacional de la Cultura y las Artes/Gobierno de Chile, *Guía de Lenguaje Inclusivo de Género.*
- Marta Ayala Castro, Susana Guerrero, Antonia Medina Guerra, Asociación de Estudios Históricos sobre la mujer (Universidad de Málaga) – Área de la Mujer (Ayuntamiento de Málaga), *Manual de lenguaje administrativo no sexista. (2002)*
- Ministerio de Educación/Ministerio de la Mujer y la Equidad de Género/Unidad de Equidad de Género, *Comuniquemos para la igualdad - Orientaciones para un uso de lenguaje no sexista e inclusivo.*
- Ignacio Bosque, Catedrático de la Lengua Española de la Universidad Complutense de Madrid, *Sexismo lingüístico y visibilidad de la Mujer.*