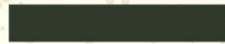


INSOLAMIS

# Guía de lenguaje inclusivo



Esta guía pretende ser una herramienta fácil y útil para el personal, que formamos parte de Insolamis, para que introduzcamos en nuestra práctica diaria el lenguaje inclusivo y no sexista ya sea en las redes sociales, charlas, documentos, cartas...

A partir de la aprobación de la Ley Orgánica 3/2007 de 22 de marzo, para la Igualdad efectiva de mujeres y hombres, se están produciendo importantes avances en el ámbito social y legislativo que han propiciado cambios favorables para conseguir que la igualdad de oportunidades y de trato entre mujeres y hombres sea real y efectiva.

A través del lenguaje, en estrecha relación con nuestro pensamiento, se nombra e interpreta la realidad en la que vivimos. Refleja lo que la sociedad es en cada momento, pero a su vez, en constante evolución de acuerdo con los cambios que experimenta la humanidad, va creando nuevas formas en virtud de lo que sus hablantes desean que sea la sociedad en la que viven.

**El sexismo lingüístico** es el uso discriminatorio del lenguaje que se hace por razón de sexo. Tal y como considera la lingüista Eulalia Lledó "el lenguaje no es sexista en sí mismo, sí lo es su utilización. Si se utiliza correctamente también puede contribuir a la igualdad y a la visibilización de la mujer".

Una de las cuestiones más polémicas relacionadas con el sexismo lingüístico proviene de la confusión que se establece entre sexo y género gramatical. Mientras que el sexo es un rasgo biológico que poseen algunos seres vivos, el género gramatical es un rasgo inherente a determinados tipos de palabras, que sirve para clasificar los sustantivos en masculinos y femeninos y, en el caso de los adjetivos y determinantes, para establecer su concordancia.

Una manera de advertir este sexismo estriba en aplicar la denominada "**regla de inversión**", que consiste en probar si el texto es correcto al sustituir los términos femeninos por los correspondientes masculinos, y viceversa.

El sistema lingüístico del castellano ofrece posibilidades para que no se produzca discriminación sexual en su uso. Existen múltiples recursos lingüísticos que no requieren desdoblarse continuamente (que es lo que la mayoría entiende como solución al sexismo del lenguaje); se trata de utilizar estrategias y recursos que posee nuestra lengua y que no faltan ni a la gramática, ni contravienen el principio de economía del lenguaje, sino todo lo contrario, ya que la mayoría se caracterizan, precisamente, por su brevedad. No podemos olvidar que el principio fundamental del lenguaje es que la comunicación sea efectiva, por lo que, en el peor de los casos, siempre será preferible usar un término más a que el mensaje resulte equívoco y/o sexista.

Esta es la razón por la que en esta guía se trata la utilización de estrategias, recursos, reglas, ejemplos que ya posee nuestra lengua, que no contravienen la gramática ni el principio de la economía del lenguaje, ya que se caracterizan por su brevedad. Se invita a

utilizar como lenguaje incluyente en los textos institucionales, para cualquier documento que se elabore en la entidad.

En la práctica hay varias formas de solucionar esta discriminación y cada persona puede poner en práctica la que más cómoda y natural le resulte:

- Uso de palabras genéricas inclusivas. Una manera muy efectiva de utilizar el lenguaje es sustituir el masculino plural genérico por palabras genéricas pero inclusivas (por ejemplo, hablar de "el "estudiantado" en vez de hablar de "los estudiantes"). En este mismo sentido, también podemos usar los términos "personas" o "personal" (por ejemplo, "personal administrativo" en lugar de "administrativos o administrativas"; "personas mayores" en lugar de "ancianos o ancianas"). En nuestro caso podemos utilizar las personas usuarias, e ir abandonando las palabras chicos y chicas cuando nos referimos a las personas con discapacidad intelectual.

- Uso de la "x" y del @. Al escribir palabras como "todos", que no serían inclusivas, la idea es sustituir la vocal masculina por una "x", que da cabida no solo al género femenino, sino a cualquier otro género; o por una "@", que da cabida al género masculino y al femenino. Esta solución es útil para el lenguaje escrito informal, así como para las redes sociales pero no para el hablado, evidentemente, ni para documentación oficial o más seria.

- Uso de "as/os" y "os/as". Otra típica propuesta es poner el masculino y el femenino conjuntamente. Es una solución válida para el lenguaje escrito y el lenguaje hablado (en lenguaje escrito se suele acortar usando la barra, pero sería equivalente a decir "todas y todos"). El error típico en este caso es usar siempre el masculino primero y luego el femenino, que daría lugar a seguir poniendo al género femenino en segundo lugar en vez de tratarlos de igual manera (la idea, por tanto, sería a veces decir "todos y todas" y, otras veces, decir "todas y todos", de manera alterna).

- Uso indistinto del femenino y el masculino. Esta otra solución es útil tanto en lenguaje escrito como hablado y consiste en usar indistintamente el género masculino y el género femenino en las palabras (por ejemplo, usar en ciertas partes de un documento "todas" y, en otras partes, alternadamente, "todos"). Esto es interesante de cara a resaltar la falta de diferencias entre los géneros.

- Utilizar el femenino cuando se trata de mujeres (si se sabe su identidad de género): algo muy frecuente es hablar de cargos o profesiones en masculino. Sin embargo, lo correcto es hablar de estas profesiones utilizando el femenino cuando sabemos que es una persona que se identifica como mujer. Por ejemplo: "presidenta", "concejala", "abogada", "doctora", "educadora", "jefa", "psicóloga", etc.

- Utilizar el artículo diferenciado cuando el sustantivo tiene una sola forma: hay ciertos sustantivos que pueden tener género masculino o femenino y no cambian su vocal final al cambiar el género de la persona a la que se refieren. Para evitar la ambigüedad, se debe prestar atención al artículo que acompaña este tipo de nombres. Por ejemplo, en el caso de "docente", si la persona se identifica con el género femenino, hablaremos de "la docente" y, si es con el género masculino, "el docente".

- Utilizar el cargo que representa una persona si no se sabe su género: por ejemplo: si se va a escribir una carta al máximo cargo de representación de una asociación o empresa sin conocer si es un hombre o una mujer, podemos utilizar la referencia a su cargo "A la atención de la presidencia" y lo mismo con otros cargos: secretaría, tesorería, vocalía, alcaldía, concejalía, etc.

- Utilizar las palabras "quien/quienes" o "personas" para evitar utilizar el género o el desdoblamiento: en la redacción de escritos pueden sustituirse estas palabras por otras que obligan a especificar género. Por ejemplo: en lugar de decir "A los interesados", se puede decir "a las personas interesadas" o "A quienes les interese".

- Eludir el sujeto y sustituirlo por "se": también para la redacción de escritos puede cambiarse la frase utilizando el "se". Por ejemplo, en lugar de decir "El solicitante escribirá a este correo", se puede decir " Se escribirá a este correo".

- Evitar la utilización de expresiones sexistas: debemos evitar el uso de ciertas expresiones que hacen una excesiva diferenciación entre géneros, que atribuyen únicamente características positivas a los hombres o que vinculan a las mujeres a los hombres en lugar de a sus méritos propios. Por ejemplo, expresiones como "échale huevos" tanto para hombres como a mujeres hacen pensar que solo eres "valiente" si tienes esos atributos. Así como las distintas acepciones que tratan de caracterizar a las mujeres como "débiles, mandones, histéricas" y a los hombres como "fuertes, sagaces, líderes". Y, por otro lado, también es incorrecto cuando hacemos referencia a mujeres sólo por su relación con otros hombres, como por ejemplo decir: " La mujer de Sartre , Simone de Beauvoir fue la escritora del libro 'El segundo sexo'" en lugar de destacar sus méritos propios y no vincularla a su marido, diciendo "Simone de Beauvoir fue la escritora del famoso libro 'El segundo sexo', fundamental en la historia del feminismo".

- Uso de pronombres y determinantes sin género: Se puede sustituir el uso de "el, los, aquel, aquellos", seguidos del relativo "que", por "quien, quienes, cada", "uno", por "alguien" o "cualquiera", ejemplo los que no cumplan los requisitos por quienes no cumplan los requisitos.

- Evitar el uso de adverbios con marca de género, cuando los sustantivos son neutros se puede omitir el artículo, por ejemplo muchos fueron convocados por se convocó a mucha gente.

- En ocasiones se puede evitar el uso de "las/los" ya que existen palabras que incluyen a mujeres y a los hombres por igual, por ejemplo la población infantil o menor para decir los niños y las niñas, las personas jóvenes, la población para evitar los hombres y las mujeres, la participación ciudadana.

- Para los documentos oficiales como comunicaciones, invitaciones, discursos, reglamentos, protocolos y otros se usará un lenguaje que incluya tanto a hombres como mujeres, por ejemplo la persona a cargo de la Dirección, la Secretaría, la Dirección...

## REGLAS DE USO DEL LENGUAJE NO SEXISTA.

- ✓ Utilizar un lenguaje igualitario y no excluyente permite visibilizar a las mujeres, rompiendo con estereotipos y prejuicios sexistas; por todo ello, es necesario modificar el enfoque androcéntrico de las expresiones, nombrando correctamente a 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 es un obstáculo a la igualdad real entre mujeres y hombres porque 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 o pronombres.
- ✓ Se utilizarán, siempre que sea posible, las denominaciones de cargos, profesiones y titulaciones en femenino, mediante el morfema de género y/o el artículo. Cuando su uso se haga en plural, se evitará la utilización del genérico masculino.
- ✓ Guía del lenguaje no sexista. 3
- ✓ En los casos en los 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 quien será la persona destinataria, se usarán fórmulas que engloben a ambos sexos, evitando el uso del 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.

## Glosario

**Comunicación con perspectiva de género:** Se trata de incluir en las diferentes manifestaciones de la comunicación, en el lenguaje visual, hablado y escrito, un trato igualitario y respetuoso entre mujeres y hombres.

**Discriminación de género:** Trato, criterio, medida, norma e intervención, manifiesta u oculta, desfavorable, generalmente a las mujeres, en base a la condición sexual o la subvaloración de las actividades asignadas a ellas o denominadas "femeninas".

**Equidad de género:** Concepto que se refiere al principio conforme al cual hombres y mujeres acceden con justicia a los bienes y servicios de la sociedad, incluyendo aquellos socialmente valorados.

**Estereotipos de género:** de origen cultural, son un conjunto de ideas utilizadas para explicar la forma de comportarse y los roles que deben tener en sociedad los hombres y las mujeres. Dentro de los estereotipos de género masculinos encontramos la fortaleza, la seguridad en uno mismo, la incapacidad emocional o la agresividad. En los femeninos podemos encontrar la dulzura, la sumisión o la delicadeza.

**Feminismo:** ideología que defiende que las mujeres deben tener los mismos derechos que los hombres. Según Victoria Sau, activista y política feminista: "movimiento social y político que se inicia formalmente a finales del siglo XVIII y que supone la toma de conciencia de las mujeres como colectivo de la opresión, dominación y explotación de que han sido y son objeto por parte del colectivo de los varones en el seno del patriarcado bajo sus distintas fases históricas, lo cual las mueve a la acción para la liberación de su sexo con todas las transformaciones de la sociedad que aquella requiera."

**Género:** conjunto de valores socialmente construidos que definen las diferentes características (emocionales, afectivas, intelectuales o físicas) y los comportamientos que cada sociedad asigna a los hombres o a las mujeres. A diferencia del sexo, que viene determinado con el nacimiento, el género se aprende y se puede modificar.

**Igualdad de género:** "situación en que todos los seres humanos son libres de desarrollar sus capacidades personales y de tomar decisiones, sin las limitaciones impuestas por los roles tradicionales, y en la que se tienen en cuenta, valoran y potencian por igual las distintas conductas, aspiraciones y necesidades de hombres y mujeres" (Comisión Europea, 1998).

**Lenguaje:** Sistema de signos y medio de comunicación lingüístico, gestual o pictórico.

**Lenguaje sexista:** Representación sesgada, parcial o discriminatoria que asigna un status menor a valores, capacidades, aportes y roles de las mujeres.

**Lenguaje no sexista:** alude al uso de un lenguaje igualitario y no excluyente que permita visibilizar a las mujeres, rompiendo con estereotipos y prejuicios sexistas; para ello, es necesario modificar el enfoque androcéntrico de las expresiones.

**Lenguaje androcéntrico:** Uso de reiterado y/o exclusivo del genérico masculino para denominar la totalidad de los temas sociales y culturales. Pueden darse también una redacción androcéntrica que solamente considera la experiencia de hombres, sin tomar en cuenta la experiencia de las mujeres.

**Machismo:** creencia de que el hombre es superior a la mujer y, por tanto, la mujer debe estar siempre supeditada al hombre. Victoria Sau afirmaba que el machismo lo constituyen "aquellos actos, físicos o verbales, por medio de los cuales se manifiesta de forma vulgar y poco apropiada el sexismo subyacente en la estructura social".

**Perspectiva de género:** "es la acción de integrar sistemáticamente las situaciones, prioridades y necesidades respectivas de mujeres y hombres en todas las acciones y políticas, con vistas a promover la igualdad entre hombres y mujeres y recurrir a todas las políticas y medidas generales con el fin específico de lograr la igualdad, teniendo en cuenta activa y abiertamente, desde la fase de planificación, sus efectos en las situaciones respectivas de unas y otros cuando se apliquen, supervisen y evalúen" (Comisión Europea, 1998).

**Sesgos de género:** Aproximaciones o definiciones sistemáticamente erróneas de la realidad, que ubican o miran a las mujeres y a los hombres de manera diferente y desigual.

**Sexo:** Características biológicas que distinguen al macho de la hembra, y que designa las características sexuales primarias (aparatos y órganos sexuales internos) y las características sexuales secundarias (características externas dadas por la pubertad); en consecuencia innato y universal a la especie humana.

**Sexismo:** Mecanismos por el cual se otorgan privilegios o se practica la discriminación de género impidiendo la plena realización de las personas, especialmente las mujeres.

**Transversalidad de género:** Transversalizar la perspectiva de género es el proceso de valorar las implicaciones que tiene para los hombres y para las mujeres cualquier acción que se planifique, ya se trata de legislación, políticas o programas, en todas las fases de la intervención desde la decisión hasta la evaluación, pasando por la planificación, la gestión y la ejecución. Es una estrategia para conseguir que las preocupaciones y experiencias de las mujeres, al igual que las de los hombres, sean parte integrante en la elaboración, puesta en marcha, control y evaluación de las políticas y de los programas en todas las esferas políticas, económicas y sociales, de manera que las mujeres y los hombres puedan beneficiarse de ellos igualmente y no se perpetúe la desigualdad. El objetivo final de la integración es conseguir la igualdad de los géneros.

## Referencias

- Guía de lenguaje inclusivo del CEP-PIE
- Guía de lenguaje no sexista de la Uned
- Guía de lenguaje inclusivo de género, Consejo Nacional la Cultura y las Artes.

Se adjunta LISTA DE VERIFICACIÓN PARA USAR EL ESPAÑOL DE FORMA INCLUSIVA EN CUANTO AL GÉNERO, de Naciones Unidas.