



Via Libre



UNIÓN EUROPEA
FONDO SOCIAL EUROPEO
El Fondo Social Europeo invierte en tu futuro

Guía para un uso no sexista del lenguaje

**INCLUYE UNA MIRADA ESPECIAL
AL EMPLEO Y A LA DISCAPACIDAD**

Con la colaboración de:



FUNDACIÓN CERMI MUJERES

Guía para un uso no sexista del lenguaje

2

**INCLUYE UNA MIRADA ESPECIAL
AL EMPLEO Y A LA DISCAPACIDAD**



Promoción del proyecto:
Teresa Palahí Juan y Maria Tussy-Flores.
Fundación ONCE

Coordinación del proyecto y contenidos:
Carla Bonino Covas. Fundación ONCE



Elaboración del texto:
Jessica Murillo Ávila, Agencia Comunicación y Género

La guía es una actualización y ampliación del documento *Guía para la utilización de un lenguaje no sexista* elaborado por la Fundación ONCE e Inserta Empleo en 2011 y cuyas autoras son Malena Mangas, Patricia Núñez Gómez y Liisa Hanninen



Con la colaboración de:
Isabel Caballero Pérez. Fundación CERMI Mujeres.
Elaboración del capítulo 5 sobre Discapacidad y Lenguaje Sexista

Diseño, maquetación y accesibilidad: ILUNION



La presente publicación y la elaboración de esta guía están cofinanciadas por el Fondo Social Europeo en el marco del Programa Operativo de Inclusión Social y Economía Social (POISES) 2014-2020

índice

Prólogos	6
Introducción y objetivos de la guía	10
1. El sexismo lingüístico	13
1.1 Definición de sexismo lingüístico	14
1.2 Características del uso sexista del lenguaje	15
1.3 El uso sexista del lenguaje expresa una mentalidad sexista	18
1.4 Aspectos positivos de la cultura española que posibilitan un uso no sexista del lenguaje	19
1.5 El trato igualitario entre mujeres y hombres es un principio jurídico democrático	20
1.6 La Real Academia Española y las directrices administrativas	22
2. Cómo detectar y evitar el sexismo lingüístico	24
2.1 Una mirada al uso sexista del lenguaje y sus principales manifestaciones	25
2.2 Alternativas para un uso no sexista de la lengua	31
2.3 Otras estrategias no sexistas	40
2.4 La riqueza del lenguaje para sortear problemas	44
2.5 El lenguaje no sexista no es corrección política	44

Prólogos

José Luis Martínez Donoso

Director General de la Fundación ONCE

En este año, en el que la ONCE celebra su 80 aniversario y la Fundación ONCE cumple 30 años de existencia, se ha afianzado un movimiento global para terminar con las discriminaciones que en tantos ámbitos experimentan las mujeres: desde la violencia, que afecta todavía más a las mujeres con discapacidad, pasando por el empleo, la participación en los ámbitos de toma de decisiones o la corresponsabilidad en los cuidados, por mencionar solo algunas cuestiones. En 2018 también se han cumplido 10 años desde la ratificación por parte de España de la Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, que integra como uno de sus principios generales, la igualdad entre hombres y mujeres.

La Fundación ONCE, como parte del grupo social ONCE tiene, desde hace años, un fuerte compromiso con la igualdad entre mujeres y hombres. Como Fundación, nuestra misión es promover la inclusión social y la calidad de vida de las personas con discapacidad y sus familias, con una atención especial a la formación, el empleo y la accesibilidad de productos servicios y entornos. Y en esta labor, sabemos que no puede faltar la dimensión de la igualdad de género, no solo por una cuestión de principios, sino porque ello impacta en la mejora de la eficacia y la excelencia de nuestras actuaciones, especialmente teniendo en cuenta que las personas con discapacidad suponen cerca de 4 millones de personas en España, de las que el 60% son mujeres.

Por otro lado, desde hace 18 años, la Fundación ONCE mantiene una sólida alianza con la Unión Europea, gestionando programas cofinanciados por el Fondo Social Europeo (FSE). De este modo, con la confianza del Gobierno de España y de las instituciones europeas, hemos podido multiplicar por tres y extender nuestras actuaciones en favor de la inclusión social y laboral de las personas con discapacidad.

En este marco, tenemos muy presente que la igualdad entre hombres y mujeres es un principio horizontal de los Reglamentos de los fondos europeos en general, y del FSE en particular, y ello nos inspira aún más para seguir en una senda en la que siempre queda camino por andar. Es así como, y gracias al propio apoyo del FSE, la Fundación ONCE ha elaborado esta Guía, que pone su foco en la no discriminación entre mujeres y hombres en el ámbito del lenguaje, considerando el enorme potencial que este vehículo principal de comunicación humana tiene para la creación de una sociedad más inclusiva.

Se trata así, de una Guía que revisa diversos usos habituales del lenguaje y propone alternativas no sexistas, con un enfoque práctico e incluyendo una atención especial al lenguaje en el ámbito del empleo, la formación y la inserción laboral. En su parte final, concluye con reflexiones y sugerencias en relación específicamente con las mujeres con discapacidad.

Con estas particularidades y reflejando el compromiso con la igualdad de género por parte de nuestra organización, entidad referente en el sector de la discapacidad, el tercer sector y la economía social, os deseo a las y los lectores el más fructífero aprovechamiento de esta herramienta, que pretende sumar a un mundo en el que no quede nadie atrás.

Teresa Palahí Juan

Secretaria General de la Fundación ONCE

Es un fenómeno reconocido que el lenguaje refleja la realidad y a la vez la construye. En otras palabras, hablamos como pensamos, pero también nuestro pensamiento está condicionado por el lenguaje. Es decir, dado que pensamos utilizando el lenguaje, los propios términos, usos, maneras y expresiones van conformando, de modo más o menos consciente, nuestra percepción del mundo. Así, el lenguaje, o más bien el uso que hacemos del mismo puede, entre otras cosas, contribuir a perpetuar las desigualdades existentes o, por el contrario, actuar como elemento (no el único necesario, por supuesto) que ayude a ir eliminando discriminaciones y derribando barreras.

La discapacidad y todo lo asociado al lenguaje ha sido un ámbito fundamental de trabajo para la Fundación ONCE y todo el sector, representado en España por el Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI). Conocemos de primera mano y hemos experimentado en nuestra propia piel, por ejemplo, la relevancia de ser llamadas personas con discapacidad (y no otros términos como minusválidos/as), y sabemos que el lenguaje importa.

Por otro lado, en la actualidad, vivimos en un mundo en el que con frecuencia se continúa definiendo a las mujeres como un “colectivo”, pese a suponer la mitad de la población mundial. Igualmente, se ha construido históricamente una manera de utilizar el lenguaje en la se entiende que lo masculino es lo genérico. Así, “todos”, por ejemplo, representaría a “todas las personas”, en definitiva, a “todas y todos”. No obstante, es posible rescatar toda la riqueza de nuestra lengua para utilizar fórmulas más inclusivas, que contribuyan a dibujar, a dibujarnos, una realidad donde queden reflejadas tanto mujeres como hombres.

Inspirada en la labor del Observatorio de Igualdad de Oportunidades de la ONCE y su Fundación, la Fundación ONCE ha recorrido un largo camino desarrollando actuaciones y medidas que nos han ido convirtiendo en una organización cada vez más implicada en favorecer, no solo la inclusión social y laboral de las personas con discapacidad –nuestro fin fundacional–, sino también la igualdad entre mujeres y hombres tanto en nuestro seno como entidad, así como en los programas que desarrollamos.

En este camino, la perspectiva de la interseccionalidad, que permite considerar de manera integrada múltiples factores de discriminación, nos ha dado pie a afinar nuestra labor, abordando las situaciones específicas de las mujeres con discapacidad, que experimentan una mayor discriminación tanto en comparación con los hombres con discapacidad, como con las mujeres sin discapacidad.

Así, con todo este bagaje y con el deseo de seguir siempre avanzando, hemos querido realizar una contribución, y un compromiso, a través de esta Guía, hacia la mejora en la utilización del lenguaje, como elemento que contribuye a progresar en la igualdad entre mujeres y hombres. Y aplicando el enfoque interseccional, de la mano de la Fundación CERMI Mujeres, con la que la Fundación ONCE mantiene una estrecha colaboración, la Guía aborda también el ámbito específico de expresión lingüística relacionado con las mujeres con discapacidad.

Sin duda, son muchos los factores que pueden incidir, acelerando o ralentizando, los cambios que a todas luces se hacen necesarios para generar una sociedad más inclusiva, pero es claro que el lenguaje es uno de ellos. Gota a gota, palabra a palabra, podemos ir desterrando una manera de reflejar la realidad en la que las mujeres quedamos en un segundo plano. Sabemos que lo que no se nombra no existe, y el siglo XXI necesita de todos, y de todas.

Introducción y objetivos de la guía

Estás ante una página en blanco, intentando redactar un discurso o una circular para la organización. Las preguntas se amontonan: “¿Cómo debo dirigirme a quienes van a recibir el mensaje? ¿Debo decir “buenos días, compañeros” o, mejor, “buenos días, compañeras y compañeros?”. Eres consciente de que tu mensaje irá destinado a mujeres y hombres, pero tiendes a utilizar la palabra “compañeros”, quizá por acudir a la economía del lenguaje, tal vez por prisa o, muy probablemente, porque no se te ocurre otra fórmula más inclusiva.

Situaciones similares se repiten cada día en todas las áreas de la vida, especialmente en la relacionada con las labores de comunicación y administración de una organización. El uso del lenguaje sigue anclado en una época en la que las mujeres no trabajaban fuera del hogar y los hombres no se habían incorporado al ámbito doméstico. Sin embargo, los tiempos han cambiado. El lenguaje debe adaptarse a las nuevas realidades en las que mujeres y hombres tienen acceso a todos los empleos, cargos y profesiones. La lengua posee multitud de recursos semánticos y gramaticales para incluir también a las mujeres en el discurso hablado y escrito. El fin es reflejar esa presencia.

Las sociedades modernas se han dotado de constituciones y leyes fundamentales que garantizan la igualdad entre mujeres y hombres. Organismos supranacionales como Naciones Unidas o la Unión Europea contribuyen y recomiendan la incorporación de la igualdad en todos los aspectos de la vida. En el caso concreto de España, la aprobación de la Ley Orgánica 3/2007 de 22 de marzo, para la Igualdad efectiva de mujeres y hombres, trajo avances en el ámbito social y legislativo que han propiciado cambios favorables para la igualdad. El fin es que cada ciudadana y ciudadano se sienta libre, con capacidad de decisión

y parte de la sociedad. Para ello, existen numerosas directrices oficiales en las administraciones, medios de comunicación y organizaciones. También múltiples guías que ayudan, a través de propuestas y recomendaciones, a hacer un uso del lenguaje de forma no sexista, promoviendo la igualdad entre mujeres y hombres. Algunas de estas guías pertenecen a Universidades (como las de Alicante, Cantabria, Castilla La Mancha, Granada, Jaén, Murcia, Sevilla, Carlos III en Madrid, la UNED, etc.), a ayuntamientos (como los de Avilés, Azuqueca de Henares, Burgos, Córdoba, Murcia, Madrid, Salamanca...), diputaciones (de Alicante, Cádiz, Málaga, Huelva, Jaén...), organizaciones sindicales y otras como, Oxfam, Unesco, etc. La mayoría de estas guías se encuentran en este recurso que ofrece el Instituto de la Mujer:

http://www.inmujer.gob.es/servRecursos/formacion/GuiasLengNoSexista/docs/Guiaslenguajenosexista_.pdf

Además de estas guías, se han creado algunos correctores digitales para que el lenguaje no sexista sea más fácil de conseguir:

- Análisis-Themis. Permite analizar 'online' hasta 5 documentos al día desde cada ordenador. También revisa webs, aunque solo la página principal: <http:// analisis.themis.es/>
- La Lupa Violeta. Analizador de páginas webs y textos. Solo muestra el término sexista: <http://www.mujeresenred.net/spip.php?article1558>
- En esta misma línea de actuación, se sitúa esta guía que ofrece estrategias para fomentar el uso de un lenguaje no sexista en la organización a través de los siguientes objetivos:
- Visibilizar y detectar el uso sexista del lenguaje en las organizaciones.
- Ofrecer diferentes estrategias y soluciones prácticas para evitar el sexismo lingüístico en el ámbito laboral y social.

- Facilitar fórmulas concretas para sustituir el lenguaje sexista por uno más inclusivo, capaz de mejorar el lenguaje hablado y escrito, en los documentos internos y en los materiales divulgativos de la entidad.
- Aportar una herramienta útil y práctica para resolver las dudas en cuanto al uso correcto del lenguaje no sexista.
- Contribuir al reconocimiento de la realidad social y ayudar a hacerla más habitable para todas las personas.
- Familiarizar a quienes lean la guía con las estrategias no sexistas que posee la lengua. Se aspira a evitar la ambigüedad de ciertos mensajes sin contradecir las normas gramaticales.
- Mejorar las relaciones a través del lenguaje para escribir y hablar con precisión y transformar el sexismo.

Con todo ello, se pretende que esta guía sirva para fomentar la eliminación del sexismo lingüístico y, a su vez, funcione como vehículo de consulta ante las dudas que se puedan presentar en dicho proceso.



1. El sexismo lingüístico

1.1 Definición de sexismo lingüístico

Con el término sexismo se designa la discriminación de personas de un sexo por considerarlo inferior a otro. “El sexismo abarca todos los ámbitos de la vida y el lenguaje es uno de ellos”¹.

Por ende, el lenguaje sexista es el uso discriminatorio del lenguaje por razón de sexo, bien por los vocablos escogidos o bien por el modo de estructurarlos. Este es el denominado sexismo lingüístico. Sin embargo, cuando la discriminación se debe al fondo del mensaje, es decir, a lo que se dice, y no tanto a cómo se dice, se incurre en sexismo social. Por ejemplo, en la frase “los trabajadores de la organización fueron invitados a un ágape”, se incide en sexismo lingüístico, que deriva de la masculinización de la expresión. Dicho con otras palabras, discrimina a las mujeres que no se ven representadas en el vocablo masculino “trabajadores”. Sin embargo, en oraciones como “la precariedad laboral afecta más a las mujeres que a los hombres” o “las mujeres no saben conducir”, se manifiesta el sexismo social, en el primer caso relacionado con la estructura social que sigue subordinando a las mujeres; en el segundo, relacionado con el sexismo de la persona que emite el mensaje que recurre a los estereotipos sociales. No obstante, en ninguno de estos dos casos se comete sexismo lingüístico porque no se oculta a las mujeres.

Hay situaciones y realidades que abocan al sexismo social, aunque también las hay que no, pero se describen haciendo un uso sexista del lenguaje. Así, una reunión en la que participan en igualdad de condiciones mujeres y hombres puede ser una realidad no sexista, pero si al describirla no se nombra a las mujeres o se las nombra de un modo desigual, se estará cayendo en un uso sexista del lenguaje.

Asimismo, existe sexismo en el lenguaje iconográfico en función de cómo están representadas las mujeres y los hombres en las imágenes.

Tanto en el lenguaje visual, como en el hablado y el escrito, el balance general suele saldarse en contra de las mujeres, que quedan excluidas, subordinadas a los varones, ocultadas y minusvaloradas. La causa de ello es el machismo, fruto de una cultura androcéntrica que discrimina a las mujeres.

¹ CALERO FERNÁNDEZ, M. A. (1999): *Sexismo lingüístico, análisis y propuestas ante la discriminación sexual en el lenguaje*. Madrid: Narcea.

A través del lenguaje se aprenden e interiorizan valores, por lo que ayuda a configurar el imaginario individual y colectivo, ya que condiciona los pensamientos y determina la concepción del mundo. Construye mensajes y canaliza las ideas. Es importante porque es la herramienta más poderosa de la inteligencia humana y la principal forma de comunicación. Con él se transmiten conocimientos e ideas, lo que significa que también educa. Se habla como se piensa, lo que se traduce en que, si la cultura está impregnada de sexismo, el lenguaje también lo está. Teniendo en cuenta que el machismo es global e impregna a todas culturas, el uso de ninguna lengua está exento de problemas de sexismo, ni tampoco lo está ningún tipo de lenguaje, como por ejemplo el administrativo de una organización. Por ello, cuando se hace un uso sexista del lenguaje se transmite y refuerza el conjunto de actitudes y comportamientos que mantienen la situación de subordinación de las mujeres. Razón por la cual, el uso del lenguaje y muchas de las expresiones que se utilizan pueden resultar dañinas para la igualdad entre mujeres y hombres. Dicho de otro modo, el sexismo lingüístico no está en la lengua en sí misma. No se puede hablar de lenguaje sexista, sino del uso sexista de la lengua, ya que el idioma español, por su variedad y riqueza, ofrece infinitas posibilidades para describir la realidad de un modo no sexista y sin atentar contra las normas gramaticales.

1.2 Características del uso sexista del lenguaje

Se hace un uso sexista del lenguaje cuando:

- Discrimina o invisibiliza a las mujeres al hablar o al escribir, ya que se expresa en masculino exclusivamente con valor genérico. Por ejemplo, en las frases “los españoles somos líderes en donación de órganos” o “nosotros aplaudimos dicha medida”. ¿Nosotras también? Y, ¿qué hay de las españolas, no son generosas?
- Sobrevalora lo masculino e ignora o minimiza la presencia de las mujeres: “es la respuesta de los médicos” o “los presidentes del Gobierno y los primeros ministros de la Unión Europea”. ¿Se han mantenido al margen las doctoras? ¿Excluyeron intencionadamente a la alemana Ángela Merkel?

- Insiste en identificar Induce a malentendidos y a confusión: “los expertos en bolsa aconsejan vender”, “todos están convocados” o “una gran oferta para nuestros suscriptores”. No se puede saber con seguridad si la expresión incluye a las mujeres.
- Insiste en identificar “Humanidad” con “hombre”. El término “hombre” funciona como genérico y sinónimo de “personas”. A esto es lo que se le denomina androcentrismo, el hombre como referencia y medida de todas las cosas. Es decir, se acepta como natural la preponderancia del varón. Por ejemplo, “el hombre es el único animal racional”.
- Se basa en los viejos estereotipos en vez de acoplarse a las nuevas ideas. El español en sí no es una lengua sexista, pero sí lo pueden ser tanto las y los hablantes como las y los oyentes, dependiendo de sus interpretaciones. No es necesario tener mala intención para que una frase contenga una carga sexista. Siendo completamente neutras, ciertas expresiones están inevitablemente asociadas, por medio de una imagen mental, a uno u otro sexo. Así, por ejemplo, es difícil encontrar un referente masculino para la expresión “una criatura muy delicada”. Lo mismo ocurre con “es un lince para los negocios”. La primera visualización es un varón con traje y corbata.
- Considera más importante la figura del varón sobre la mujer, anteponiendo el orden de aparición de ellos sobre ellas: “Marcos y Manuela” y/o hace un tratamiento asimétrico, “Don Marcos y Manuela”.
- Insta fórmulas asimétricas al nombrar o establecer categorías. Por ejemplo, usar el masculino para los puestos de más prestigio y el femenino para los que están jerárquicamente por debajo. Además de reflejar la segregación vertical puede inducir a ella: “Presidente y secretaria”, “Médico y enfermera” ...
- Toma a las mujeres como un subgrupo: “el colectivo de las mujeres”.

Hay dos formas de sexismo lingüístico, una léxica y otra sintáctica

Por una parte, el sexismo lingüístico léxico alude a la discriminación que surge debido al uso de las palabras. Dentro del sexismo léxico encontramos:

- El masculino genérico. Consiste en acudir a las formas masculinas para nombrar tanto a hombres como a mujeres. El género masculino posee así una doble función porque sirve tanto para referirse solo a los varones como para aludir a mujeres y hombres. En este último caso, el masculino genérico produce ambigüedad y contribuye a la ocultación de las mujeres en el discurso.
- Los tratamientos de cortesía inadecuados. Por ejemplo, la palabra “señor” define a un hombre adulto, independiente de su estado civil. Sin embargo, la palabra “señora” o “señorita” sí define el estado civil de las mujeres.
- Los pares incorrectos. Utilizar la expresión “hembra/varón” o “macho/hembra” es denigratorio para las mujeres.
- Duales aparentes. Alterar el significado de una misma raíz léxica cuando se le añade el morfema género y produce conceptos diferentes. Por ejemplo, no es lo mismo un zorro que una zorra.
- Vacíos léxicos. Ausencia de palabras para referirse a ciertas cualidades en las mujeres que sí tienen vocablo para los hombres: “caballerosidad”.
- Chistes y refranes que patentan el sexismo. Por ejemplo, “la mujer en casa y con la pata quebrada”.
- El uso del género femenino para descalificar y hacer alusiones peyorativas. Por ejemplo, “débil como una mujer” o “nenaza”.

Por otra parte, el sexismo sintáctico se refiere a la discriminación en la forma de construir una frase, siempre bajo la perspectiva del varón. Aquí encontramos el denominado salto semántico, es decir, el uso de palabras que se refieren al conjunto de la población, varones y mujeres, como “sociedad”, “gente”..., se insertan en la construcción de las frases de tal manera que quedan identificadas únicamente con los hombres. Esta frase ayuda a entenderlo: “la gente solo

busca su pan, su hembra, su fiesta en paz”. La palabra “gente”, tal y como está empleada en la frase, significa “varón”. Otros ejemplos están en expresiones como “los nómadas se trasladaban con sus enseres, mujeres y niños” o “la gente se deja influir más por sus mujeres que por las encuestas”. Para esta forma de sexismo, lo femenino es considerado una subcategoría, mientras que lo masculino se representa como lo universal, lo neutro.

Para detectar el sexismo lingüístico con facilidad y rapidez, se puede emplear la regla de la inversión. Esta estrategia consiste en sustituir la palabra dudosa por su correspondiente género opuesto. Es decir, poniendo a las mujeres en el lugar de los hombres, y viceversa. Si la frase resulta inadecuada, es que el enunciado es sexista y, por lo tanto, hay que hacer un esfuerzo por hacerla más inclusiva.

Por ejemplo, “a la cena de Navidad de la organización acudieron los trabajadores con sus elegantes mujeres”. Si se aplica la regla de la inversión la frase puede parecer ridícula: “a la cena de Navidad de la organización acudieron las trabajadoras con sus elegantes hombres”. Esto significa que la frase es sexista, además de heterocéntrica.

1.3 El uso sexista del lenguaje expresa una mentalidad sexista

Como ya se ha explicado, el lenguaje no es la fuente de todos los sexismos, sino que es el sexismo el que impregna el lenguaje. Hemos comentado que, cuando la discriminación se debe al fondo del mensaje y no a su forma, se trata de sexismo social, fundamentado en roles y estereotipos de género. La máxima “las mujeres no saben leer mapas” es un ejemplo de ello. La constante exposición a estereotipos de género hace que se consideren naturales y pasen desapercibidos.

Para comprobar este tipo de sexismo basta con someterse a un acertijo que aprovecha los prejuicios para poner a prueba la agilidad mental:

“Un niño y su padre viajan en coche cuando chocan de frente contra otro vehículo. En el accidente, el padre muere en el acto y el niño presenta graves heridas. Una ambulancia lo traslada al hospital y es directamente ingresado en quirófano. Pero el cirujano que tiene que operarlo se niega a practicar la intervención porque ese niño es su propio hijo. ¿Cómo es posible?”

Esta adivinanza clásica es un ejemplo de cómo los prejuicios sociales hacen que la mente busque cualquier respuesta antes que pensar que se trata de una mujer. La mayoría de las personas imaginan que el niño es adoptado, que ha sido fecundado ‘in vitro’ o que se trata de una pareja del mismo sexo.

Estas discriminaciones sociales que se visibilizan en el pensamiento, también se incorporan en el lenguaje. De tal modo que, si el lenguaje es masculino, en el acertijo se alude al “cirujano” en vez de a la “cirujana”, el imaginario también es masculino. Esa es la razón principal por la que las personas se imaginan a un hombre antes que una mujer, recurriendo incluso a respuestas más complicadas.

Las raíces de la discriminación lingüística están en la discriminación social. El lenguaje refleja los prejuicios sociales existentes. En el camino hacia una igualdad verdadera entre ambos sexos, el lenguaje juega un papel fundamental porque no solo es un reflejo de los valores sociales, sino que influye en el comportamiento de las personas. La lengua española es rica y existen muchas fórmulas para hacer un uso no sexista de ella, solo hace falta voluntad y compromiso. La igualdad está en juego.

1.4 Aspectos positivos de la cultura española que posibilitan un uso no sexista del lenguaje

En España y en la mayoría de países de habla hispana, las mujeres conservan el apellido familiar independientemente del estado civil; eso sí, anteponiendo el paterno antes del materno, aunque las nuevas leyes posibilitan cambiar el

orden. El derecho al nombre no es cuestión baladí cuando se piensa que en las sociedades punteras en cuestiones de igualdad, como la holandesa, para una mujer es una auténtica odisea burocrática recuperar su propio apellido tras un divorcio.

También ha sido relativamente sencillo feminizar las profesiones en español, sobre todo si se compara con el inglés. Con excepciones, añadir una simple “a” al vocablo ha sido más fácil que buscar una palabra de consenso a ‘policeman’, ‘businessman’ o ‘postman’, que han representado un serio problema cuando las sociedades anglohablantes se han propuesto feminizar cargos y profesiones.

El diferente uso de los pronombres posesivos (‘her/his’) y su referente femenino/masculino representa un problema en inglés, donde el masculino actúa como genérico, hecho que es más fácil de evitar en castellano gracias a su enorme riqueza.

El tuteo, cada día más extendido tanto en el ámbito político como en los medios de comunicación o las organizaciones, hace más directas las relaciones y facilita la inclusión de expresiones que sustituyen palabras discriminatorias. Por ejemplo, “únete al equipo” es una forma más abierta y positiva de reclutar personal que “seleccionamos vendedores”. Sin embargo, en otras lenguas como la francesa, resulta muy difícil sortear los tratamientos con tanta holgura.

1.5 El trato igualitario entre mujeres y hombres es un principio jurídico democrático

El lenguaje no sexista se fundamenta en la legislación internacional y nacional sobre la igualdad entre mujeres y hombres, preocupación que surgió con fuerza en los años 80 del siglo pasado. Desde la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer, aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1979 y ratificada por España en 1983, la legislación española toma en consideración la igualdad entre mujeres y hombres.

En el caso de la normativa del Estado español sobre el uso del lenguaje no sexista destacan:

El artículo 14 de la Constitución española proclama el derecho a la igualdad y a la no discriminación por razón del sexo, mientras que la Ley Orgánica 3/ 2007,

de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres pretende facilitar las condiciones adecuadas para acabar con la desigualdad, combatiendo todas las manifestaciones de discriminación.

La Ley de Igualdad observa situaciones concretas relacionadas con el uso del lenguaje. El artículo 14 en su apartado 11 establece las bases de un lenguaje inclusivo: “La implantación de un lenguaje no sexista en el ámbito administrativo y su fomento en la totalidad de relaciones sociales, culturales y artísticas”. Aunque la mencionada ley solo se refiere a las administraciones públicas, supone un ejemplo a seguir por entidades privadas y organizaciones que deseen favorecer la igualdad.

En su artículo 37, la Ley de Igualdad define que los medios de comunicación públicos deben utilizar el lenguaje de forma no sexista y, en el artículo 28, referente a la Sociedad de la Información, se recoge que en todos los proyectos de tecnología de la información y de la comunicación sufragados con dinero público, los contenidos y el lenguaje no serán sexistas.

Los artículos 37-41 regulan el tratamiento igualitario de las mujeres y hombres en los medios de comunicación y en la publicidad, velando por la utilización no sexista del lenguaje.

Asimismo, la exposición de publicidad sexista es ilícita según el artículo 3 de la Ley General de Publicidad (Ley 34/1988, de 11 de noviembre), porque atenta contra la dignidad de las personas, vulnera los valores y derechos reconocidos en la Constitución (artículos 18 y 20, apartado 4) y, en la práctica, reduce a las mujeres a meros objetos, las convierte en reclamos sexuales y genera violencia contra ellas.

Por su parte, la Ley Orgánica de marzo de 1995 del Ministerio de Educación y Ciencia adecua la denominación de los títulos académicos oficiales a la condición de quienes los obtengan (BOE de 28 de marzo de 1995). Lo mismo ocurre con el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales. Hace referencia a las enseñanzas universitarias oficiales de Grado, Máster y Doctorado impartidas por las universidades españolas, conducentes a la obtención del título oficial de Graduado o Graduada, Máster Universitario o Doctor o Doctora (BOE de 30 de octubre de 2007).

En el caso de los documentos administrativos, y en el ámbito regional, se establece la Orden 24 de noviembre de 1992 (BOJA, 5 de diciembre de 1992), sobre la eliminación del lenguaje sexista en los textos y documentos administrativos. En lo que se refiere a la comunicación, se puede acudir a la Orden 19 de febrero de 1993 (BOJA, 6 de marzo de 1993), para el cumplimiento del principio de no discriminación por razón de sexo en la información y divulgación.

1.6 La Real Academia Española y las directrices administrativas

El lenguaje no sexista es una cuestión que ha causado y causa gran polémica y discusión. Quienes se manifiestan en contra alegan que lleva a una serie de complicaciones que no solo rompen con las reglas gramaticales, sino que no contribuyen a la economía del lenguaje al acudir a duplicidades para tomar ambos sexos y al uso de arrobas y otros recursos que consideran inapropiados. Sin embargo, el lenguaje inclusivo va más allá. Se fundamenta en el derecho a la igualdad entre mujeres y hombres. No obstante, la Real Academia Española (RAE), quien tiene el cometido de “establecer los criterios de propiedad y corrección de la lengua”, niega la importancia del lenguaje no sexista y, para justificar su posición, acude a sus Estatutos, afirmando que su función “es evitar que los cambios que experimente la lengua española en su constante adaptación a las necesidades de sus hablantes quiebre la unidad que mantiene en todo el ámbito hispánico”.


La RAE establece como norma general que el masculino, singular y plural, es neutro, de manera que se utiliza para designar a los dos sexos. Es el denominado masculino genérico. Ello da lugar a una imagen mental del mundo únicamente poblado por hombres: “los ciudadanos”, “los políticos”, “los médicos”, “los trabajadores”, “todos los becarios”... Lo mismo pasa con la palabra “hombre” que, según la misma Academia, sirve para referirse tanto a hombres como a mujeres. Así se pueden encontrar expresiones, citas y dichos de uso frecuente que imposibilitan que las mujeres se vean reconocidas, como “el hombre es el único animal racional”, “la evolución del Hombre” o “el hombre propone y Dios dispone”. Quienes defienden la implantación de un lenguaje no sexista afirman que el uso académicamente correcto presenta algunos aspectos que chocan con los esfuerzos por erradicar el sexismo y fomentar la igualdad, ya que el resultado es la invisibilización de las mujeres en una sociedad en la que son la mitad de la población. Razón por la cual, en los últimos años se han acentuado las discrepancias entre la institución garante de la lengua española y las personas defensoras de un lenguaje no sexista.

Lo mismo pasa con algunas definiciones del Diccionario de la Real Academia Española (DRAE). “Hembra” es sinónimo de mujer pero “macho” no lo es de hombre. Una “arpía”, en su segunda acepción, es una mujer perversa y un “ciudadano” o una “ciudadana”, según la cuarta acepción del DRAE, es un hombre bueno. Asimismo, existen significados diferentes según el género femenino o masculino: no es lo mismo un “aventurero” que una “aventurera”, un “perro” que una “perra”, un “zorro” que una “zorra”, etc. El femenino alude a la prostitución. De hecho, el DRAE tiene más de ochenta definiciones y sinónimos de “prostituta”, tales como “pelota”, “maleta”, “gamberra”, “mujer del arte”, “mujer del partido”, “mujer de punto”, “mujer perdida”, “mujer mundana” o “mujer pública”. Se puede ver con más detalle en este recuadro:

No, no es lo mismo	que
zorro: (S) coloq. Hombre muy taimado y astuto	zorra: (4) prostituta
hombre público: (1) El que tiene presencia e influjo en la vida social	mujer pública: (1) prostituta
golfo: (2) m. y f. Pillo, sinvergüenza, holgazán	golfa: (3) prostituta
sargento: (1) como Mil. Suboficial de graduación inmediatamente superior al cabo e inferior al sargento primero	sargenta: (2) f. Mujer corpulenta, hombruna y de dura condición

** Entre paréntesis, número de la acepción de la entrada en el diccionario de la RAE.*

En cuanto a las profesiones, la progresiva incorporación de las mujeres a todos los sectores y niveles del trabajo remunerado ha obligado a actualizar la lista de cargos para adecuarlos a su correcto tratamiento cuando son ocupados por mujeres. Tampoco este campo semántico se ha visto exento de polémica, pero es precisamente aquí donde se libra una de las batallas más decisivas del lenguaje no sexista. No solo porque representa de forma expresa un reconocimiento oficial y público de los logros de quienes han accedido a esas profesiones, sino también por el impacto positivo que supone para las legítimas aspiraciones de otras mujeres, contribuyendo a crear referentes en todas las áreas del conocimiento y de la vida.



2. Cómo detectar y evitar el sexismo lingüístico

El lenguaje refleja la realidad, el sistema de normas y valores que se aplican en el entorno. Así, por ejemplo, un estudio de las investigadoras Aylin Caliskan y Joanna Bryson de la Universidad de Princeton publicado en el año 2017 por la revista *Science*², confirmó que las máquinas no solo incorporan palabras o expresiones machistas de modo automático, sino que además agregan los estereotipos que la sociedad comparte. De ese modo, descubrieron que las inteligencias artificiales asocian los nombres femeninos o palabras como “niña” o “mujer” a tareas domésticas o de cuidados en mayor medida que con los nombres masculinos o los vocablos “hombre” o “niño”.

Hay escuelas de pensamiento que determinan que las fronteras y barreras del lenguaje forman los límites del mundo, a partir de la máxima de Wittgenstein: “Los límites de mi mundo son los límites de mi lenguaje”. La programación neurolingüística (PNL) defiende que el uso del lenguaje llega incluso a definir el comportamiento individual y colectivo.

No cabe duda de que las expresiones y términos utilizados en la organización o en los círculos sociales no solo influyen en el comportamiento ante ciertas personas, sino que son el fiel reflejo del respeto que se siente por ellas. Así, decir a una secretaria de departamento “oye, niña, ¿me puedes traer dos cafés, que tengo visita?” no es un modo adecuado y respetuoso de dirigirse a nadie, ya que deja visible el pensamiento machista de quien pronuncia la frase.

2.1 Una mirada al uso sexista del lenguaje y sus principales manifestaciones

Como se explica en el capítulo anterior, la utilización del masculino para referirse a los dos géneros, el llamado **masculino genérico**, es ambiguo ya que puede provocar confusiones en la interpretación del mensaje porque el género masculino en plural puede definir solamente al sexo masculino o a ambos sexos (“los políticos”, “los ciudadanos”, “los usuarios”), mientras que el plural femenino solo define a las mujeres (“las amigas”, “las periodistas”, “las jóvenes”). Esto puede dar lugar a la discriminación y la ocultación de las mujeres, al no conseguir representarlas en ese masculino supuestamente neutro y genérico.

² El original: <http://science.sciencemag.org/content/356/6334/183> en español: https://www.eldiario.es/tecnologia/Inteligencia_Artificial-sexismo-racismo_0_632387552.html

En muchas ocasiones la naturalización del sexismo hace que sea imposible percatarse de esta discriminación, de tal modo que, hasta que no se presta atención expresamente, no se ve el sesgo que suponen ciertas frases que se dicen o escuchan en el día a día. Estos son solo algunos ejemplos:

- “Todos debemos esforzarnos en alcanzar los objetivos”
- “El que desee llegar en transporte público debe avisar con antelación”
- “La escuela se ha construido gracias a la generosidad de los donantes”
- “El descuento se aplicará a los diez primeros empleados que envíen su solicitud”
- “A todos los interesados en el puesto vacante se les recomienda asistir a la reunión”
- “La reunión es solo para directivos”

26

Al leer estas frases desde el punto de vista de una mujer, queda un amplio espacio para la duda: ¿También yo debo esforzarme? ¿Debo llegar en mi coche? ¿Sirvió para algo mi donativo? ¿Me harán descuento a mí también? ¿Solo los hombres optarán al puesto vacante? ¿Las directivas quedamos fuera? Estos ejemplos visibilizan el androcentrismo lingüístico que se manifiesta en el plano léxico, es decir, a través del uso del masculino como genérico, apto tanto para nombrar a mujeres como a hombres. También se expresa en el plano sintáctico, esto es, cuando el orden de la frase se construye tomando como sujeto principal al varón. Lo mismo ocurre cuando preferimos emplear “quien/quienes” en vez de la construcción determinante + relativo (“el/los que”): ambas expresan lo mismo pero la primera, desde el punto de vista del lenguaje no sexista, es la única que incluye a los dos sexos.

Otros usos sexistas del lenguaje más allá del masculino genérico son:

a) Uso arbitrario del orden de aparición

A pesar de que no existe ninguna razón gramatical que lo justifique, se suele anteponer el masculino al femenino, dando prioridad a los hombres sobre las mujeres. En español, la expresión histórica no sexista por excelencia nació de

una rima: “Tanto monta, monta tanto, Isabel como Fernando”. La mutua equidad de rango que los Reyes Católicos se concedían empezaba por romper el binomio que, en nuestra lengua, nombra a los hombres antes que a las mujeres. Recuperando esta historia, se recomienda introducir fórmulas de este tipo que rompan la brecha hacia la mentalidad sexista. Por ejemplo, “Doña Letizia y Don Felipe”, “chicas y chicos”, “Eva y Adán”...

b) Asimetría en los tratamientos

Se habla de “señor” y “señorita”, “hombre” y “chica”... Por ejemplo, en la sección de deporte de las noticias se encuentran titulares como “nuestras chicas de baloncesto”, infantilización que no se usa cuando los protagonistas son varones. La forma en la que se utiliza el lenguaje revela mucho sobre la mentalidad de la persona. Por ello, al hablar en nombre de una organización hay que tener cuidado con no usar un lenguaje sexista. Los tratamientos reservados a las mujeres forman parte, más que del uso correcto del lenguaje, de las convenciones sociales. En este terreno, la discriminación se multiplica por dos. Así, la manida expresión “señora” o “señorita” expresa el estado civil de las mujeres, hecho que no se usa con los hombres y que, por ende, es sexista ya que, además, no existe una fórmula similar extendida para dirigirse a los hombres según su estado civil. Lo correcto es dirigirse a las mujeres como “señoras”, haciendo un tratamiento igualitario entre unas y otros. El tratamiento dado a los dos sexos debe ser simétrico.

c) Denominación sexuada

Otro uso que implica falta de simetría tiene que ver con la forma de mencionar a los varones, a quienes se identifica usualmente por su cargo, oficio o profesión, y a las mujeres, quienes, comúnmente, son identificadas antes por su sexo o por su relación y dependencia de un varón que por sus méritos o identidad propia. Este uso no es habitual encontrarlo en modo inverso. Por ejemplo, “al acto han acudido el presidente y su esposa”. Además, es una expresión heterocéntrica porque no tiene en cuenta otras orientaciones sexuales.

d) Duales aparentes

Palabras que, a pesar de tener la misma raíz, tienen un significado muy diferente en femenino y en masculino: “bruja/brujo”, “fulana/fulano”, “asistenta/asistente”, “buscón/buscona”... Casi siempre resultan peyorativos para las mujeres y, por tanto, deben evitarse.

e) Vacíos léxicos

Vocablos que no tienen equivalente femenino si son positivas (“caballerosidad”) y no tienen equivalente masculino si son negativas (“marisabidilla”, “arpía”, “víbora”).

f) Uso innecesario de la palabra “mujer”

Por ejemplo, “mujeres emprendedoras”. Es redundante el vocablo “mujeres”, ya que en la palabra “empreendedoras” ya se entiende que se refiere a las mujeres. Otro ejemplo: “el 51,78% de los médicos son mujeres” en lugar de “el 51,78% son médicas”. Tampoco debe utilizarse la palabra “mujer” como sinónimo de “esposa”, ya que “hombre” no significa “esposo” o “marido”. Asimismo, dicha expresión presenta a las mujeres en situación de pertenencia y dependencia a los hombres. Por tanto, es un tratamiento que debe evitarse.

g) Empleo de la palabra “hombre” como sinónimo de Humanidad

El término “hombre” funciona unas veces como genérico con el sentido de “persona” o “Humanidad”. Por ejemplo, “el hombre es el único animal racional”. Otras, lo hace como específico de “varón”. Este doble uso, además de provocar frecuentes ambigüedades, oculta a las mujeres. Por ello, es recomendable utilizar la palabra “hombre” solo cuando se quiera referir al sexo masculino. Para englobar a los dos sexos es preferible emplear términos como “personas”.

h) Definición de cualidades diferentes para mujeres y hombres

Es frecuente que a las mujeres se las relacione con su estética o relaciones personales por encima de sus logros, algo que es sexista. Así, en la prensa deportiva se encuentran titulares del tipo: “Y hasta se ha echado novio”, “Las atletas olímpicamente atractivas”, “Mucho tenis, bonitas piernas y pocos novios” o “Los cincuenta mejores culos del deporte”... ¿Se encuentran de igual modo en la prensa titulares que quiten mérito a cualquier deportista masculino de élite por el hecho de tener pareja, ser guapo o atractivo? La respuesta es que no. Sobre este hecho, en 2016 un estudio de Cambridge University Press ³ analizó las palabras más usadas en los medios para referirse a mujeres y hombres. Encontró que la presencia de las mujeres en los medios de comunicación es tres veces menor que los hombres. Generalmente, suelen aparecer por su físico o su estado civil.

³ El original: <http://www.cambridge.org/about-us/news/aest/>; en español: <https://www.fundeu.es/noticia/160-millones-de-palabras-que-prueban-el-trato-machista-y-denigrante-a-las-mujeres-en-los-juegos-olimpicos/>

Así, las palabras más usadas para hablar de las mujeres son “mayor”, “edad”, “embarazada”, “casada” y “soltera”. Además, se refieren a las deportistas como a “chicas” y, a la hora de comentar la jugada, las atletas “compiten”, “luchan” y “participan”. En el caso de los hombres, las palabras más usadas son “rápido”, “fuerte” y “grande”. Se alude a ellos como “hombres” y, para hablar de su rendimiento, usan los términos “ganar” y “dominar”. En noticias referentes a científicas, coleccionistas de arte, deportistas, lideresas políticas y otras profesionales, incluso los medios más rigurosos facilitan a veces datos innecesarios –edad, indumentaria, corte de pelo–, no relacionados con su actividad, mientras estos aspectos son menos habituales en los textos referentes a varones: “La Reina de Podemos que conquistó a Pablo Iglesias”, “Fernando Alonso pasea a su nueva novia”, “Uma Thurman, pillada sin maquillaje”, “La reina Letizia luce tipo”, “Las peores vestidas en la gala de los Goya”, “El primer ‘look’ de Meghan Markle después de la boda real”...

i) Considerar a las mujeres como un colectivo

Las mujeres conforman la mitad de la población mundial. Un grupo mayoritario jamás puede ser un colectivo. Considerar a las mujeres como un colectivo conlleva a su minusvaloración.

j) Negatividad a feminizar las profesiones o emplear el masculino para los puestos de más prestigio y el femenino para los que están jerárquicamente por debajo

Por ejemplo, “la ingeniero” o “el médico” y “la enfermera”. No obstante, no hay ninguna razón lingüística que lo impida, puesto que continuamente se inventan palabras para nombrar nuevas realidades.

k) Utilización del género femenino para descalificar y hacer alusiones peyorativas

Aún se pronuncian, de forma consciente, frases de fuerte carga sexista: “lloras como una niña”, “mujer tenías que ser”, “los hombres son más nobles y las mujeres más competitivas”, “esto es un coñazo”...

I) Los chistes y las historias sexistas

La costumbre de contar chistes alusivos a la falta de inteligencia de las mujeres o a la incapacidad de estas para realizar tareas relevantes está extendida. En principio, puede parecer que se trata de historias “inocentes” destinadas a divertir a costa de la diferencia. Pero, ¿son realmente inocuos los chistes sexistas? La Universidad de Western Carolina (EEUU) hizo públicos en 2007 los resultados de una investigación científica cuyo objetivo era evaluar el impacto de este tipo de bromas ⁴. El profesor de Psicología Thomas E. Ford, director del estudio *Más que solo un chiste: la función liberadora de prejuicios del humor sexista*, es muy claro en sus conclusiones: “El humor sexista no es diversión inocente. Puede afectar a las percepciones de los varones de su ambiente inmediato y les permite sentirse cómodos en su conducta de expresiones sexistas sin el temor a ser desaprobados”.

Los experimentos realizados demostraron que, tras ser expuestos a chistes y situaciones jocosas en las que la mujer era objeto de discriminación, los hombres tendían a perjudicar a las mujeres en un juego de simulación de toma de decisiones. “Sostenemos que el humor sexista actúa como una excusa para los prejuicios”, aclara el profesor Ford, y recuerda que ese tipo de entretenimiento, lejos de ser “solo un chiste” puede convertirse en una fuerza capaz de legitimar los prejuicios sociales. Ejemplos de chistes, expresiones y refranes machistas hay a montones: “La mujer y la mentira nacieron el mismo día”, “La palabra de una mujer no vale un alfiler”, “¿Cómo ayudar a una mujer a limpiar la casa? Levantando lo pies cuando pasa la fregona”, “¿Cómo darle a la mujer más trabajo? Ampliando la cocina”...

El lenguaje no solo explica o interpreta; también crea. Según indican los estudios de la psicolingüística, las personas piensan en palabras que convierten en imágenes. Por ejemplo, si alguien dice “pera” se imagina dicha fruta. Por tanto, si el lenguaje es masculino o machista, el imaginario también lo será, lo que conlleva a una doble invisibilización y discriminación de las mujeres: en el lenguaje y en el pensamiento. De ahí que se diga que lo que no se nombra no existe. Si se usa un lenguaje que toma como representación lo masculino sin cuestionar que la otra parte de la especie humana, las mujeres, quedan excluidas, se contribuye a la subordinación de estas. La solución pasa por un lenguaje más inclusivo y no sexista. La lengua española, al ser rica, aporta múltiples recursos para nombrar a mujeres y a hombres.

⁴ https://www.researchgate.net/publication/270554526_The_role_of_identification_with_women_as_a_determinant_of_amusement_with_sexist_humor
<http://www.newswise.com/articles/view/535074/#imagetop>

2.2 Alternativas para un uso no sexista de la lengua

El lenguaje no sexista es la solución. Se refiere al uso igualitario del lenguaje que fomenta una imagen equitativa y no estereotipada de la realidad y de las personas a las que se refiere. Además, al ser el lenguaje una herramienta que no solo define la realidad sino que también la construye, utilizar un lenguaje inclusivo contribuye a una sociedad más equitativa. Evita, por tanto, incurrir en el sexismo lingüístico y social. El uso de este lenguaje no sexista requiere conocer las alternativas que tiene el idioma para nombrar por igual a todas las personas sin discriminación. Algunas estrategias del uso no sexista del lenguaje son:

a) Usar sustantivos genéricos y colectivos

Muchas palabras son realmente genéricas, ya que incluyen a mujeres y hombres. En nuestra lengua existe un amplio número de sustantivos que, con independencia de que tengan género gramatical masculino (“personaje”, “colectivo”, “grupo”, “pueblo”, “equipo”) o femenino (“persona”, “pareja”, “criatura”, “gente”, “colectividad”, “asamblea”, “asociación”), hacen referencia tanto a unas como a otros. Pueden ser genéricos singulares, como “criatura” o “persona”, o incluir a un número indeterminado de personas, como “la población”, “la ciudadanía”, “la juventud”, “la niñez”, “la infancia”, “el vecindario”... Se trata de las palabras neutras como “todo el equipo”, “todo el mundo” o “todo el grupo”, y colectivas, como “alumnado”, “profesorado”, “empresariado”, “la clase política”, “el personal médico”, “el electorado”, etc., que incluyen de forma real a mujeres y hombres. Así, se puede decir “la Humanidad ha evolucionado mucho a lo largo de la historia” en lugar de “el ser humano ha evolucionado mucho a lo largo de la historia”.

Expresión común	Expresión no sexista
Los trabajadores	La plantilla, el equipo, el personal
Los chicos	El grupo de jóvenes
Los niños	La infancia
Los ciudadanos	La ciudadanía
Profesores	El profesorado
Padres	Familia
Funcionarios	Funcionariado
Alumnos	Alumnado
Militares	Ejército
Vecinos	Vecindad, vecindario

b) Uso de perífrasis y expresiones compuestas

Con varias palabras podemos reorientar el sentido sexista del genérico. En vez de decir “los interesados en la oferta de trabajo”, se puede acudir a la frase “las personas interesadas en la oferta de trabajo”. Otro ejemplo: en lugar de “profesores y alumnos se fueron de excursión” es posible emplear “la comunidad escolar se fue de excursión”.

Expresión común	Expresión no sexista
Los políticos	La clase política La representación política
Los gallegos	La población gallega El pueblo gallego La gente de Galicia
Los profesores	El profesorado El cuerpo docente El personal docente El equipo docente
Los sirvientes	El servicio doméstico
Los ancianos	Las personas mayores
Los interesados	Las personas interesadas
Los profesores y alumnos	La comunidad escolar

c) Utilización de cargos e instituciones para representar a las personas

Existe la posibilidad de acudir a las palabras abstractas que hacen referencia a las funciones o profesiones que pueden estar protagonizadas tanto por mujeres como por hombres: “la redacción” en vez de “los redactores”, “la dirección” por “los directores”, “la legislación” en lugar de “el legislador”... ¿Por qué es importante estructurar las frases de este modo? Se entiende con este ejemplo:

“Los directores del proyecto presentarán las instrucciones generales mientras que los asesores facilitarán sus informes a la secretaria del departamento y el becario elaborará un resumen para los contables”.

Tal como está formulada esta frase se desprende que los directores, asesores y contables son varones, que el becario también lo es y que la única mujer involucrada en el proyecto es la secretaria. Para no excluir a las integrantes femeninas de los diferentes equipos, la propuesta no sexista puede recurrir, en buena parte de los casos, a nombrar a las personas según sus cargos o las entidades a las que pertenecen:

“La dirección del proyecto presentará las instrucciones generales, mientras que el equipo asesor facilitará sus informes a la secretaria del departamento y el becario elaborará un resumen para el departamento de contabilidad”.

Por lo tanto, cuando la frase y el contexto lo permitan, se pueden sustituir los genéricos masculinos por alusiones a cargos, instituciones o profesiones siguiendo estos ejemplos:

Expresión común	Expresión no sexista
Los tutores	La tutoría
Los jueces	La judicatura
Los ministros	El Ejecutivo
Los abogados	La abogacía
Los subdirectores	La subdirección
Los inspectores	La inspección
Las enfermeras	La enfermería
Los críticos	La crítica
Los jefes	La jefatura
El presidente	La presidencia
Los administrativos	La administración

d) Desdoblamiento

Siempre es mejor optar por algunas de las estrategias anteriores, pero si no existe otra opción o si no se hace un uso excesivo, se puede recurrir a los desdoblamientos, es decir, nombrar expresamente y de forma individual a cada sexo: “las niñas y los niños”, “las trabajadoras y los trabajadores”... Quienes huyen del lenguaje no sexista interpretan que su uso no es adecuado porque

duplica el mensaje. Sin embargo, duplicar consiste en hacer una copia idéntica, hecho que no ocurre al nombrar en masculino y femenino cuando se representa a grupos mixtos. Por ejemplo, “las niñas y los niños”, “la madre y el padre”, “las mujeres y los hombres”... Esta alternativa constituye una buena solución para textos breves. Si se opta por esta fórmula, la concordancia deberá aplicarse tanto a los sustantivos como al resto de elementos oracionales, como por ejemplo los adjetivos, que no es necesario que también tengan una forma doble. Basta con que concuerde el sustantivo más próximo. Por ejemplo, en vez de decir “los candidatos y las candidatas elegidos y elegidas” es mejor optar por “las candidatas y los candidatos elegidos”.

La concordancia es la correspondencia formal que guardan entre sí las palabras. De acuerdo con las reglas generales de la concordancia, los adjetivos y artículos tienen obligatoriamente que acomodarse al género y al número del sustantivo al que acompañan. Asimismo, el verbo debe concordar con el sustantivo sujeto en número y persona.

Expresión común	Expresión no sexista
Los candidatos	Las candidatas y los candidatos
Los estudiantes	Las y los estudiantes
Los clientes	Los clientes y las clientas Las y los clientes

e) Explicaciones y especificaciones expresas

Añadir una aclaración al genérico masculino para que incluya también a las mujeres es una solución que clarifica y evita malentendidos:

Expresión común	Expresión no sexista
Los jóvenes podrán solicitar plaza	Los jóvenes, tanto chicas como chicos, podrán solicitar plaza
Animamos a los congresistas a participar en el torneo de golf	Animamos a los congresistas, tanto a mujeres como a hombres, a participar en el torneo de golf

f) Omisión de pronombres y determinantes

Una de las ventajas del idioma español es que, en muchos casos, pueden eliminarse los artículos, pronombres o personas del verbo sin que las frases pierdan su sentido. Para ello, se puede hacer aparecer el sustantivo sin el artículo. Algunos ejemplos pueden ser: “los profesionales de la hostelería” por “profesionales de la hostelería”; “el curso está dirigido a los estudiantes” por “el curso está dirigido a estudiantes”, o “los representantes de la organización” por “representantes de la organización”. Cuando es posible omitir el artículo, se consigue englobar sin problemas tanto a las mujeres como a los hombres. Otra forma de evitar el abuso del masculino consiste en emplear, junto a sustantivos de una sola terminación, determinantes sin marca de género como, por ejemplo, “cada”.

Expresión común	Expresión no sexista
A partir del 1 de mayo, podrán presentar su declaración los contribuyentes de...	A partir del 1 de mayo, podrán presentar su declaración contribuyentes de...
Nosotros no nos hemos opuesto...	No nos hemos opuesto...
Al encuentro acuden los representantes provinciales	Al encuentro acuden representantes provinciales
Los estudiantes deberán hacer su matrícula	Cada estudiante deberá hacer su matrícula
Se hace saber a todos los periodistas	Se hace saber a cada periodista

g) Determinantes y pronombres sin género

Lo mismo ocurre cuando se prefiere emplear “quien/quienes” en vez de la construcción determinante + relativo (“el/los que”). Ambas expresan lo mismo pero la primera, desde el punto de vista del lenguaje no sexista, es la única que incluye a ambos sexos. Por ejemplo, la frase “quien sepa leer entre líneas lo entenderá”, es mucho más inclusiva que “el que sepa leer entre líneas lo entenderá”. Por tanto, el uso del artículo y el pronombre masculino puede sustituirse por un pronombre no marcado por el género. En el idioma español, el pronombre relativo a “quienes/quien” se refiere únicamente a personas, pero no indica género masculino o femenino:

Expresión común	Expresión no sexista
A la reunión deberán asistir todos los miembros del comité	A la reunión deberá asistir cada miembro del comité
Que levante la mano el que esté a favor de la propuesta	Que levante la mano quien esté a favor de la propuesta
Los que prefieran votar por correo	Quienes prefieran votar por correo
Los que estén comprometidos de antemano	Quienes tengan un compromiso anterior

h) Conjugación impersonal

Las construcciones impersonales (por ejemplo, con “se”) pueden prestar buenos servicios al lenguaje no sexista.

Expresión común	Expresión no sexista
Durante los próximos días el director decidirá qué medidas tomar	Durante los próximos días se decidirá qué medidas tomar
Todos los empleados utilizarán gorros para acceder a la cocina	Para acceder a la cocina es imprescindible utilizar gorro
Durante 10 días los compradores tienen la opción de devolver...	Durante 10 días se tiene la opción a la devolución...

i) Recursos gráficos: barras, arrobas y guiones

Estos signos ofrecen soluciones sobre todo a textos abreviados, mensajes cortos y formularios. El éxito de su uso radica en su sencillez y ahorro de espacio. Sin embargo, su uso abusivo en otro tipo de documentos puede dificultar la lectura.

Las barras son formales y aplicables en casi cualquier caso; la arroba –que no es un símbolo propiamente lingüístico pero que se ha popularizado gracias a su uso en la Red– es más adecuada para contextos informales, publicidad e Internet, mientras que el guion está menos extendido e interrumpe de forma gráfica la lectura.

Expresión común	Expresión no sexista
El consumidor	El consumidor/a o consumidor@
El cliente	El/la clienta o la/el cliente o client@
Los estudiantes	Los/las estudiantes o las/los estudiantes
Los niños	Las/los niños o los/las niñas o niñ@s

j) Lenguaje directo

El lenguaje publicitario, el marketing y los medios de comunicación son conscientes de que la línea recta es el camino más corto y eficaz entre quien emite y quien recibe un mensaje. En determinados contextos, “tú” y “usted”, entre otras formas de dirigirse a la persona como si fuera única, son opciones eficaces y no sexistas:

Expresión común	Expresión no sexista
Los clientes que decidan comprar en mayo tendrán descuentos adicionales	Si decides comprar en mayo, tendrás descuentos adicionales
Necesitamos empleados en el departamento de Sistemas	El departamento de Sistemas te necesita ¿Quieres trabajar en Sistemas?
Precisamos voluntarios para organizar la fiesta de Navidad	Ayúdanos a organizar la fiesta de Navidad
¿Qué opinan nuestros oyentes?	¿Y usted qué opina?
¿Quieres formar parte de nuestra comunidad de usuarios?	Únete a nuestra comunidad

k) Formas no personales del verbo

Expresión común	Expresión no sexista
Es imprescindible que los trabajadores cuiden su espalda	Es imprescindible cuidar la espalda
Los que paguen con antelación obtendrán un descuento del 8%	Pagando con antelación se obtiene un descuento del 8%

l) Pronombres + relativos

“El que”; “los que”; “aquellos que”; “otros que”... Para evitar frases formadas con masculino como relativo, podemos emplear los pronombres “quien”, “quienes” o “cualquiera”:

Expresión común	Expresión no sexista
El que quiera formar parte del proyecto	Quien quiera formar parte del proyecto
Los que quieran formar parte del proyecto	Quienes quieran formar parte del proyecto
Aquellos que quieran formar parte del proyecto	Cualquiera que quiera formar parte del proyecto
Algunos que no constaban en el censo elevaron una queja	Quienes no constaban en el censo elevaron una queja
Unos que no habían recibido la propuesta pidieron la copia a otros que sí la tenían	Quienes no habían recibido la propuesta pidieron la copia a quienes sí la tenían

2.3 Otras estrategias no sexistas

a) Huir del tratamiento sexista

Las expresiones sexistas y el uso de un lenguaje estereotipado son una forma de menospreciar a las mujeres. Por ello, se recomienda:

- Evitar calificativos que perpetúan roles de género y usos sexistas de la lengua. No solo al nombrar cada palabra, también al contar una historia. Por ejemplo, ¿qué verbos se están utilizando para hablar de hombres y de mujeres? ¿Qué palabras se usan para expresar lo que hacen unos y otras?
- Sortear la asimetría de los tratamientos e introducir fórmulas que rompan la brecha hacia la mentalidad sexista. Por ejemplo: “Carmen Calvo y Pablo Casado”, “Muguruza y Nadal”, “Doña Elena y Don Pablo”... La forma correcta es tratar a mujeres y hombres del mismo modo, también en el modo en el que nos referimos a unas y a otras.
- No emplear el manido “señora y señorita”: Lo correcto es dirigirse a las mujeres como “señoras”, haciendo un tratamiento igualitario entre unas y otros. Del mismo modo, al encabezar una carta o un ‘email’ dirigido a la

clientela, empresas proveedoras, etc., se abren dos opciones, o enterarse exactamente del nombre de la persona a la que va destinada, o utilizar los dos sexos (“señor/a”, “estimada/o”, “señoras/es”...). En el caso de los formularios, se debe evitar que los textos aparezcan dirigidos a un único sexo. En la documentación escrita se tiene que prever que tanto una mujer como un hombre puedan rellenar la solicitud. Para ello, se puede recurrir a formas neutras para profesiones o títulos, a las dobles fórmulas... El objetivo es evitar que las mujeres se encuentren ausentes.

Expresión común	Expresión no sexista
Don, Señor	D./Dña., Sr./Sra. o Sra/Sr; Doña/D
El firmante	El/la firmante o la/el firmante Firmado:
Domiciliado en	Con domicilio en
Nacido en	Lugar de nacimiento
Vecino de	Residente en
Licenciado en, diplomado en	Con licenciatura en, con diplomatura en
Número de Afiliado a la Seguridad Social	Número de Afiliación a la Seguridad Social
Destinatario:	Para:

- Adquirir formas que respeten cualquier opción personal u orientación sexual. Por ejemplo, la expresión “a la celebración están invitados los técnicos acompañados de sus mujeres” no es la más adecuada, ya que cabe deducir que las técnicas no están invitadas ni los maridos de los técnicos. Una solución podría ser “a la celebración está invitado el personal técnico y quienes le acompañen” o “a la celebración se invita al personal técnico y sus cónyuges o parejas”.

- No acudir a desequilibrios de género referentes a las nacionalidades y profesiones. Un ejemplo: “los franceses son buenos conocedores del vino, pero las mujeres francesas...”. La frase es de por sí machista pero, si se mira más allá, surge una pregunta: ¿Acaso no son mujeres las francesas? Especificar que se habla de mujeres es redundante y sexista. Además, por economía del lenguaje se aconseja escribir o decir directamente “francesas”.

b) Sustituir el “Todos/nosotros/algunos/unos” por otras expresiones

Aquellas frases que se construyen con los indefinidos cuantitativos “uno/s”, “todo/s” y “alguno/s” pueden resultar ambiguas con respecto al género. No obstante, existen algunos procedimientos para evitar la confusión:

- “Uno”, “unos”. En discursos, publicidad, artículos, manuales de uso, se suele recurrir al “uno” en su función impersonal, pero sigue siendo masculino y singular. Llevarlo a una expresión no sexista es fácil gracias a las pautas indicadas para evitar el genérico masculino o acudiendo a la palabra “persona”.

Expresión original	Recurso no sexista	Expresión no sexista
En ese momento, uno se da cuenta de que...	Lenguaje directo	En ese momento te das cuenta de que...
Cada uno es como es	Pronombre neutro	Cada cual es como es
	“persona”	Cada persona es como es
Uno no se plantea recurrir a un abogado hasta que...	Pronombre neutro	Nadie se plantea recurrir
Unos dijeron que sí, otros que no	“personas”	Algunas personas dijeron que sí y otras que no

- “Nosotros”, “vosotros” y “ellos”. Frecuentes en discursos, circulares y comunicados, las personas del verbo tienen en español una gran ventaja sobre otros idiomas: no requieren la presencia constante. Al obviar los plurales en su vertiente masculina solucionaremos algunas rémoras del lenguaje sexista sin cambiar el sentido exacto de la frase: “lo que queráis” en vez de “lo que vosotros queráis”, o “hemos estado trabajando” en lugar de “nosotros hemos estado trabajando”. Otra recomendación es cambiar el verbo de la tercera a la segunda persona del singular (“tú” o “usted”) o a la primera del plural sin mencionar el sujeto.
- “Todos”. Asimismo, en el caso de “todos” se puede sustituir por la expresión “todo el mundo” o “la totalidad”. Por ejemplo, “todos salen ganando” puede hacerse más inclusivo diciendo “todo el mundo sale ganando”. “Buenas noticias para todo el mundo” es más óptimo que “buenas noticias para todos”. Otro ejemplo puede ser “la totalidad de la Asamblea” en vez de “todos los asistentes de la Asamblea”.

c) Evitar el término “hombre” como sinónimo de persona o ser humano

Para no generar malentendidos, el uso de la palabra “hombre” debería utilizarse cuando se refiere al varón. Para otros usos, podemos recurrir a otros vocablos como “humanidad”, “ser humano”, “persona”, “gente” y, como última opción, al desdoblamiento. Para englobar a los dos sexos es preferible emplear términos genéricos, colectivos o los desdoblamientos “hombres y mujeres” o “mujeres y hombres”.

Expresión común	Expresión no sexista
El hombre comenzó a cultivar la tierra	La Humanidad comenzó a cultivar la tierra
	El ser humano comenzó a cultivar la tierra
Desde tiempos inmemoriales, el hombre se ha interesado	Desde tiempos inmemoriales, las mujeres y los hombres se han interesado

2.4 La riqueza de lenguaje para sortear problemas

Saber expresarse bien, especialmente por escrito, es una gran ventaja a la hora de eludir los obstáculos del lenguaje sexista sin que el texto pierda fluidez.

Retorcer demasiado el idioma puede derivar en una pérdida del mensaje. El lenguaje no sexista debe cumplir su función principal sin agredir ni minimizar a ninguno de los sexos. Con un buen estilo es más fácil de conseguir. A veces sortear una retahíla de palabras duplicadas es una cuestión de intentar revisar y dar una nueva vuelta al texto.

Frase sospechosa	Solución no sexista habitual	Solución no sexista más “diáfana”
Nuestros empleados están muy cualificados	Las y los empleados de nuestra organización están cualificados	La alta cualificación es uno de los signos de nuestro equipo Nuestro equipo posee una alta cualificación

La lengua es un elemento cambiante que se adapta a las nuevas realidades y, a su vez, el cambio del lenguaje crea nuevas realidades. Una lengua que no evoluciona termina por desaparecer. Por ello, la ciudadanía debe hacer un esfuerzo por adoptar un lenguaje no sexista que cambie el uso que hacemos de la lengua y, con ella, la sociedad. Tal y como apunta la lingüista Eulalia Lledó: “el lenguaje no es sexista en sí mismo, sí lo es su utilización. Si se usa correctamente, también puede contribuir a la igualdad”.

2.5 El lenguaje no sexista no es corrección política

Muchos organismos administrativos y legislativos, como la UNESCO, el Parlamento Europeo y el Parlamento Español, entre otros, han dictado resoluciones, recomendaciones, leyes, órdenes ministeriales, etc., en las que se recomienda la eliminación del lenguaje sexista. Así, en el *Informe sobre el lenguaje no sexista en el Parlamento Europeo*, del 13 de febrero de 2008, se dice que “la utilización de un lenguaje no sexista es más que un asunto de corrección

política. El lenguaje influye poderosamente en las actitudes, el comportamiento y las percepciones. El Parlamento Europeo, como institución, apoya plenamente el principio de igualdad de género y el lenguaje que utiliza debe reflejar este hecho”.

El lenguaje no sexista, por tanto, no es corrección política ya que esta significa ocultar recurriendo a eufemismos aquello que ofende (por ejemplo, “reducción de personal” en vez de decir “despido”), mientras que el lenguaje no sexista lo que pretende es visibilizar a las mujeres en el lenguaje. Su objetivo no es solo no nombrar palabras o expresiones que pueden ser discriminatorias, sino también sacar a la luz la presencia y logros de las mujeres.