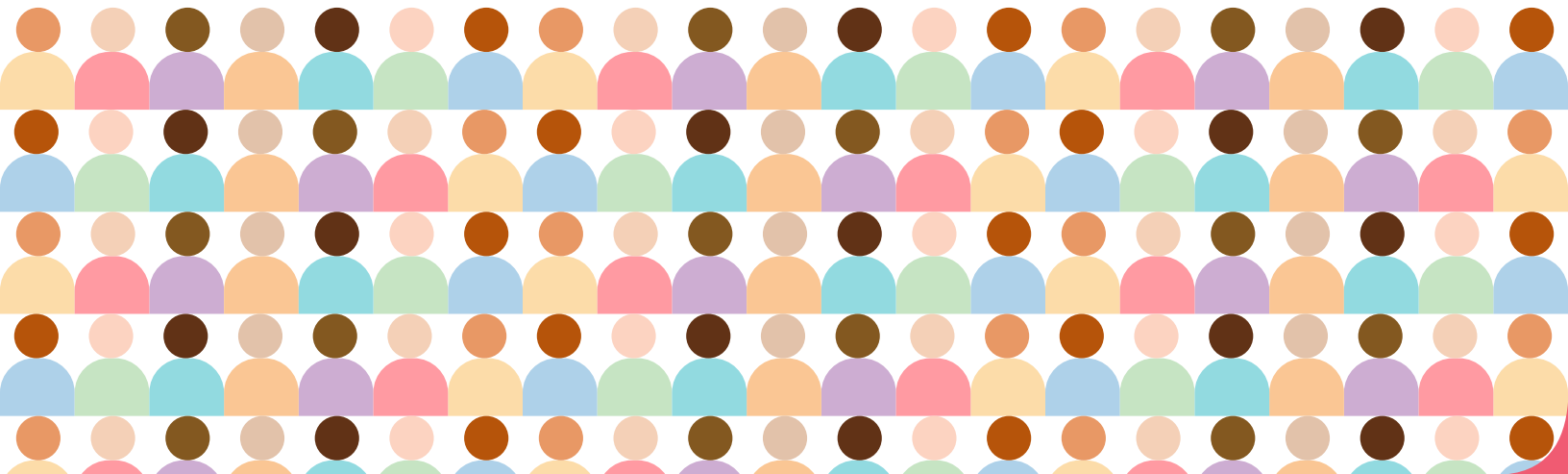
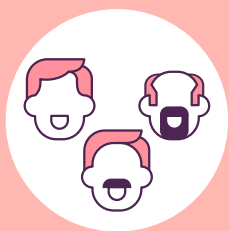


GUÍA PRÁCTICA DE
LENGUAJE
INCLUYENTE



Diversidad en el lugar de trabajo

Un lugar de trabajo diverso está lleno de personas empleadas quienes presentan características variables, incluyendo:



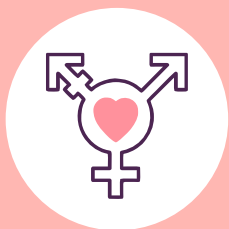
EDAD



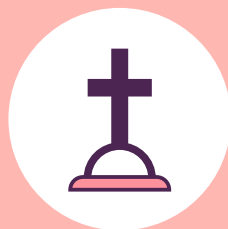
GÉNERO



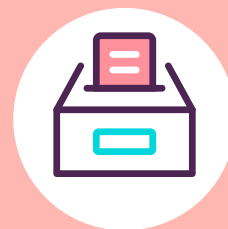
ETNICIDAD



**ORIENTACIÓN
SEXUAL**



**CREENCIAS
RELIGIOSAS**



**PREFERENCIAS
POLÍTICAS**



EDUCACIÓN



**CONDICIÓN
SOCIOECONÓMICA**



**LUGAR DE
RESIDENCIA**



ESTADOS FÍSICOS



EXPERIENCIAS DE VIDA

El lenguaje incluyente y no sexista refiere al uso de expresiones humanas que **no priorizan el género masculino por sobre otros**, que no invisibilizan, no excluyen y, evidencian las desigualdades y discriminaciones. El lenguaje incluyente y no sexista busca eliminar la subordinación y el uso de estereotipos en las variadas formas en que nos comunicamos.

Quienes somos parte de la Administración Pública debemos dar muestra de conocimiento y sensibilidad ante la realidad de exclusión y discriminación generada a partir de la forma en que nos comunicamos.



Para ello, la Secretaría de Igualdad de Género, con base en las atribuciones que le confiere la Ley Orgánica de la Administración Pública de Chiapas, ofrece esta guía breve, y práctica, para incorporar la perspectiva de género y de Derechos Humanos en el uso cotidiano del lenguaje que permita desarmar estereotipos y promueva la igualdad de género.



**LENGUAJE
INCLUYENTE,
DIVERSIDADES
SEXOGENÉRICAS
Y POBLACIONES
VULNERADAS**

El lenguaje incluyente, debe reconocer todo tipo de personas, grupos e identidades sociales emergentes.

Existen numerosas identidades culturales que son estigmatizadas y estereotipadas con usos del lenguaje, que no están armonizados con la dignidad y los derechos humanos.

Es muy importante seleccionar cuidadosamente las palabras a utilizar. Debemos nombrar a las personas de acuerdo con el sexo y género con el que se identifiquen. Si no se sabe, es mejor preguntar. Para conocer la identidad de una persona, lo mejor es preguntarle su nombre.

Diversidad identitaria y sexogenérica

Toma en cuenta lo siguiente:

EXPRESIÓN EXCLUYENTE	ALTERNATIVA INCLUYENTE
<ul style="list-style-type: none">■ Minorías de la diversidad sexual	<ul style="list-style-type: none">■ Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti, intersexual y queer■ Personas/población LGBTIQ+■ Personas de la diversidad identitaria y sexogenérica
<ul style="list-style-type: none">■ Él es Mario López y se hace llamar Gloria■ Debemos respetar el nombre que socialmente usa la persona trans	<ul style="list-style-type: none">■ Ella es Gloria, servidora pública y activista
<ul style="list-style-type: none">■ Lesbianas■ Gays■ Trans■ Bisexuales■ Queer■ Intersexuales/ Hermafroditas■ Al ser adjetivos deben usarse junto a sustantivos	<ul style="list-style-type: none">■ Mujeres lesbianas(No es un pleonasma. Se emplea como una reivindicación de género)■ Hombres gays/Hombres homosexuales/ Persona homosexual■ Mujeres trans/Hombres trans/Personas trans■ Mujeres bisexuales/Hombres bisexuales/Personas bisexuales■ Personas queer■ Personas intersexuales

Diversidad cultural y lingüística

Existen diversas poblaciones que históricamente han sido invisibilizadas, o bien nombradas de formas no correctas, por lo que enseguida te planteamos algunas sugerencias.

Es necesario un uso incluyente del lenguaje que dignifique y reconozca la autonomía, interculturalidad, autodeterminación identitaria, autoadscripción voluntaria y el autorreconocimiento étnico de las personas que viven en territorio nacional y que conforman la diversidad cultural de Chiapas y de México.

EXPRESIÓN EXCLUYENTE	ALTERNATIVA INCLUYENTE
<ul style="list-style-type: none">■ Indio-India/ Pata rajada / Sucios■ Minorías étnicas■ Dialecto indígena	<ul style="list-style-type: none">■ Personas indígenas Las y los indígenas Mujeres indígenas■ Las comunidades indígenas Los pueblos originarios Y otras forma de autonombrarse■ Lenguas indígenas/ Lenguas originarias/Lenguas maternas indígenas
<ul style="list-style-type: none">■ Persona de color/ Afro/Negro/Negra	<ul style="list-style-type: none">■ Población afrodescendiente Personas afrodescendientes Personas afromexicanas Los pueblos de origen afrodescendiente en México Personas de origen africano

Personas con discapacidad

En caso de tener la certeza de la discapacidad a la que se quiere referir, es importante usar **personas** seguida de la descripción de la discapacidad.

Es conveniente evitar el uso de diminutivos, ya que fomentan la minusvaloración o infantilización de las personas con discapacidad. De igual forma, se recomienda evitar nombrar la discapacidad asociada a una situación que se debe “corregir”, y/o “rehabilitar”.

EXPRESIÓN EXCLUYENTE

- Persona con capacidades diferentes/
- Personas con capacidades especiales/
- Minusválido/ Discapacitado/ Inválido/
- Retrasado mental/ Down

ALTERNATIVA INCLUYENTE

- Persona con discapacidad física, motriz, auditiva, visual, sensorial, intelectual, psicosocial
- Persona con paraplejia, hemiplejia, tetraplejia
- Persona usuaria de silla de ruedas
- Persona de talla baja
- Mujeres con discapacidad
- Y otras forma de autonombrarse

Es recomendable, además de un requisito a cumplir para la certificación en la Norma Mexicana NMX-R-025-SCFI-2015 en Igualdad Laboral y No Discriminación, que la comunicación institucional interna y externa sea accesible. La accesibilidad permite a las personas ejercer el derecho a la comunicación.

En el caso concreto de la Administración Pública, es posible echar mano de herramientas de accesibilidad comunicacional tales como:

- En medios escritos: traducción al sistema Braille, macrotipo; y versiones de audio de la información.
- En medios audiovisuales: el subtulado oculto, la audiodescripción, el español sencillo; y la lengua de señas.

De igual forma, se sugiere que la página web oficial de cada dependencia adopte el uso de un menú de accesibilidad.

Personas con VIH

El lenguaje incluyente también abona a la no discriminación de personas que viven con VIH. Elegir cuidadosamente la forma en que nos expresamos ayudará a eliminar paulatinamente prácticas comunicacionales discriminatorias que son producto de las condiciones sociales de desigualdad y del desconocimiento o la falta de sensibilidad personal ante el tema.

EXPRESIÓN EXCLUYENTE

- Enfermos de VIH
- Sidoso, sidoso

ALTERNATIVA INCLUYENTE

- Personas con VIH
- Personas viviendo con VIH

Personas migrantes

Para evitar la exclusión en el significado que damos a la palabra migrante es conveniente decir personas migrantes; de esa forma, no destacamos su situación y acentuamos el derecho a que sean tratadas con dignidad, sin discriminación y con el debido respeto a sus derechos.

EXPRESIÓN EXCLUYENTE

- Ilegales/ Infractores/ Mojados/Braceros

ALTERNATIVA INCLUYENTE

- Personas migrantes
- Mujeres migrantes
- Hombres migrantes
- Niñas/niños migrantes

Personas de diversidad religiosa

Resulta importante evitar la reproducción de estereotipos al referirse a las personas que profesan o no una religión.

EXPRESIÓN EXCLUYENTE

- Sectas religiosas

ALTERNATIVA INCLUYENTE

- Grupos religiosos
- Iglesias y comunidades religiosas
- Personas de la diversidad religiosa

Personas adultas mayores

El edadismo hace alusión a estereotipos, prejuicios y conductas que vulneran los derechos humanos de las personas adultas mayores y las sitúa en riesgo de exclusión. Al comunicarnos, es conveniente emplear un lenguaje que dignifique la vejez y la aleje de connotaciones negativas y asistencialistas.

EXPRESIÓN EXCLUYENTE

- Abuelos/Abuelas
- Viejo/Vieja/Anciana/Anciano
- Asilo de ancianos
- Personas de la tercera edad

ALTERNATIVA INCLUYENTE

- Personas adultas mayores
 - Adulta/Adulto mayor
 - Residencia para personas adultas mayores/ Establecimiento de larga estadía/Centros de día para personas adultas mayores
- Su uso es una generalización que invisibiliza a las personas de la cuarta edad (80 años o más). La tercera edad refiere a las personas adultas mayores que tienen entre 60 y 79 años

Personas trabajadoras del hogar

Ante la situación de discriminación y violación histórica de sus derechos humanos, las trabajadoras del hogar han iniciado luchas por el reconocimiento de sus derechos laborales. Fue así como en 2011 lograron la creación del Convenio 189 y la Recomendación 201 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT). Parte importante de la visibilización y dignificación de las trabajadoras del hogar parte de la forma en que las pensamos y nombramos.

EXPRESIÓN EXCLUYENTE

- Sirvienta/Sirviente
- Doméstica/ Doméstico
- Muchacha/ Muchacho
- Criada/ Criado
- Chacha/ Chacho

ALTERNATIVA INCLUYENTE

- Trabajadora del hogar
- Trabajador del hogar



LENGUAJE NO SEXISTA

El lenguaje es sexista cuando no se menciona, ni se visibilizan a las mujeres al utilizarse el sustantivo “masculino” como criterio universal para referirse tanto a mujeres como hombres por igual.

Uso del genérico universal

Una práctica frecuente del sexismo es generalizar en masculino, con lo que se incurre en el error de invisibilizar a las mujeres y a la población LGBT+. Existen diferentes opciones para evitar este uso:

a) Nombres colectivos

EXPRESIÓN SEXISTA	ALTERNATIVA NO SEXISTA
Los especialistas	El personal especializado
Los chiapanecos	La población chiapaneca
Los trabajadores	El personal, la plantilla
Los ciudadanos	La ciudadanía

b) Utilización de abstractos

EXPRESIÓN SEXISTA	ALTERNATIVA NO SEXISTA
Los coordinadores	La coordinación
Los directores	La dirección
Los integrantes exigieron a los jueces	Las personas integrantes exigieron a la judicatura
Es responsabilidad de cada jefe de departamento	Es responsabilidad de las jefaturas de departamento
Se van a reunir todos los directores	Se van a reunir titulares de las direcciones

Uso de los dos géneros gramaticales: dobles formas

No es una repetición nombrar en masculino y femenino cuando se representa a grupos mixtos. Son realidades diferentes y como tales deben ser nombradas. Tampoco es válida la objeción que remite a la economía del lenguaje pues lo que buscamos es visibilizar nombrando. **Debemos cuidar la alternancia (en unas ocasiones femenino/ masculino y en otras masculino / femenino) para no jerarquizar.**

EXPRESIÓN SEXISTA

Hombres que trabajan en la defensa de los derechos del personal

Los investigadores han avanzado en la cura...

Los niños tienen derechos

ALTERNATIVA NO SEXISTA

Mujeres y hombres que trabajan en la defensa de los derecho del personal

Las investigadoras y los investigadores han avanzado en la cura...

Las niñas y los niños tienen derechos

Uso de artículos o pronombres

a)

Los artículos se pueden utilizar para enunciar la diferenciación de género sin repetir el sustantivo. Es recomendable alternar el orden de los artículos y cuidar la concordancia entre el último artículo con el sustantivo:

EXPRESIÓN SEXISTA

Los enfermeros realizan una importante labor para la sociedad. Ellos son pieza clave de las estrategias preventivas de salud

Los periodistas se dedican a buscar información...

Los padres de los estudiantes

ALTERNATIVA NO SEXISTA

Los y las enfermeras realizan una importante labor para la sociedad. Ellas y ellos son pieza clave de las estrategias preventivas de salud

Las y los periodistas se dedican a buscar información...

-Las madres y padres de estudiantes mujeres, hombres y LGBT+
-Los padres y madres del estudiantado

Pronombres



Evitar el uso de él, los, aquel, aquellos, seguidos del relativo que (con sentido general). Puede sustituirse por pronombres relativos: quien, quienes, las personas que.

EXPRESIÓN SEXISTA	ALTERNATIVA NO SEXISTA
El que suscribe	Quien suscribe
Los solicitantes	Quienes solicitan
Aquellos que resulten responsables	Las personas quienes resulten responsables

Sustituir uno por alguien, cualquiera, la persona, una persona, el ser humano

EXPRESIÓN SEXISTA	ALTERNATIVA NO SEXISTA
Uno de cada tres contribuyentes ha realizado el pago en tiempo y forma	Una de cada tres personas contribuyentes ha realizado el pago en tiempo y forma
Cuando uno cumple con su trabajo se debe sentir satisfecho	Cuando la persona cumple con su trabajo se debe sentir satisfecha

Se puede cambiar el verbo de la tercera a la segunda persona singular (tu/usted) o la primera del plural sin mencionar el sujeto; o bien, recurrir a formas impersonales, empleando el verbo en voz pasiva refleja, es decir, con el verbo conjugado en tercera persona precedido por la palabra se, como se muestra en el segundo ejemplo.

EXPRESIÓN SEXISTA

El estudiante sentirá gran interés al poder explorar el contenido del documento

Los aspirantes a ser parte del programa PAIMEF deberán enviar su currículum al siguiente correo electrónico

ALTERNATIVA NO SEXISTA

Sentirás/ sentirá usted/ sentiremos gran interés al poder explorar el contenido del documento

Le solicitamos a quienes aspiren a ser parte del programa PAIMEF a que envíe su currículum al siguiente correo electrónico...

Se solicita que envíe su currículum al siguiente correo electrónico...

Nombrar correctamente a las mujeres y a los hombres, según su titularidad

EXPRESIÓN SEXISTA

El Primer Ministro, el Secretario y Mariana son gran ejemplo de honestidad y compromiso social

ALTERNATIVA NO SEXISTA

El Primer Ministro, el Secretario y la Embajadora son gran ejemplo de honestidad y compromiso social

Corregir el enfoque androcéntrico de nuestra expresión

EXPRESIÓN SEXISTA

En el evento para recaudación de fondos, los invitados y sus esposas...

ALTERNATIVA NO SEXISTA

En el evento para recaudación de fondos, las personas invitadas...

Utilizar términos genéricos o colectivos para sustituir palabras marcadas sexualmente

EXPRESIÓN SEXISTA

Se solicitan limpiadoras

ALTERNATIVA NO SEXISTA

Se solicita personal de limpieza

Evitar usar las formas en masculino para referirse a las personas usuarias de servicios.

EXPRESIÓN SEXISTA	ALTERNATIVA NO SEXISTA
El solicitante	Solicitante
El abajo firmante	Firma
Domiciliado en	Domicilio
Señor/señora/señorita	Nombre y apellidos



SOBRE EL USO DE LA “@” Y LOS DOBLETES

- ▶ **La @ no es un signo lingüístico.** Soluciona aparentemente el problema en el lenguaje escrito, pero no en la expresión oral.
- ▶ **Los dobles del tipo o/a, o(a), o-a, pueden emplearse para textos breves o con apariciones espaciadas.** Sin embargo, al igual que la “@”, son poco recomendables pues el texto resultante es poco legible.



ACERCA DEL USO DE LA “X” Y LA “E”

TODXS

El uso de la X fue denominado una desobediencia lingüística en la medida en que rompe con la norma gramatical. Su objetivo es la inclusión de las diversidades identitarias y sexogenérica que rebasan el binarismo establecido lingüísticamente con el uso de la “a” y la “o”.

TODES

Por otra parte, el uso de la “e” persigue el mismo fin que el uso de la “x”: rebasar el binario “a/o” para lograr un lenguaje incluyente. Aunque la “e” tiene la ventaja de permitirnos transitar con mayor facilidad el camino de lo escrito a la oralidad.

TODAS, TODOS, TODES

Sin embargo, el uso exclusivo de la “x” o la “e” en reemplazo de la “a” y “o” no es aconsejable debido a que elimina el uso de la “a”, que visibiliza a las mujeres y es resultado de la lucha por la inclusión y no discriminación en el lenguaje.

Por otra parte, el uso de los binarios “a/o” en construcciones como “las estudiantes y los estudiantes” excluye e invisibiliza a las diversidades identitarias y sexogenéricas.

Cabe mencionar que cada país, y poblaciones que lo integran, presentan procesos y ritmos diferentes en cuanto a la progresiva transformación, aceptación y práctica del lenguaje incluyente.

Gran parte de los países de América Latina que hacen esfuerzos por hacer uso del lenguaje incluyente se apegan a la norma gramatical de carácter binario. Sin embargo, existen poblaciones que muestran aceptación hacia un lenguaje inclusivo no binario, que visibilice a las mujeres y a la población LGBTIQ+.



USO DE SUSTANTIVOS



COMO SE USA

El hombre
Los ciudadanos
Los alumnos
Los usuarios
El denunciante
Los integrantes
Los electores
Los pobladores
El niño
Adulto
El solicitante



COMO DEBE USARSE

La mujer y el hombre / Las personas
Ciudadanas y ciudadanos / La ciudadanía
Alumnas y alumnos / El alumnado
Las usuarias y los usuarios
La y el denunciante
Las y los integrantes
El electorado
Las poblaciones
La infancia / La niñez
Persona adulta
La persona solicitante



PROFESIONES, CARGOS Y OFICIOS **(Visibilizar, ante todo)**

Secretaria / Secretario / Titulares de Secretarías
Jefa / Jefe / Jefaturas
Directora / Director / Direcciones
Alcaldesa / Alcalde / Alcaldía
Gerenta / Gerente / Gerencia
Presidenta / Presidente / titular de la presidencia
Jueza / Juez / Judicatura / Juzgado
Gobernadora / Gobernador, Gobierno / Gubernatura
Asesora /Asesor / Persona asesora
Científica / Científico / Personal científico
La cineasta /El cineasta / Cineastas
La pediatra / El pediatra
La policía / El policía / Personal policiaco
La capturista / El capturista / Personal de captura de datos
La cónsul / El cónsul / Consulado
Arquitecta / Arquitecto / Persona arquitecta
Candidata / Candidato / Persona candidata
Consultora / Consultor / Consultoría
Contadora / Contador / Personal de contaduría
Coordinadora / Coordinador / Personal coordinador
Delegada / Delegado / Persona delegada
Diseñadora / Diseñador / Personal de diseño
Ingeniera / Ingeniero / Personal de ingeniería
Cajera / Cajero / Personal de caja
Doctora / Doctor / Personal de sanidad
Enfermera /Enfermero/ Personal de enfermería
Abogada / Abogado /Personal de atención legal y/o jurídica
Cirujana / Cirujano / Personal de cirugía
Secretaria/Secretario/ Personal secretarial
Maestra/Maestro/ Personal docente
Profesora/Profesor/Profesorado



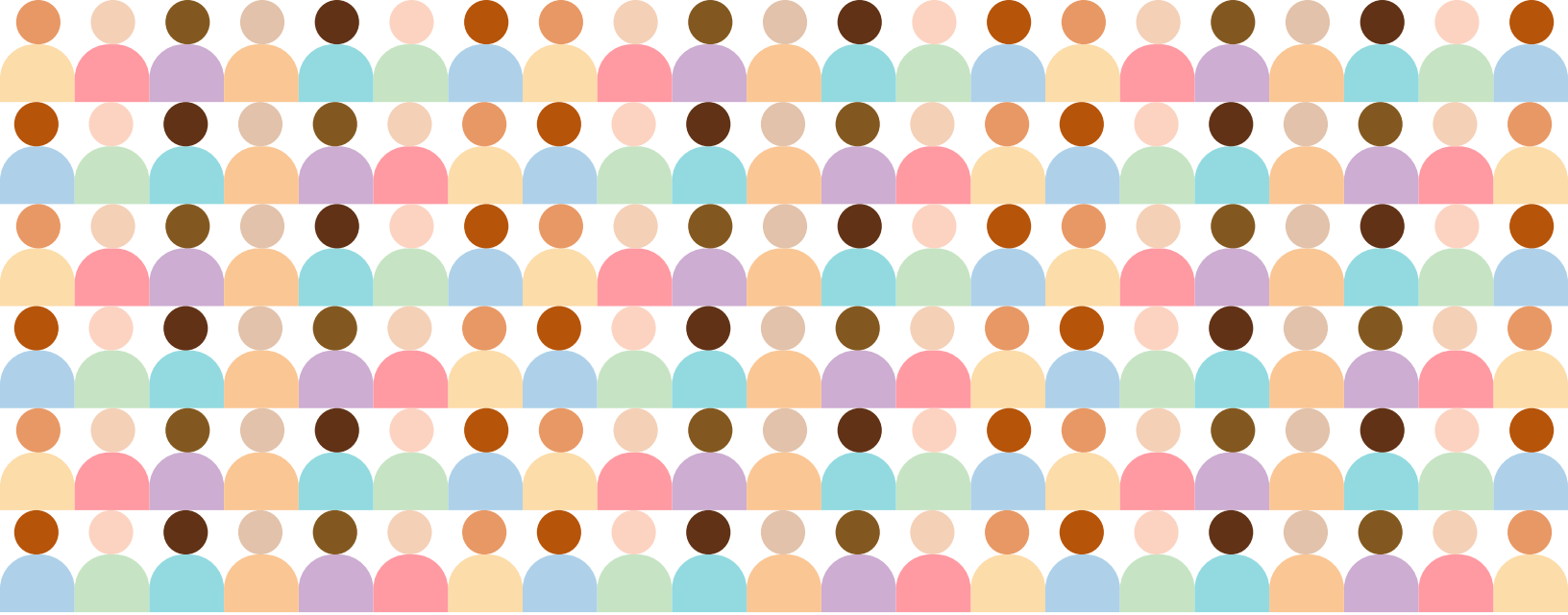
**RECOMENDACIONES
PARA PRACTICAR
UN LENGUAJE
INCLUYENTE Y NO
SEXISTA**

- ▶ Visibilizar y no excluir.
- ▶ Recordar que todos los Derechos Humanos son para todas, todos y todes.
- ▶ Las mujeres deben ser visibles en el lenguaje, deben ser nombradas. La economía del lenguaje debe ser omitida cuando implica la exclusión en su uso. Lo que no se nombra no existe.
- ▶ Procurar utilizar el femenino plural "mujeres" (con o sin adjetivos) o individualizar ("cada mujer", "una mujer", etc.). No emplear "La mujer".
- ▶ Buscar favorecer la representación de las mujeres, los hombres y la población LGBT+ en el lenguaje en relaciones de igualdad y colaboración.
- ▶ Tener en cuenta que la mayoría de las lenguas cuentan con los recursos suficientes para evitar el androcentrismo.
- ▶ No existe regla gramatical alguna para el uso de la forma gramatical masculina delante de la femenina. Alternar los desdoblamientos para evitará consolidar la jerarquía del género masculino.
- ▶ Evitar estereotipar a las mujeres como objetos sexuales.
- ▶ Evitar el uso de refranes, canciones, chistes y conceptos sexistas.



INFORMACIÓN ADICIONAL EN:

- ✓ **Alario, Carmen y otras.** Nombra en femenino y en masculino: La representación del femenino y el masculino en el lenguaje. España, 1995,
- ✓ **Conapred,** 10 criterios básicos para eliminar el lenguaje sexista en la administración pública federal. México, Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, 2007.
- ✓ **Conapred,** Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje. México, Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, 2015.
- ✓ **Inmujeres,** Manual de comunicación no sexista. Hacia un lenguaje incluyente. México, Instituto Nacional de las Mujeres, 2015.
- ✓ **Promsex,** Guía sobre temática LGBTI para periodistas y medios de comunicación. Lima, Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos, 2018.



CHIAPAS
GOBIERNO DEL ESTADO

[WWW.seigen.chiapas.gob.mx](http://www.seigen.chiapas.gob.mx)

 Torre Chiapas Anexo 1B Nivel 1, Tuxtla Gutiérrez, Chis.

 01 (961) 264.06.47  @SEIGENCHIS  @SEIGEN_CHIS

