Guías Básicas

Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje







SEGOB
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN

CONSEJO NACIONAL PARA PREVENIR LA DISCRIMINACIÓN

CONAVIM
COMISIÓN NACIONAL PARA PREVENIR Y ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

INMUJERES
INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje

Guías Básicas GB

SEGOB
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN

CONSEJO NACIONAL PARA PREVENIR LA DISCRIMINACIÓN

CONAVIM
COMISIÓN NACIONAL PARA PREVENIR Y ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

INMUJERES
INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Autoras del apartado "Lenguaje no sexista": Yamileth Ugalde y Blanca Bellón.
Autora del apartado "Lenguaje incluyente": Georgina Diédhiou Bello.

Revisión de contenidos: Aurora Morales Delgadillo, Gabriela Lara Torres y Joaquín Iván Torres Acosta.

Coordinación editorial: Carlos Sánchez Gutiérrez.
Cuidado de la edición: Armando Rodríguez Briseño, Carlos Sánchez Gutiérrez y Carlos Martínez Gordillo.
Diseño y formación: Génesis Ruiz Cota y Rocío Preciado Quintana.

Primera edición: octubre de 2015.

© 2015. Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación.
Dante 14, col. Anzures,
del. Miguel Hidalgo,
11590, México, D. F.
www.conapred.org.mx

ISBN: 978-607-8418-16-9 (Guías Básicas)
ISBN: 978-607-8418-18-3 (Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje)

Se permite la reproducción total o parcial del material incluido en esta obra, previa autorización por escrito de la institución.

Ejemplar gratuito. Prohibida su venta.
Impreso en México. *Printed in Mexico.*

Índice

Presentación 5
Introducción 7
Lenguaje no sexista 11
Uso del genérico universal 13
Uso de abstractos 15
Uso de artículos y pronombres 16
Uso de diagonales y paréntesis en los vocativos 19
Uso de títulos académicos, académicos y ocupaciones 20
Uso de las formas de cortesía 22
Uso de la arroba 23
Significados sexistas 24
Uso de imágenes no sexistas 26
Lenguaje incluyente 29
Uso de la palabra "persona" 31
Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti e intersexual 32
Personas con discapacidad 34
Personas afrodescendientes 35
Personas indígenas 36

Personas adultas mayores 37
Personas con VIH 37
Personas migrantes 38
Personas de la diversidad religiosa 38
Personas trabajadoras del hogar 39
Glosario 41
Normatividad básica sobre el uso incluyente y no sexista del lenguaje 53
Bibliografía 57

Presentación

El Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred), el Instituto Nacional de las Mujeres (Inmujeres) y la Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres (Conavim) unen sus esfuerzos en la publicación de *Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje,* que constituye una herramienta para promover la igualdad sustantiva y el desarrollo de una cultura basada en el respeto a la diversidad humana y el derecho a la no discriminación.

La transformación del lenguaje ha sido una meta de distintos programas de acción global impulsados por el sistema de Naciones Unidas. Su importancia se expresa en diversos instrumentos internacionales en materia de derechos, como la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer y la Plataforma de Acción de Beijing, los cuales establecen, entre otros aspectos, la necesidad de transformar los estereotipos de género, los usos y las prácticas culturales que discriminan a las mujeres y que representan obstáculos para el ejercicio de los derechos humanos.

Asimismo, el Programa Nacional para la Igualdad de Oportunidades y No Discriminación contra las Mujeres 2013-2018, el Programa Nacional para Prevenir la Discriminación 2014-2018 y el Programa Integral para Prevenir, Atender, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres 2014-2018, incluyen líneas de acción que buscan la transformación de la cultura como una condición indispensable para que la igualdad sustantiva sea una realidad vigente y cotidiana en la vida de las y los mexicanos.

Con esta publicación, el Conapred, el Inmujeres y la Conavim ponen a disposición de las personas servidoras públicas y del público en general un compendio de herramientas gramaticales y semánticas que dan opciones para prescindir de expresiones sexistas y excluyentes en el habla oral y escrita, como una forma consciente de contribuir al desarrollo de una sociedad de derechos para todas las personas.

Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje tiene como antecedente la segunda edición de *10 recomendaciones para el uso no sexista del lenguaje,* elaborado por el Conapred y el Inmujeres con la colaboración de Aurora Morales, Yamileth Ugalde, María de la Paz Valenzuela y Celia Barreto. El presente volumen incorpora una serie de modificaciones que, a nuestro juicio, constituyen un avance respecto de la publicación de origen: se amplían las recomendaciones para evitar la generalización en masculino, que es una estrategia recurrente de la dominación masculina, así como para mejorar el uso de los pronombres y artículos; se enriquecen las recomendaciones para captar el sexismo y la exclusión de los significados sociales moldeados y expresados por el lenguaje, y se adiciona un nuevo apartado sobre lenguaje incluyente que visibiliza y nombra de manera digna a grupos históricamente discriminados, tales como las personas con discapacidad, personas indígenas y afrodescendientes, personas adultas mayores y personas trabajadoras del hogar, entre otras. Esta modificación es relevante, ya que existen pocos documentos que tratan este tema de forma expresa.

Esperamos que esta guía sea de utilidad para promover la utilización de un lenguaje incluyente y no sexista como un asunto de derechos humanos que contribuya a la construcción de la igualdad sustantiva y la no discriminación de todos los grupos sociales.

Consejo Nacional para Prevenir la Discriminacion ***Instituto Nacional de las Mujeres***

Comision Nacional para Prevenir y Erradicar
la Violencia Contra las Mujeres

Introducción

En su sentido más llano, los lenguajes se definen como sistemas de comunicación que se componen de códigos, símbolos y signos que cobran significado en el contexto de las comunidades que los utilizan. Las complejas facultades de representación y comunicación que intervienen en el lenguaje son distintivas de los seres humanos y son una de las claves del desarrollo de nuestra especie. A través de la palabra, oral y escrita, las sociedades transmiten ideas, sentimientos, modos de pensar y esquemas de percepción y valoración, para consolidar las relaciones entre lengua, pensamiento y cultura.

En la lengua española, la distinción entre lo femenino y masculino, por defecto, no es indicativa de sexismo ni de discriminación, ya que en ocasiones resulta necesario nombrar separadamente a las mujeres de los hombres. El sexismo se produce cuando estas distinciones se tornan jerárquicas y excluyentes, valorando a una de las partes sobre la otra por su sexo.

El problema se ubica en las sociedades y culturas cuando a la representación y significación de lo masculino se le asigna un valor superior y universal que invisibiliza y descalifica lo femenino. En dichos casos, los sistemas lingüísticos presentan una marcada óptica masculina, que se ha denominado *androcentrismo*. Esta palabra se deriva del griego *andros* (hombre) e implica la prevalencia de la mirada masculina, centrada en la consideración de que el hombre es el modelo, la medida y la representación de la humanidad. Tal visión proviene de una falsa idea según la cual se justifica la desigualdad de género como resultado de las diferencias biológicas y las funciones re-

productivas de hombres y mujeres; visión que ha sido construida a través de la lengua mediante explicaciones que reflejan el peso de dichas creencias, cuya influencia se manifiesta, a su vez, en la mentalidad y la manera de sentir y actuar de las personas.

El androcentrismo ha consolidado una visión que segmenta la participación de las mujeres y los hombres según los roles que deben cumplir en diversos ámbitos de la vida pública y privada. Así, se asocia indefectiblemente a las mujeres con la maternidad, la vida íntima de las familias y el mundo de las emociones, mientras que los hombres se conciben como proveedores, racionales y arquitectos del orden social y la vida pública.

La visión androcéntrica también impone un tipo de masculinidad que anula el reconocimiento de la diversidad entre los propios hombres. El modelo masculino que aparece como representación de la humanidad reúne un conjunto de atributos prototípicos de cierta condición social, preferencias sexuales, credo religioso y apariencia física. Así, la representación de la figura masculina se distingue por ser joven, jefe de familia, profesional, sin discapacidades, blanco y heterosexual. De ahí que todas aquellas personas que no cumplen con dichos atributos son invisibilizadas o estigmatizadas con expresiones lingüísticas o imágenes que refuerzan la vigencia de estereotipos sexistas y discriminatorios.

En suma, el sexismo y la exclusión en el lenguaje son expresiones de convenciones sociales construidas en torno a las experiencias, mensajes y discursos que se gestan en una sociedad y estigmatizan las formas de ser y actuar de mujeres y hombres, desconociendo el carácter social e histórico de las identidades. Tales concepciones son recreadas en la comunicación cotidiana, generalmente sin tener conciencia de ello, por lo que circulan como expresiones del sentido común. Por ello, es necesario cobrar conciencia de los usos sexistas y excluyentes del lenguaje y promover formas alternativas de expresión y comunicación.

En esta tesitura, eliminar el sexismo en el lenguaje persigue dos objetivos: visibilizar a las mujeres para equilibrar las asimetrías de género y valorar la diversidad que compone nuestra

sociedad. El primero implica evitar expresiones sexistas que denotan desprecio, subordinación o ridiculización de las mujeres y reafirmar su construcción como personas activas, independientes, conscientes de sus deberes y derechos en las esferas públicas y privadas. El segundo corresponde a la función modeladora del lenguaje, que incide en los esquemas de percepción de la realidad y contribuye a forjar una sociedad que reconozca e integre la diversidad y la igualdad de trato.

En este texto se propone una serie de recomendaciones de utilidad práctica para transformar, de manera deliberada y consciente, los usos sexistas y discriminatorios del lenguaje e introducir en la sociedad formas de comunicación incluyente, afines con las nuevas y diversas realidades de las mujeres y los hombres del siglo XXI. Por último, es importante tomar en cuenta que la aplicación de las alternativas no sexistas e incluyentes que se proponen en este documento deben estudiarse, en cada caso, de acuerdo con el contexto y no utilizarlas de manera automática.

Lenguaje no sexista

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 o las cualidades femeninas. Un buen número de sustantivos en español se utilizan con el género gramatical masculino para referirse a la totalidad de las personas presentes en una determinada situación. Existen diferentes opciones para evitar este uso:

a) Utilizar sustantivos colectivos no sexuados.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
El hombre ha creado sistemas…	La humanidad ha creado sistemas…
Los derechos del hombre	Los derechos humanos
Los ciudadanos	La ciudadanía
Los mexicanos	La población mexicana
Los campesinos	Las personas que trabajan en el campo
Los niños de México	La niñez de México

Es importante tomar en cuenta que, en ciertos contextos, hay que emplear con cuidado algunas palabras colectivas, como *niñez,* ya que restan importancia a la distinción de ambos sexos. Es mejor usar *niñas y niños* cuando se quiera visibilizar a ambos sexos en situaciones concretas o mencionarlos en leyes y documentos legales, por ejemplo, como aparecen en el nombre de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes en México.

b) Recurrir a la doble forma femenino-masculino cuando se considere conveniente.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Hombres que trabajan en el cultivo de la tierra	Hombres y mujeres que trabajan en el cultivo de la tierra
Los investigadores han avanzado en la cura…	Las investigadoras y los investigadores han avanzado en la cura…
Los niños tienen derechos	Las niñas y los niños tienen derechos

c) Cuando se utilicen sustantivos con forma única, hay que tener en cuenta lo siguiente:[1]

Sustantivos	Ejemplos
Los ***sustantivos comunes en cuanto al género*** tienen una sola forma para referirse al género femenino y al masculino, por lo que la distinción se realizará con el artículo que se les anteponga.	la/el pianista el/la policía la/el joven el/la pediatra la/el chef
Los ***sustantivos epicenos*** tienen una forma única a la que corresponde un solo género gramatical. En este caso, el uso del artículo no varía, pero su empleo, en algunos casos, feminiza el contenido.	la víctima la persona la comunidad la hormiga el personaje el vecindario el pueblo el sujeto

[1] Real Academia Española, *Diccionario panhispánico de dudas.* <http://lema.rae.es/dpd/?key=genero>. [Consulta: 5 de mayo, 2015.]

(Continúa tabla)

Sustantivos	Ejemplos
Los ***sustantivos ambiguos en cuanto al género*** admiten su uso en uno u otro género, sin que ello implique cambios de significado.	el/la mar la/el radio el/la lente la sartén/el sartén el maratón/la maratón

Uso de abstractos

Otra práctica frecuente del uso sexista del lenguaje es hacer referencia a los cargos o puestos como si todas las personas que los ocupan fueran hombres, invisibilizando a las mujeres. Para corregir esto, se recomienda utilizar abstracciones que eviten nombrar al sujeto de la acción:

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Enviar los documentos a los coordinadores…	Enviar los documentos a las coordinaciones…
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 los y las titulares de las direcciones…

Si no se conoce el sexo de la persona a quien se hace referencia, evite el uso de los pronombres masculinos y utilice las palabras *quien* o *quienes:*

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Será el juez el que lo determine…	Quien juzgue lo determinará…
El supervisor emitirá su opinión…	Quien supervise emitirá su opinión…
Tras la planeación, los administradores iniciarán el proceso…	Tras la planeación, quienes administren iniciarán el proceso…

Uso de artículos y pronombres

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	Alternativa no sexista
Los enfermeros realizan una importante labor para la sociedad. Ellos son pieza clave de las estrategias preventivas de salud.	Los y las enfermeras realizan una importante labor para la sociedad. Ellas y ellos son piezas claves de las estrategias preventivas de salud.
Los periodistas se dedican a buscar información…	Las y los periodistas se dedican a buscar información…

Cuando se considere necesario, y no implique repeticiones excesivas en la redacción, también se puede recurrir a la repetición del sustantivo, por ejemplo: *los enfermeros y las enfermeras, las maestras y los maestros, las meseras y los meseros.*

En relación con el uso de pronombres, deben considerarse las siguientes propuestas:

a) Sustituir el genérico universal por pronombres posesivos tales como: *nos, nuestro, nuestra, nuestros, su, sus.*

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Es bueno para el bienestar del hombre...	Es bueno para el bienestar de la humanidad... Es bueno para el bienestar de nuestra humanidad… Es bueno para nuestro bienestar...
El hombre debe cuidar el medio ambiente.	Debemos cuidar nuestro medio ambiente.
Esta autopista cuenta con un seguro de accidentes al servicio de los usuarios.	Esta autopista cuenta con un seguro de accidentes a su servicio.

b) De igual forma, podemos usar los pronombres relativos *quien* y *quienes,* como se muestra a continuación:

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Los que participen en este proyecto…	Quienes participen en este proyecto…
Los que no asistan…	Quienes no asistan…
Los que tengan boleto podrán pasar.	Quienes tengan boleto podrán pasar.

(Continúa tabla)

Expresión sexista	Alternativa no sexista
El que suscribe…	Quien suscribe…

c) Y, finalmente, podemos usar los pronombres indefinidos *alguien, cualquiera y nadie.*

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Cuando uno hace un viaje…	Cuando alguien hace un viaje…
Ninguno de los chicos del grupo comparte mis ideas.	Nadie del grupo comparte mis ideas.
Los asistentes podrán participar en la rifa.	Cualquiera de los y las asistentes podrá participar en la rifa.

Una alternativa para evitar las generalizaciones en masculino es utilizar la tercera persona del singular (véase el primer ejemplo del cuadro siguiente), 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	Alternativa no sexista
Los participantes deberán enviar su currículum al siguiente correo electrónico…	Le solicitamos que envíe su currículum al siguiente correo electrónico… Se solicita que envíe su currículum al siguiente correo electrónico…

Uso de diagonales y paréntesis en los vocativos

El uso de las diagonales o los paréntesis en los vocativos[2] queda limitado a los formularios de carácter abierto, y no han de utilizarse en otros tipos de redacciones, en los cuales se debe favorecer siempre el uso de palabras incluyentes o el desdoblamiento en femenino y masculino, con el objetivo de fortalecer la visibilización de las mujeres.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Se ofrece trabajo a ingeniero/a.	Se ofrece trabajo a profesional de la ingeniería. Se ofrece trabajo a ingenieras o ingenieros.

[2] Sustantivo o adjetivo con el que se llama o nombra a alguien.

Uso de títulos académicos, cargos y ocupaciones

Un error generalizado es mencionar los títulos académicos, cargos y ocupaciones en masculino, con lo que se continúa invisibilizando a las mujeres que los ejercen.[3] Evite el uso del masculino cuando las profesiones y cargos se refieran a las mujeres, por jemeplo, la Real Academia Española acepta la utilización de la palabra *presidenta*, que se utiliza coloquialmente en algunos sectores.[4]

Expresión sexista	Alternativa no sexista
La médico Teresa Peralta…	La médica Teresa Peralta…
Teresa Peralta, asesor del presidente…	Teresa Peralta, asesora del presidente…
El presidente Ángela…	La presidenta Ángela…

También hay que evitar el uso exclusivo del género gramatical femenino para las profesiones tradicionalmente asociadas con las mujeres. Una opción es anteponer la palabra *personal* al sustantivo:

[3] Se recomienda revisar la obra de Eulàlia Lledó Cunill, *Las profesiones de la A a la Z. En femenino y en masculino*. Madrid, Instituto de la Mujer-Ministerio del Trabajo y Asuntos Sociales, 2006. (Lenguaje, 4)

[4] *Presidenta* se incorporó al diccionario de la Real Academia Española en 1803, reconociéndolo como un sustantivo común, diferenciándolo del adjetivo *presidente* y definiéndolo como mujer del presidente, mujer que preside, jefa de Estado y cabeza de un gobierno, consejo, tribunal, junta, sociedad, etc. *Vid. Diccionario de la Real Academia Española.* <http://lema.rae.es/drae/srv/search?key=presidenta>. [Consulta: 5 de mayo, 2015.]

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Las secretarias…	El personal secretarial…
Las enfermeras…	El personal de enfermería…
Las maestras….	El personal docente…

La feminización de las palabras está determinada por los cambios en la realidad social y en el consenso de la comunidad de hablantes; para promoverlo, evite el uso exclusivo del masculino para nombres que tienen su correspondiente género femenino y use los artículos y concordancias correspondientes:

Expresión sexista	Alternativa no sexista
La senador Mayra Hernández	La senadora Mayra Hernández
La juez Mayra Hernández	La jueza Mayra Hernández
La jefe de sección Mayra Hernández	La jefa de sección Mayra Hernández
El ingeniero Mayra Hernández	La ingeniera Mayra Hernández
La arquitecto Mayra Hernández	La arquitecta Mayra Hernández

Uso de las formas de cortesía

Hay un sexismo oculto en las formas de cortesía, ya que regularmente se emplea *señorita* y *señora* para referirse a la mujer soltera y casada, respectivamente; no obstante, para el hombre se ha utilizado *señor,* con independencia de su estado civil. En nuestro lenguaje, los hombres disponen de personalidad y respeto por sí mismos, mientras que las mujeres lo adquieren por su relación con ellos, es decir, depende de si están casadas o tienen algún otro parentesco. Asimismo, el término *señora* suele utilizarse para denotar una relación de subordinación y propiedad vinculada con el esposo, empleando el antenombre seguido del apellido del hombre, *Señora de Pérez* o *Señora Pérez,* situación inexistente en el caso de los hombres casados.

Para evitar la preservación de las desigualdades y asimetrías entre mujeres y hombres en las formas de cortesía, se sugiere utilizar el término *señora* sin distinción de edad o estado civil, a manera de un vocablo de respeto para todas las mujeres, cuando el contexto de las formas de cortesía lo permita y tal como se hace en otros países. Asimismo, al referirse a una mujer casada, no debe utilizarse el apellido de su cónyuge ni usarse la preposición *de.*

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Señora de Pérez Señora Pérez Señora Érika Gómez de Pérez	Érika Gómez Señora Gómez

Cuando se dirige una invitación a una pareja, suele emplearse *Sr. Pérez y esposa* o *Sr. y Sra. Pérez,* lo cual soslaya el hecho de que la mujer es una persona singular, independientemente de

su relación marital. En estos casos se recomienda incluir el nombre y apellido de las personas, antecedidos por las abreviaturas *Sra.* y *Sr.*, o bien, referirse simplemente al nombre de cada uno de los cónyuges, como se muestra a continuación:

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Sr. Pérez y esposa Sr. y Sra. Pérez	Sra. Gómez y Sr. Pérez Sr. Pedro Pérez y Sra. Érika Gómez Pedro Pérez y Érika Gómez

Uso de la arroba

No utilice la arroba (@) para designar de manera indistinta a hombres y mujeres; no es un signo lingüístico y, en términos de un uso incluyente del lenguaje, nuestro idioma es rico en vocablos para recrear la igualdad y equidad entre las personas. Además, ese símbolo carece de sonido y no puede sustituir a las letras para representar un fonema. En algunas ocasiones se utiliza en mensajes publicitarios, pero no se debe utilizar en redacciones y escritos comunes.

El uso de la arroba coloca a las mujeres en un papel secundario o de subordinación en una visión masculina, que las deja sin ser percibidas, representadas, distinguidas y visualizadas en documentos públicos, y anula los significados femeninos de las palabras, como sustantivos y adjetivos.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Funcionari@s…	Funcionarias y funcionarios…
Director@s…	Directores y directoras…
Maestr@s…	Las y los maestros…
Beneficiari@s...	Las personas beneficiarias…

Significados sexistas

Una de las dimensiones en las que el sexismo se cristaliza es a través de los significados que se atribuyen a ciertas palabras o expresiones cuyos sentidos, explícita o implícitamente, refuerzan concepciones androcéntricas y excluyentes, ya que ocultan o menosprecian la presencia de lo femenino, o bien, refuerzan roles y estereotipos de género. Para evitar el sexismo y la exclusión en los significados que damos a las palabras o ideas que transmitimos es conveniente:

a) Estar alerta para evitar el uso sexista de palabras con un doble significado de género, como en los ejemplos que se presentan a continuación:

Mujeres	Hombres
Aventurera: prostituta	*Aventurero:* osado, valiente, arriesgado
Mujerzuela: prostituta	*Hombrezuelo:* hombrecillo
Mujer pública: prostituta	*Hombre público:* el que interviene en los negocios o la política
Soltera: anda buscando, quedada	*Soltero:* codiciado

b) Evitar reproducir la misoginia arraigada en la cultura cuando se hace referencia a ciertos comportamientos atribuidos a las mujeres:

- El último en llegar es vieja
- Mujer al volante, peligro constante…

En este aspecto, es muy importante evitar el uso de refranes y dichos claramente excluyentes y sexistas:

- Calladita te ves más bonita.
- Mujer sin varón, ojal sin botón.
- Al hombre de más saber, la mujer lo echa a perder.
- La cobija y la mujer suavecitas han de ser.
- La mujer, cuando piensa sola, mal piensa.

c) Evitar el uso de estereotipos cuando se hace referencia a roles y tareas que desempeñan las personas.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Las madres deben vigilar que los hijos se laven las manos.	Padres y madres deben vigilar que sus hijos e hijas se laven las manos.
	Los hábitos de higiene son una responsabilidad educativa de padres y madres.

Uso de imágenes no sexistas

Las imágenes también son parte del lenguaje y reproducen o amplían la carga sexista en el uso del mismo. En la mayoría de los casos, las imágenes que se utilizan en las instituciones públicas y privadas muestran:

- Una división del trabajo entre hombres y mujeres: aquéllos en la economía, los deportes, la política; las mujeres en la casa o en empleos subordinados, cuidando a los demás.
- Un modelo físico de mujer donde las protagonistas son jóvenes, blancas, delgadas y ricas, preocupadas sólo por su aspecto físico y desvalorizadas en sus capacidades inte-

lectuales, invisibilizando a las mujeres de medios rurales, de alguna etnia, con pocos recursos económicos o con alguna discapacidad, entre otras.
- Mujeres como objetos sexuales, asociadas a la publicidad de todo tipo de productos.
- Mujeres que compiten con otras mujeres por la seducción y aprobación masculina.
- Mujeres que son las únicas responsables de la salud sexual y reproductiva, así como del cuidado de niñas, niños y otros integrantes de la familia.
- Mujeres revictimizadas en situaciones de violencia o procuración de justicia.

Como se observa, de forma reiterada se reproducen estereotipos que, en la mayoría de los casos, refuerzan relaciones desiguales y sesgos sexistas en las concepciones de lo humano. Algunos criterios que nos pueden orientar en el uso no discriminatorio del material visual con el que trabajamos son:

- Presentar a mujeres y hombres participando en actividades de una manera libre de estereotipos, igualitaria y equivalente.
- Mostrar a los hombres haciendo tareas del hogar y cuidando a niñas, niños y otros integrantes de la familia.
- Presentar a mujeres y hombres haciendo trabajos de limpieza y cuidado del hogar o utilizando productos asociados con esas actividades.
- Desasociar a las mujeres de los roles de limpieza y cuidado del hogar y de las estrategias de publicidad y mercadotecnia de todo tipo de productos relacionados con ellos.
- Presentar a las mujeres en el mundo público, la vida económica y la participación política.
- Incluir de forma igualitaria y equivalente a las mujeres y a los hombres en espacios profesionales prestigiados social y económicamente.
- Evitar imágenes de hombres en actitud de superioridad y representar la igualdad de capacidades entre mujeres y hombres.

- Mostrar a las mujeres con metas personales y voluntad propia.
- Eliminar la presentación de las mujeres como recompensas del éxito masculino o de sus prácticas de consumo.
- Evitar el uso del sexo para fines comerciales. "El sexo vende" es una frase muy trillada en el ambiente de la publicidad. Es necesario derribar ese paradigma para no cosificar el cuerpo de la mujer y verlo como un objeto sexual.
- Mostrar la diversidad de mujeres que existe.
- Evitar el humor que denigre o discrimine como recurso publicitario, por ejemplo, no usar términos como *el indio, la chacha, el maricón,* pues son estereotipos que la cultura mexicana utiliza con frecuencia para provocar una risa fácil, pero que denigran a las personas.
- Eliminar la representación de todo tipo de conductas discriminatorias y estereotipos.
- Se recomienda no censurar las imágenes de lactancia materna en público. Existe discriminación y violencia hacia mujeres que amamantan en público, pues algunas personas, por desconocimiento y prejuicios, consideran esa actividad como exhibicionista e indecente, y amedrentan a las mujeres que la realizan, cuando se trata de una actividad natural. Es importante señalar que en algunos países se protege la lactancia materna en público.[5]

[5] Véase la Ley de Igualdad 2010, Reino Unido. <http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2010/15>. [Consulta: 5 de mayo, 2015.]

Lenguaje incluyente

Una de las formas más sutiles de promover la desigualdad entre las personas es a través del lenguaje, como reflejo del pensamiento y la cultura de una sociedad que históricamente ha colocado en situaciones de desventaja inmerecida a algunas personas o grupos. El lenguaje suele expresar reiteradamente relaciones desiguales, jerárquicas e inequitativas, mismas que refuerzan estereotipos, estigmas y roles de género. Todas estas circunstancias evidencian la necesidad de fomentar el uso incluyente del lenguaje y evitar actos de distinción, restricción, exclusión, negación o imprecisión en las comunicaciones orales y escritas utilizadas en las instituciones públicas y privadas.

Existen numerosas identidades culturales que son estigmatizadas y estereotipadas con usos del lenguaje que no están armonizados con la dignidad y los derechos humanos. Muchos de los términos de uso común que se refieren a los grupos históricamente discriminados o a las identidades emergentes reflejan un distanciamiento poco empático,[6] además de reforzar representaciones que facilitan la discriminación en términos de negación de derechos e igualdad de trato.

Es importante reflexionar no sólo de dónde vienen y cuál es el origen histórico de muchos de esos términos de uso común, sino también procurar armonizar el lenguaje con los instrumentos nacionales e internacionales en materia de derechos humanos.

Uso de la palabra "persona"

Una manera práctica de referirse a la amplia diversidad de identidades culturales es anteponer la palabra *persona,* evitando así invisibilizar la dignidad humana de quienes son referidos. Es

[6] Quienes históricamente han sufrido las consecuencias de la discriminación son personas indígenas, afrodescendientes, migrantes, refugiadas, con discapacidad, con VIH, adultas mayores, trabajadoras del hogar, en situación de calle, en situación de reclusión, mujeres, niñas, niños y jóvenes, personas de la diversidad sexual, de la diversidad religiosa y todas aquellas identidades no reconocidas que permanecen invisibles ante el Estado y la sociedad.

importante recordar que en mucho contribuye a la representación social de las poblaciones históricamente discriminadas el hecho de que no las defina su condición (VIH, discapacidad, situación migratoria, etcétera). Además, el uso de la palabra *persona* se armoniza con una de las modificaciones más relevantes de la reforma constitucional en materia de derechos humanos de 2011, que se refiere al cambio del concepto *individuo,* que era la forma específica para designar al ser humano en todo el marco jurídico nacional, por el de *persona,* refiriendo con ello a la igualdad, la dignidad y el respeto que merecen todas las personas sin importar su condición.

Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI)

Las expresiones excluyentes para referirse a esta población reflejan y refuerzan la hegemonía de la heterosexualidad frente a las otras expresiones de la diversidad sexual, la cual abarca a toda la gama de orientaciones, preferencias, expresiones e identidades relacionadas con la sexualidad humana e incluye a la heterosexualidad; por ello es importante reconocer que el uso de las siglas LGBTTTI enfatiza y visibiliza a aquellas identidades que históricamente han sido discriminadas por un orden heteronormativo y patriarcal.

Para nombrar a la población LGBTTTI se recomienda tomar en cuenta los siguientes usos:

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Personas con preferencias distintas a la heterosexual	Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI)

(Continúa tabla)

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Amanerado Afeminado	Persona homosexual Hombre homosexual Persona gay Hombre gay
Machorra	Persona lesbiana Mujer homosexual Mujer lesbiana*
Bicolor Bicicleto Dobletero	Persona bisexual Hombre bisexual Mujer bisexual

* Aunque puede considerarse un pleonasmo, se utiliza en un sentido de reivindicación de género.

La transexualidad y la transgeneridad son condiciones inherentes a las personas, por lo que no es necesario decir "mujer transgénero" u "hombre transexual", a menos que se justifique resaltar esa condición. Por ejemplo, basta decir: "Esther, la mujer que trabaja en mi oficina", en lugar de: "Esther, la mujer transexual que trabaja en mi oficina".

Se recomienda utilizar la identidad sexo-genérica que la persona ha elegido expresar y no el sexo de origen.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Hermafrodita	Persona intersexual

Personas con discapacidad

La denominación utilizada en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad es *personas con discapacidad*. En caso de que se tenga la certeza de cuál es la discapacidad a la que se quiere referir, es importante usar *persona* 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.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Discapacitado Inválido Minusválido Persona con capacidades diferentes Persona con capacidades especiales	Persona con discapacidad Persona con discapacidad física Persona con discapacidad motriz Persona con discapacidad auditiva Persona con discapacidad visual Persona con discapacidad sensorial Persona con discapacidad psíquica Persona con discapacidad psicosocial Persona con discapacidad intelectual
Invidente, cieguita Sordomuda, sordito Retrasado mental Down, mongol, mongolita Loca, trastornado	Persona ciega Persona sorda Persona con discapacidad intelectual Persona con síndrome de Down Persona con discapacidad psicosocial

Personas afrodescendientes

El término *afrodescendiente* se refiere a las personas descendientes de las poblaciones africanas que fueron víctimas de la esclavización transatlántica entre los siglos XVI y XIX, es decir, personas que no nacieron en el continente africano, pero que son parte de la conformación de comunidades afrodescendientes en diferentes partes del mundo.[7] Este vocablo es una alternativa incluyente para que su cultura, tradiciones e historia sean consideradas como elementos esenciales de identificación y que su identidad no sólo se defina a partir de sus rasgos físicos.

De igual forma, los términos *afromexicanos* y *afromexicanas* fueron creados para dignificar a las personas mexicanas que tienen ascendencia africana. No obstante, hay grupos y personas que han decidido adoptar palabras para referirse a sí mismos que se siguen utilizando en los lugares donde habitan: negras, mulatas, morenas, mascogas, jarochas, costeñas, prietas, afromestizas, etcétera.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Personas de color Afros Negros*	Población afrodescendiente Personas afrodescendientes Personas afromexicanas Los pueblos de origen afrodescendiente en México Personas de origen africano

* No es conveniente usar este término en documentos públicos. Su uso no es incorrecto, pero puede ser considerado despectivo si no se toma en cuenta el contexto en que aparece, así como el lugar donde habitan y la nacionalidad de las personas a las que se refiere.

[7] El término *afrodescendiente* fue propuesto por Sueli Carneiro en el Instituto de Filosofía y Ciencias Sociales de la Universidad Federal de Río de Janeiro en 1996. De acuerdo con Carlos Minott, se refiere a las personas descendientes de las poblaciones africanas que fueron víctimas de la esclavización transatlántica. Véase *Documentos especializados sobre racismo y activismo afrodescendiente.* San José, Costa Rica, IIDH, 2008. OEA/Ser.G. CAJP/GT/RDI/ INF.9/08.

Personas indígenas

Al reconocer que los pueblos indígenas y tribales son proclives a sufrir discriminación, el primer principio general y fundamental del Convenio 169 de la Organización Internacional del Trabajo es la no discriminación. El artículo 3 del Convenio establece que los pueblos indígenas tienen el derecho de gozar plenamente de los derechos humanos y libertades fundamentales, sin obstáculos ni discriminación.

Las culturas e identidades indígenas y tribales forman parte del desarrollo integral de las personas. Su modo de vida, sus costumbres, tradiciones, instituciones, leyes consuetudinarias, modos de uso de la tierra y formas de organización social son diferentes a las de otras poblaciones; por ese motivo, es necesario un uso incluyente del lenguaje que las dignifique con la finalidad de reconocer su autonomía, la interculturalidad, el autorreconocimiento étnico, la autodeterminación identitaria y la autoadscripción voluntaria de las personas que viven en territorio nacional y que conforman la diversidad cultural de México.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Indios Minorías étnicas	Personas indígenas Las y los indígenas Las comunidades indígenas Los pueblos indígenas Los pueblos originarios de México

Personas adultas mayores

Según la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, son aquellas personas que tienen sesenta años de edad o más, y que se encuentran domiciliadas o en tránsito en el territorio nacional. Como todas las personas, tienen reconocidos los derechos humanos previstos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y en los tratados internacionales.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Abuelos Viejos Ancianos Personas de la tercera edad	Personas adultas mayores

Personas con VIH

Las prácticas discriminatorias hacia personas con VIH se encuentran presentes en todos los ámbitos de la sociedad, por lo que su prevención y eliminación implica no sólo la transformación de las condiciones estructurales de desigualdad e injusticia, sino también un compromiso con la modificación de las pautas culturales y sociales reflejadas en el uso que las personas hacen del lenguaje. Las personas con VIH no necesariamente desarrollan el sida, por lo que es prejuicioso asociar ambos términos.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Enfermos de VIH Personas con VIH/sida Sidosos, sidosas	Personas con VIH

Personas migrantes

El marco jurídico que define los derechos de las personas migrantes sufrió un cambio significativo cuando, en 2008, se aprobó la reforma legislativa que despenalizó la migración irregular, al derogar los artículos 119 a 124 de la Ley General de Población, con la finalidad de evitar que las personas migrantes fueran denominadas *ilegales* o consideradas *delincuentes,* evitando así las detenciones arbitrarias bajo esta categorización. Este proceso creó una nueva terminología, situación que las seguía colocando en desventaja, pues se designaba a las y los migrantes como *irregulares* o *infractores*. Por disposiciones administrativas, se les siguió dejando al margen del sistema jurídico y carentes de derechos.

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	Alternativa incluyente
Ilegales Infractores Mojados Braceros	Personas migrantes Mujeres migrantes Niñas migrantes

Personas de la diversidad religiosa

La Ley de Asociaciones Religiosas y Culto Público es el ordenamiento reglamentario de la Constitución mexicana en materia de asociaciones y agrupaciones religiosas, Iglesias y culto

público. En su artículo 2, reitera el reconocimiento del derecho a la libertad de creencias religiosas, que implica que nadie puede ser objeto de medidas coercitivas que puedan menoscabar su libertad de tener, adoptar, abandonar o cambiar de religión o creencias. Además, promueve la tolerancia, el pluralismo, la inclusión y la no discriminación por motivos religiosos. El uso incorrecto de términos y las expresiones no recomendables dirigidas a las personas que conforman la diversidad religiosa puede generar efectos negativos en la dignidad de las personas, en específico en sus convicciones personales. Por eso resulta importante evitar la reproducción de estereotipos al referirse a las personas que profesan o no una religión.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Sectas religiosas	Grupos religiosos Personas de la diversidad religiosa Iglesias y comunidades religiosas

Personas trabajadoras del hogar

De acuerdo con el Convenio 189 sobre el Trabajo Decente para las Trabajadoras y los Trabajadores Domésticos, adoptado en 2011 por la Conferencia Internacional del Trabajo de la Organización Internacional del Trabajo, el trabajo doméstico es el realizado dentro de uno o varios hogares y abarca tareas como la limpieza de la casa; cocinar alimentos; lavar y planchar ropa; higiene y cuidado de niñas, niños, jóvenes, personas adultas mayores o algún integrante de la familia con una condición de salud delicada; cultivo y jardinería; vigilancia de la casa; desempe-

ñarse como chofer de la familia e incluso el cuidado de mascotas o animales domésticos. Este tipo de trabajo puede ser remunerado o no remunerado.

En México, las personas que realizan esta labor de manera remunerada prefieren que se les designe con el término trabajadoras y trabajadores del hogar, para reivindicar su actividad económica productiva, pues consideran que las palabras doméstico y doméstica tienen algunas connotaciones despectivas en ciertos sectores de la sociedad.

Expresión excluyente	Alternativa incluyente
Sirvienta, sirviente Doméstica, doméstico Muchacha, muchacho Criada, criado Chacha, chacho Gata, gato Mozo Mucama	Trabajadora del hogar Trabajador del hogar

Glosario

Androcentrismo
Organización del orden simbólico y de las estructuras económicas y socioculturales a partir de la idea del hombre como sujeto central y dominante.

Bisexualidad
Atracción erótico-afectiva y manera de autodefinición que se dirige hacia hombres y mujeres por igual. Esto no implica que sea con la misma intensidad, al mismo tiempo o de manera indiscriminada.

Discriminación contra la mujer
De acuerdo con la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW, por sus siglas en inglés), es "toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo que tenga por objeto o por resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera".

Discriminación directa
Es la práctica de desprecio, anulación, menoscabo o restricción del reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y de las libertades fundamentales, que afecta a personas o a grupos en particular.

Discriminación indirecta
Consiste en actitudes y prácticas que propagan ideas, teorías o símbolos de superioridad de algún grupo o que alientan el desprecio hacia personas o grupos determinados. Aun cuando el objeto inmediato y tangible de esas actividades y práctivas no sea anular o limitar el acceso de las

personas y los grupos a los derechos y a las oportunidades, sí contribuyen a recrear las condiciones sociales y culturales que legitiman su exclusión.

También se consideran discriminación indirecta aquellos actos que favorecen la negación de derechos y oportunidades al establecer condiciones que no puede cumplir una parte específica de la población.

Diversidad sexual

Todas las posibilidades de asumir y vivir la sexualidad —distinta en cada cultura y persona—, así como la práctica, la orientación y la identidad sexogenéricas. Suele referirse a prácticas o identidades no heterosexuales. Es el reconocimiento de que todos los cuerpos, todas las sensaciones y todos los deseos tienen derecho a existir y manifestarse sin más límite que el respeto a los derechos de las demás personas.

Derechos humanos

Derechos inherentes a todas las personas, sin distinción alguna de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua o cualquier otra condición. Son universales, interdependientes, indivisibles, inalienables y progresivos.

Desigualdad de trato

Condición por la cual las personas tienen un acceso desigual a bienes indispensables para la vida, servicios, oportunidades y otros recursos dentro de una sociedad. Esa distinción en el trato que recibe una persona frente a otras puede deberse a su posición social o económica, religión, sexo, preferencia u orientación sexual, origen nacional o étnico, apariencia física o color de piel, entre otros motivos. Ese trato desfavorable otorgado por la sociedad genera un desprecio inmerecido a una persona o a un grupo de personas, por atribuirles características devaluadas, y tiene como efecto desventajas y la limitación o impedimento en el acceso a la igualdad real de trato, a oportunidades y derechos.

Estereotipo
Creencia comunmente aceptada por un grupo o sociedad que asigna modelos fijos o atributos que caracterizan a determinado grupo poblacional, sobre el que hay un acuerdo básico en relación con sus aspectos físicos, mentales o de comportamiento. Los estereotipos son negativos y suelen empobrecer y desfigurar la realidad de acuerdo con los criterios de un supuesto "nosotros".

Estado
Organización política y jurídica de la sociedad que se generaliza como forma de dominación poblacional y territorial autónoma respecto de otros Estados. El Estado debe garantizar los derechos de las personas dentro de su territorio.

Estigma
Marca que hace parecer a una persona como inferior al resto y que produce rechazo social. Se alimenta de percepciones sin fundamento lógico-racional. En la actualidad, el estigma prevalece y se basa en una o más condiciones como la edad, la clase, el grupo étnico, las creencias religiosas, las preferencias, orientaciones y prácticas sexuales, entre otros.

Gay
Expresión alternativa a *homosexual* que se prefiere por su connotación política y uso popular. Se utiliza como sinónimo de la identidad de los hombres homosexuales, aunque algunas mujeres también lo utilizan. Es una construcción identitaria y resulta también una manera de autodenominación.

Género
Desde el punto de vista gramatical, el género es una categoría que permite clasificar los nombres en masculinos y femeninos, y que en español no siempre se asocia con la referencia extra-

lingüística al sexo biológico. También es un conjunto de ideas, creencias y representaciones sociales de la diferencia sexual entre hombres y mujeres que suelen establecer relaciones desiguales de poder y un orden jerárquico donde lo masculino (ser hombre) es superior a lo femenino (ser mujer). Además, alude a las formas históricas y socioculturales en que mujeres y hombres construyen su identidad, interactúan y organizan su participación en la sociedad.

Heteronormatividad

Conjunto de las relaciones de poder por medio del cual la sexualidad se normaliza y se reglamenta en nuestra cultura y las relaciones heterosexuales idealizadas se institucionalizan y se equiparan con lo que significa ser humano".[8] No sólo implica un prejuicio contra la homosexualidad, sino que constituye un conjunto de normas sociales que ejercen presión para construir una sexualidad idealizada.

Homofobia

Es la aversión, miedo o intolerancia hacia las personas que no cumplen con el papel establecido para cada uno de los sexos o géneros. Se expresa en rechazo, discriminación, ridiculización y otras formas de violencia que dan pie a prácticas que pueden ser violatorias de los derechos humanos. Se hace extensivo para incluir el rechazo a todas las expresiones sociales que no cumplen con los roles y las prácticas tradicionales de género.

Homosexualidad

Deseo o práctica de relaciones sexuales-erótico-afectivas entre personas del mismo sexo o género. Este término se acuñó en 1868, en Alemania, durante los debates en torno a la ley prusiana

[8] Definición de Michael Warner citada en "Concepto heteronormatividad", en *Bloque Alternativo de Revolución Sexual* [en línea]. Sevilla, 2012. <https://bloquealternativorevsex.files.wordpress.com/2012/02/heteronormatividad1.pdf>. [Consulta: 10 de septiembre, 2015.]

contra la sodomía. Luego, se utilizó en el Reino Unido como parte de ensayos históricos que apelaban a la existencia de prácticas homosexuales desde la Antigüedad.

Identidad

Designa aquello que es propio de una persona o grupo y lo singulariza. Las expresiones de la identidad varían en función de las referencias culturales, profesionales, religiosas, geográficas y lingüísticas, entre otras. A pesar de su vaguedad semántica, la utilización del concepto de *identidad* permite esclarecer las relaciones entre la persona y su entorno.

Identidad sexogenérica

Concepto y sentimientos que se tienen de uno mismo como ser sexual. Cada persona la define de acuerdo con su estilo de vida, sus prácticas y deseos sexuales, su adscripción de género, su preferencia sexual, actitudes y manifestaciones de comportamiento.

Igualdad sustantiva

Es el acceso al mismo trato y oportunidades para el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y las libertades fundamentales.

Interculturalidad

Proceso de comunicación e interacción entre personas y grupos de personas en el que las opiniones, proposiciones, experiencias, conocimientos y prácticas alternativas rompen el discurso de la cultura dominante, recuperando espacios para las personas más invisibilizadas. La interculturalidad no es un concepto o representación abstracta y mental de una cosa, sino un proceso social en el que no se permite que un grupo cultural esté por encima de otro, favoreciendo en todo momento la integración de las distintas culturas a través del diálogo y la coexistencia armónica de las diferencias y desigualdades construidas a lo largo de la historia entre diferentes

grupos socioculturales, étnico-raciales, de género y de orientación sexual, entre otros. La interculturalidad contribuye a la construcción de sociedades que asuman las diferencias como parte de la democracia y que sean capaces de construir nuevas relaciones humanas, verdaderamente igualitarias, entre las personas que forman parte de diferentes grupos sociales, lo que supone empoderar aquellos que históricamente han sido considerados inferiores.

Intersexualidad
Presencia en la anatomía de una persona de órganos sexuales que corresponden a características de ambos sexos o estructuras que son difíciles de definir o resultan ambiguas desde la lógica que reconoce sólo dos sexos.

Lenguaje
Conjunto de signos y símbolos que nos permiten crear y transmitir un mensaje. Es una capacidad exclusiva del ser humano (los animales sólo tienen sistemas de comunicación) que lo capacita para abstraer, conceptualizar y comunicarse. Los seres humanos podemos crear un número infinito de proposiciones a partir de un número finito de elementos y también recreamos la lengua, por ejemplo, a través de esquemas y mapas conceptuales. La representación de dicha capacidad en la forma de un código es lo que conocemos como lengua o idioma.

Lenguaje incluyente
Conjunto de usos del lenguaje que permite la construcción de discursos orales, escritos y visuales que reconocen la igualdad entre las mujeres y los hombres; elimina los usos y expresiones sexistas y discriminatorios del lenguaje; manifiesta la diversidad social; visibiliza y nombra de manera adecuada a los grupos y personas históricamente discriminados y contribuye a equilibrar las desigualdades. El uso incluyente del lenguaje no impide respetar las normas gramaticales de nuestro idioma, sino que aprovecha las posibilidades lingüísticas que ofrece para que todas y

todos podamos ser nombrados y considerados de una manera respetuosa y digna, libre de prejuicios, estigmas y discriminación. Es una herramienta concreta y efectiva para incorporar una perspectiva de igualdad y no discriminación en la comunicación de acciones, programas, políticas públicas, leyes o cualquier otro texto, con la finalidad de reconocer, incluir y valorar la diversidad de la población.

Lenguaje sexista
Aquellos usos del lenguaje que invisibilizan a las mujeres, las subordinan, las humillan y estereotipan.

Lesbiana
Mujer que se relaciona erótico-afectiva-amorosa-vitalmente con mujeres. Se utiliza como sinónimo de la identidad de las mujeres homosexuales. Es una construcción identitaria y resulta también una manera de autodenominación.

Orientación sexual
Deseo o atracción erótico-afectiva hacia otras personas. Existe a lo largo del continuo que va desde la heterosexualidad exclusiva hasta la homosexualidad exclusiva e incluye diversas formas de bisexualidad. Puede manifestarse en forma de comportamientos, pensamientos y fantasías o deseos sexuales, o en una combinación de estos elementos.

Patriarcado
Etimológicamente significa "el gobierno de los padres". En los estudios de género se refiere al sistema de relaciones sociales caracterizado por la distribución desigual del poder entre hombres y mujeres, en el cual los varones tendrían preeminencia en varios aspectos sociales, principalmente la participación en el espacio público y la atribución de estatus a las distintas ocupaciones de hombres y mujeres determinadas por la división sexual del trabajo.

Prejuicio
Noción que, sin estar respaldada en una experiencia directa o información comprobable, orienta de manera negativa la percepción de una persona o un grupo.

Roles de género
Normas o papeles socialmente asignados a las personas, determinados por su sexo biológico y según los cuales se debe comportar cada sexo (mujer/femenino-hombre/masculino). Cada persona los asume o no al construir su identidad, afectividad y autoestima.

Sexismo
Es la discriminación hacia las personas de un sexo por considerarlo inferior al otro. Alude a un conjunto de nociones, expresiones y prácticas sociales que, con base en la diferencia sexual, legitiman y afianzan la desigualdad social entre las personas. Quienes han sido históricamente discriminadas son las mujeres. También es considerado una valoración asimétrica entre ser hombre o mujer, o entre lo masculino y lo femenino; generalmente se traduce en prácticas discriminatorias hacia un sexo (casi siempre las mujeres) por considerarse inferior al otro.

Transexualidad
Condición humana por la que una persona, habiendo nacido con un sexo biológico determinado, tiene una identidad de género (sexo psicológico) distinta a la que le corresponde, de acuerdo con los patrones sociales y culturales predominantes. La condición de ser transexual no depende de si se realiza o no la reasignación sexo-genérica.

Transgénero
Condición humana por la que una persona tiene cualidades y comportamientos de género (el ser masculina o femenina) que no coinciden con su sexo, de acuerdo con los patrones sociales y

culturales predominantes, por lo que se identifica o adopta los del sexo opuesto. El uso del atuendo del sexo opuesto es la conducta más ostensible de la transgeneridad.

Travestismo

Es una identidad en la que una persona de determinado sexo biológico utiliza la vestimenta socialmente asignada al sexo opuesto. El travestismo puede implicar un deseo transexual del individuo en el que anhela que se le reconozca como una persona del sexo contrario, o bien, puede presentarse por diversos motivos que implican el uso temporal de esa vestimenta y sólo en contextos determinados.

Normatividad básica
sobre el uso incluyente y no sexista del lenguaje

- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, artículos 1 y 4.

- Convención Internacional sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Racial. ONU, 1965.

- Convención Internacional sobre la Protección de los Derechos de Todos los Trabajadores Migratorios y de sus Familiares. ONU, 1990.

- Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW). ONU, 1979.

- Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, artículo 5. ONU, 2006.

- Convenio 159 de la Organización Internacional del Trabajo sobre la Readaptación Profesional y el Empleo de las Personas con discapacidad, artículo 4. OIT, 1983.

- Convenio 169 de la Organización Internacional del Trabajo sobre Pueblos Indígenas y Tribales en Países Independientes. OIT, 1989.

- Convenio 189 de la Organización Internacional del Trabajo sobre el Trabajo Decente para las Trabajadoras y los Trabajadores Domésticos [en línea]. OIT, 2011. <http://www.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_ILO_CODE:C189>. [Consulta: 6 de octubre, 2015.]

- Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores. Última reforma publicada en el *DOF*, 20 de marzo de 2014.

- Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación. Última reforma publicada en el *DOF*, 20 de marzo de 2014.

- Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres, artículos 41 y 42. México, 2006.

- Ley de Migración. Última reforma publicada en el *DOF*, 30 de abril de 2014.

- *Recomendación general No. 34*. Aprobada por el Comité de la Convención Internacional sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Racial (CERD). ONU, 2011.

- Reforma constitucional en materia de derechos humanos, publicada en el *DOF*, 10 de junio de 2011.

- *Resolución 14.1*. Aprobada por la Conferencia General de la UNESCO, en su vigésimo cuarta reunión, apartado 1 del párrafo 2. ONU, 1987.

- *Resolución 109*. Aprobada por la Conferencia General de la UNESCO, en su vigésimo quinta reunión, párrafo 3. UNESCO, 1989.

Bibliografía

Bengoechea, Mercedes, *Sexismo y androcentrismo en los textos administrativos normativos* [en línea]. Alcalá de Henares, Universidad de Alcalá, s. f. <http://www.upm.es/sfs/Rectorado/Gerencia/Igualdad/Lenguaje/sexsismo%20y%20androcentrismo%20en%20texto%20administrativos.pdf>. [Consulta: 10 de septiembre, 2015.]

Bloque Alternativo de Revolución Sexual, "Concepto heteronormatividad", en *Bloque Alternativo de Revolución Sexual* [en línea]. Sevilla, 2012. <https://bloquealternativorevsex.files.wordpress.com/2012/02/heteronormatividad1.pdf>. [Consulta: 10 de septiembre, 2015.]

Calero Fernández, María de los Ángeles, *Sexismo lingüístico: análisis y propuestas ante la discriminación sexual en el lenguaje*. Madrid, Narcea, 1999.

Conapred, *Guía para la acción pública: Afrodescendencia. Población afrodescendiente en México*. México, Consejo Nacional para Prevenir y Eliminar la Discriminación, 2011.

Conapred, *Guía para la acción pública contra la homofobia*. México, Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, 2012.

Conapred, *10 criterios básicos para eliminar el lenguaje sexista en la administración pública federal*. México, Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, 2007. (Textos del Caracol, 1)

Fornet-Betancourt, Raúl, *La interculturalidad a prueba*. Aquisgrán, Verlag Mainz, 2006. (Monografías, 43)

Inmujeres, *Manual de comunicación no sexista. Hacia un lenguaje incluyente*. México, Instituto Nacional de las Mujeres, 2015.

Inmujeres, *Situación de las personas adultas mayores en México*. México, Instituto Nacional de las Mujeres, 2015.

Inmujeres, *Expresiones y contextos de la violencia contra las mujeres en México*. México, Instituto Nacional de las Mujeres, 2014.

Inmujeres, *Aproximaciones básicas a los estudios de género*. México, Instituto Nacional de las Mujeres, 2014.

Lomas, Carlos, *¿Iguales o diferentes? Género, diferencia sexual, lenguaje y educación*. Barcelona, Paidós, 1999.

Minott Maitland, Carlos Leonardo, *Documentos especializados sobre racismo y activismo afrodescendiente*. San José, Costa Rica, iidh, 2008.

Panikkar, Raimundo, *Paz e interculturalidad: una reflexión filosófica*. Trad. de Germán Ancochea. Barcelona, Herder, 2006.

DIRECTORIO

SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN
Miguel Ángel Osorio Chong
Secretario

CONSEJO NACIONAL PARA PREVENIR LA DISCRIMINACIÓN
José de Jesús Daniel Ponce Vázquez
Encargado del despacho de Presidencia

JUNTA DE GOBIERNO
Representantes del
Poder Ejecutivo Federal

Roberto Rafael Campa Cifrián
Secretaría de Gobernación

Fernando Galindo Favela
Secretaría de Hacienda y Crédito Público

Pablo Antonio Kuri Morales
Secretaría de Salud

Secretaría de Educación Pública

José Adán Ignacio Rubí Salazar
Secretaría del Trabajo y Previsión Social

Ernesto Javier Nemer Álvarez
Secretaría de Desarrollo Social

Lorena Cruz Sánchez
Instituto Nacional de las Mujeres

Representantes designados por la Asamblea Consultiva
Santiago Corcuera Cabezut
Clara Jusidman Rapoport
Mauricio Merino Huerta
Luis Perelman Javnozon
Juan Martín Pérez García
Ricardo Miguel Raphael de la Madrid
Gabriela Warkentin de la Mora

Instituciones invitadas
Centro Nacional para la Prevención y el Control del VIH/Sida

Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad

Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas

Instituto Mexicano de la Juventud

Instituto Nacional de Migración

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores

Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia

Órgano de vigilancia
Manuel Galán Jiménez
Sergio Federico Gudiño Valencia
Secretaría de la Función Pública

Asamblea Consultiva

Mauricio Merino Huerta
Presidente

Elena Azaola Garrido
Santiago Corcuera Cabezut
Sarah Corona Berkin
Katia D'Artigues Beauregard
Rogelio Alberto Gómez-Hermosillo Marín
Clara Jusidman Rapoport
Marta Lamas Encabo
Esteban Moctezuma Barragán
Rebeca Montemayor López
José Antonio Peña Merino
Luis Perelman Javnozon
Juan Martín Pérez García
Jacqueline Peschard Mariscal
Alejandro Ramírez Magaña
Ricardo Miguel Raphael de la Madrid
Pedro Salazar Ugarte
Tiaré Scanda Flores Coto
Regina Tamés Noriega
Gabriela Warkentin de la Mora

Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje
se terminó de imprimir en octubre de 2015 en los talleres gráficos de
Impresora y Encuadernadora Progreso (IEPSA), S. A. de C. V., San Lorenzo 244,
col. Paraje San Juan, del. Iztapalapa, 09830, México, D. F.

Se tiraron 2 000 ejemplares.

El sexismo y la exclusión en el lenguaje son expresiones de convenciones sociales construidas en torno a las experiencias, mensajes y discursos que se gestan en una sociedad y estigmatizan las formas de ser y actuar de mujeres y hombres, desconociendo la importancia social e histórica de las identidades y la diversidad. Tales concepciones son recreadas en la comunicación cotidiana, generalmente sin tener conciencia de ello, por lo que circulan como usos normales y expresiones del sentido común.

Por ello, es necesario cobrar conciencia de los usos discriminatorios del lenguaje y promover formas alternativas de expresión y comunicación. En esta tesitura, eliminar el sexismo y la exclusión en el lenguaje persigue dos objetivos: visibilizar a las mujeres para equilibrar las asimetrías de género y valorar la diversidad que compone nuestra sociedad.

Con esta obra se pone a disposición de las personas servidoras públicas y del público en general un compendio de herramientas gramaticales y semánticas cuyo fin es transformar los usos del lenguaje y la manera en que se construyen los mensajes, con el fin de introducir en la sociedad formas de comunicación incluyentes, afines a las nuevas y diversas realidades de las mujeres y los hombres del siglo XXI.

Guías Básicas GB

Esta nueva colección del Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación tiene como objetivo proponer orientaciones y formas concretas de combatir la discriminación, a través de textos breves y sencillos.

SEGOB
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN
CONSEJO NACIONAL PARA PREVENIR LA DISCRIMINACIÓN
CONAVIM
COMISIÓN NACIONAL PARA PREVENIR Y ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES
INMUJERES
INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES