



LINEAMIENTOS PARA USO DE LENGUAJE INCLUYENTE Y  
NO SEXISTA EN EL INSITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR  
DE CALKINÍ, EN EL ESTADO DE CAMPECHE

## INTRODUCCIÓN

La mejor forma de expresar nuestra concepción del mundo y de reflejar como es nuestra sociedad es a través del uso del lenguaje. Éste es un instrumento de transferencia de conocimiento y cultura, asimismo, es una de las manifestaciones más importantes de la desigualdad y de la invisibilización de toda forma femenina.

A esto se le denomina sexismo lingüístico y se materializa cuando el lenguaje resulta discriminatorio debido al uso que se hace de él y de ninguna manera puede ser considerado intrascendente, ya que mientras se siga utilizando no podremos conformar una sociedad igualitaria.

Una de las manifestaciones más notables de la desigualdad es la ocultación de la mujer en el lenguaje. Y es, precisamente, el lenguaje el elemento que más influye en la formación del pensamiento de una sociedad. Por tanto, mientras nuestra habla cotidiana siga haciendo invisibles a las mujeres, no conseguiremos conformar una sociedad igualitaria.

La forma más sutil de transmitir esta discriminación es a través de la lengua, ya que ésta no es más que el reflejo de los valores, del pensamiento, de la sociedad que la crea y utiliza. Nada de lo que decimos en cada momento de nuestra vida es neutro: todas las palabras tienen una lectura de género. Así, la lengua no sólo refleja sino que también transmite y refuerza los estereotipos y roles considerados adecuados para mujeres y hombres en una sociedad.

En sí, la lengua española no es sexista aunque si lo es el uso que de ella hacemos. De ahí que la única forma de cambiar un lenguaje sexista, excluyente y discriminatorio sea explicar cuál es la base ideológica en que éste se sustenta, así como también el hecho de ofrecer alternativas concretas y viables de cambio.

## OBJETIVO

Impulsar la utilización del lenguaje incluyente en documentos oficiales del ITESCAM a fin de que las y los servidores públicos tengan una mejor comprensión y conocimiento de los elementos que forman parte del lenguaje cotidiano y fomentan la discriminación, la desigualdad entre los géneros además de promover roles y estereotipos tradicionales atribuidos a mujeres y hombres.

Con estas acciones se da cumplimiento al Programa Institucional de Innovación y Desarrollo 2013- 2018, Objetivo 6. Modernizar la gestión institucional con transparencia y rendición de cuentas Sección III.1 Estrategias transversales estrategia 3. Igualdad de oportunidades y no discriminación contra las mujeres línea de acción 5. Promover el uso del lenguaje incluyente en los informes y documentos oficiales.

Por este motivo queremos colaborar activamente en la erradicación del sexismo lingüístico con la divulgación de este documento para incorporar el lenguaje incluyente, no sexista que esperamos sea una referencia constante en el cumplimiento del quehacer institucional de nuestra institución.

## USO DE ARTÍCULOS, SUSTANTIVOS Y PRONOMBRES

Al aplicar la perspectiva de género en la lengua se usan siempre los artículos las y los para referirse a niñas y niños; señoras y señores; alumnas y alumnos, o cuando se trate de maestras y maestros. Para evitar que este recurso se multiplique a tal grado que resulte inoperante conviene utilizar palabras de carácter colectivo que eviten el uso del masculino.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Los trabajadores deben permanecer en su sitio de trabajo...	Los y las trabajadoras deben permanecer en su sitio de trabajo...
Los estudiantes deberán enviar sus tareas...	Las y los estudiantes deberán enviar sus tareas...
El emprendedor	La persona emprendedora

Evitar el uso de artículos masculinos: como el, los o aquellos seguidos del relativo; se sugiere emplear quien o quienes.

Expresión no incluyente	Expresión incluyente
Los que traigan la tarea	Quienes traigan la tarea
Los demás	El resto del alumnado El resto de las personas

## SUSTANTIVOS

Para hablar o referirse a colectivos o grupos formados por mujeres y hombres sin incurrir en un uso sexista o discriminatorio.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Las secretarias...	El personal secretarial...
Los derechos del hombre...	Los derechos humanos...
Los trabajadores...	El personal...

## PRONOMBRES

Otro uso no sexista del lenguaje lo podemos realizar al sustituir el genérico masculino por los pronombres “nos”, “nuestro”, “nuestra”, “nuestros” o “nuestras”, tal y como se muestra a continuación:

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Es bueno para el bienestar del hombre...	Es bueno para el bienestar de la humanidad... Es bueno para nuestro bienestar...

MORFOLÓGICAMENTE el uso de pronombres, adjetivos y nombre (sin anteponerles determinantes) que no varían en lo que se refiere al género, nos permite hablar o escribir sin invisibilizar ni ocultar a nadie.

## USO DE GÉNERICOS

Se ha comentado lo suficiente sobre el masculino como pretendido genérico. A continuación se proponen una serie de ejemplos para aclarar qué son exactamente los genéricos. Pero brevemente queremos hacer referencia a otro malentendido: el uso del masculino como neutro.

Mucha gente confunde neutro con genérico o con indeterminado o indefinido. Antes de pasar a ver los genéricos queremos matizar que, el neutro es en nuestra lengua inexistente para sustantivos.

NO RECOMENDADO	RECOMENDADO
Los docentes nunca están conformes con el horario	Nunca se está conforme con el horario docente.
Los estudiantes tienen seguro estudiantil	En el Tecnológico se tiene seguro estudiantil
Esos nunca colaboran	Ese grupo nunca colabora
El que quiera la prestación de lentes que se forme	Quien quiera la prestación de lentes, que se forme

Pero está bien, ante las resistencias y ante los argumentos de que es pesado y engorroso decir las señoras diputadas y los señores diputados, tenemos en nuestra lengua otras alternativas que podemos utilizar y que no invisibilizan. Y que son realmente incluyentes. Se trata de los genéricos. Ojo, genérico no es “los hombres”. Eso es masculino plural y representa sólo a un colectivo: el de los hombres. Ejemplos:

Genéricos reales son:
La niñez en lugar de los niños
La población en lugar de los habitantes
La ciudadanía en lugar de los ciudadanos
La descendencia en lugar de los hijos
El personal en lugar de los trabajadores
El personal docente en lugar de los profesores
El electorado en lugar de los votantes
La juventud en lugar de los jóvenes
La humanidad en lugar de los hombres

<b>Redacción excluyente No recomendada</b>	<b>Alternativa incluyente Recomendada</b>
Los indígenas tendrán créditos	La población indígena tendrá créditos
Los jóvenes que deseen estudiar	La juventud que desee estudiar
Los votantes del D.F. tienden a	El electorado del D.F. tiende a
Los ciudadanos se manifestaron	La ciudadanía se manifestó
Los michoacanos no quieren que	La población michoacana no quiere que
Los interesados en participar	Las personas interesadas en participar

Los mayores de edad recibirán una	Las personas mayores recibirán una
Los niños tendrán servicio médico	La infancia tendrá servicios de salud

## USO DE NOMBRES ABSTRACTOS DE ACCIONES O CUALIDADES

Los nombres abstractos pueden tener dos acepciones; por ejemplo, el vocablo tutoría puede referirse a la acción tutorial o a las personas que ejercen dicha actividad. En algunos casos se pueden emplear estos nombres para generalizar, ejemplo: “va a haber una promoción para cubrir tres jefaturas de servicio, el requisito es tener un diplomado en” en vez de “se exige ser diplomado en”.

### Más opciones

Es muy común que, incluso sin saber el género de las personas a las que nos referimos, usemos el masculino o lo que es más incoherente aún, que sabiendo que se trata de una mujer o de un grupo de mujeres utilicemos el masculino en adjetivos, profesiones o cargos.

Recomendable		o inadecuado
Asesoría	en lugar de	Asesores/ el asesor
Tutoría	en lugar de	Tutores/ el tutor
Jefatura	en lugar de	Los jefes/ el Jefe
La dirección	en lugar de	El director/ los directores
La coordinación	en lugar de	El coordinador/ los coordinadores



Se coloca la palabra persona delante de la particularidad para evitar un trato discriminatorio.

Expresión no incluyente	Expresión incluyente
Discapacitado	Persona con discapacidad
Emprendedor	Persona emprendedora

### Para documentos abiertos

Es evidente la vacilación que se aprecia en los documentos administrativos a la hora de nombrar cargos y puestos diversos. Esto ocurre tanto si se trata de documentos cerrados donde hay un nombre a continuación (La Jefe del Servicio, Lucía Álvarez); como si se trata de documentos abiertos que pueden referirse a mujeres y varones (Visto Bueno: El Jefe del Servicio).

La propuesta de uso en este caso es sencilla. Nuestra lengua tiene marca de género, por tanto, cuando los cargos y puestos estén ocupados por una mujer la mención de sus titulares debe hacerse en femenino: La jefa de departamento, la directora de área, la integrante del comité.

• Si no sabemos a quién va dirigido, tenemos dos opciones:

1. A la Jefatura / A la Dirección de área/ A la asesoría del departamento/ A la Secretaría/  
A la Coordinación ...

2. A El/La Jefe/Jefa de área / A La/El Directora/Director de área...

- Si sabemos a quién nos dirigimos es mucho más fácil. Porque en este caso no habrá ningún problema en poner: A la Jefa de área, Mercedes...
- Lo que se hace a veces de manera errónea es poner el nombre de la mujer y a continuación el cargo en masculino. Se solicita no hacer nunca esto. Si se trata de una mujer, el cargo debe estar en femenino.

La misma forma se debe utilizar para quien firme el documento.

Es incorrecto firmar: Victoria Aldame. Subdirector (parece que estamos firmando por ausencia, en nombre de otro).

#### **Para documentos cerrados**

Generalmente son documentos concretos, puntuales que se envían a personas de las que conocemos su cargo y si se trata de hombre o mujer. Así que aquí no hay justificación.

Si es mujer el cargo o puesto que ocupe deberá ir en femenino. Y el tratamiento deberá ser del mismo nivel que se le daría si fuese hombre.

#### **Uso de títulos académicos**

La lengua también ha de reflejar concretamente en la diferenciación del uso del masculino o femenino en la designación de profesiones, ocupaciones y titulaciones para las que se venía empleando únicamente el masculino.

El hecho de que a algunas personas les resulten extraños términos como “Ingeniera” o “Arquitecta” no se debe a que sean incorrectos, sino a la práctica inexistencia hasta la época actual de mujeres que ocupasen estos cargos o profesiones.

No hay que tener miedo a utilizar el femenino en la denominación de las profesiones, aunque a veces nos resulte extraño el término, el uso continuado lo hará familiar a nuestro oído.

Un error generalizado es mencionar los títulos académicos y las ocupaciones en masculino. Evite el uso del masculino cuando se refieran a las mujeres.

<b>Expresión sexista</b>	<b>Alternativa no sexista</b>
La ingeniero Isabel Gómez...	La ingeniera Isabel Gómez...
Isabel Gómez, asesor del Director...	Isabel Gómez, asesora del Director...

### Uso de diagonales y paréntesis

Conviene evitar este recurso porque dificulta la lectura fluida, pueden emplearse en cambio términos genéricos. Resulta útil en algunos casos concretos si no hay otra posibilidad, como cuando falta espacio en una lista de cargos (director/a, operario/a, secretario/a, jefe/a).

Otra opción es emplear genéricos (dirección, operaciones, secretaría, jefatura).

<b>Expresión sexista</b>	<b>Alternativa no sexista</b>
El interesado:	El/la interesado/a:
Estimado:	Estimado(a):

### Uso de la arroba

No utilice la arroba - @ - para designar de manera indistinta a hombres y/o mujeres; no es un signo lingüístico y en términos de un lenguaje incluyente nuestro idioma es rico en vocablos para recrear la igualdad y equidad entre las personas.

<b>Uso incorrecto</b>	<b>Alternativa no sexista</b>
Funcionari@s...	Funcionarias y funcionarios...
Director@s...	Directores y Directoras...
Maestr@s...	Las y los maestros...

## RECOMENDACIONES

En las siguientes recomendaciones se recuperan los recursos proporcionados previamente para identificar y transformar un lenguaje sexista en un lenguaje incluyente.

Piense en lo que quiere expresar y en el medio con lo que hará	Si se va a expresar alguna idea con base en un texto y éste se va a leer en voz alta, no use la arroba ni la diagonal.
Tenga en cuenta la extensión y el tipo de mensaje	Considere que las repeticiones resultan más molestas en un mensaje largo que en un texto corto
Establezca modelo de textos de uso habitual	Revise y actualice los textos para comprobar que sean inclusivos
Sea una persona crítica en cuanto a sus visiones del mundo	Cuestione hasta qué punto el sexo que tiene una persona, su educación y sus circunstancias sociales y personales, no son elementos que influyen para que su lenguaje sea sesgado y propicie sexismo. Para determinarlo puede aplicar la regla de inversión, es decir, cambiar en

	alguna frase el término que corresponde a la mujer y observar si sigue siendo pertinente.
Utilice referencias que puedan adecuarse a los diferentes sexos	Use docentes, la persona, la juventud. Evite el vocablo hombre como genérico, pues es ambiguo.
Alterne la estrategia de emplear palabras neutras con la de usar pares íntegros o abreviados	Considere el tipo de texto. Si se usan mucho las palabras neutras resultan incómodas. Los pares abreviados son inconvenientes para su lectura; úselos solamente en textos breves.
Use su imaginación teniendo en cuenta la extensión de los textos y su efecto.	Use los genéricos, elimine los artículos, redacte la frase en otra forma.
Tenga en cuenta el orden de los pares.	No coloque siempre el masculino adelante, pues no hay razón alguna para ello.
Al referirse a profesiones use los femeninos correspondientes.	Al referirse a profesiones emplee los femeninos correspondientes aunque al principio le parezcan raros.
No se refiera a una interlocutora de forma distinta que aun interlocutor.	No use diminutivos o mote (“damita”, “mujercita”, o bonita) frente al nombre o apellido de una mujer, c
Procure no referirse a las mujeres como un grupo aparte	Determine su intención comunicativa. No nombre a las mujeres como objetos poseídos por los hombres, refiérase a ellas en forma personal.  Es mejor decir:  Lucía, que la mujer de Paco.

	Luis y Ana, que Luis y señora.
Vigile que los pares que utiliza sean realmente simétricos	Puede elegir la estrategia de evitar los términos peyorativos, o bien trate de usarlos insistiendo en su significado positivo para recuperar la simetría. Evite tanto como pueda emplear el vocablo “señorita”.
Evite el masculino universal y haga uso de un lenguaje incluyente	<p>Emplee un lenguaje incluyente valiéndose de la duplicación del morfema de género cuando sea necesaria ( un compañero y una compañera, actores y actrices, amigos y amigas), o de los paréntesis, o la barra para abreviar: por ejemplo, el niño (a); el niño/a.</p> <p>Las estadísticas revelan que el número de mujeres que practica la docencia y el de niñas que asiste al tecnológico es mayor que el de hombres, de ahí que merezcan un lugar en el texto.</p>
Use genéricos	Use el género (persona, ser humano, población, alumnado, juventud, comunidad escolar, personal docente, humanidad, grupo). En lugar de un adulto, use una persona adulta, en lugar de el hombre, use la humanidad; en vez de el ser humano, seres humanos.
Atienda a que el uso de colectivos no siempre obvia la inclusión de las mujeres.	Use nombres colectivos sin marca de género y utilice también ambos morfemas de género, como en alumnas y alumnos (en lugar de sólo de alumnos); madres y padres (en lugar de padres), tratando de alternar de manera equitativa el orden ( unas

	veces va) primero el masculino y otras el femenino). Decir niños y niñas no es repetir, sino nombrar termina con el ocultamiento y el menosprecio implícitos en el uso del masculino universal.
Nombre de la carrera, cargos y profesiones con un lenguaje incluyente	Utilice ingeniera, maestra, doctora, licenciada, diputada, carpintería, jueza.
Use pronombres relativos	Use quien, en lugar de el. Por ejemplo: "estará en la escolta quien tenga el mejor promedio", en lugar de "el que tenga mejor promedio".
Incorpore formas genéricas	Use gente, personas y formas mixtas; diríjase al alumnado y al conjunto de seres humanos.
Aumente la presencia de colectivos femeninos	Aumente la representación de colectivos mixtos con diversidad de género, edad y ocupación, cuyos integrantes interactúen de manera constructiva. Reduzca la presencia de colectivos masculinos.

## GLOSARIO

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

**Discriminación:** Toda distinción, exclusión, restricción o preferencia que, por acción u omisión, con intención o sin ella, no sea objetiva, racional ni proporcional y tenga por objeto o resultado obstaculizar, restringir, impedir, menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y libertades, cuando se base en uno o más de los siguientes motivos: el origen étnico o nacional, el color de piel, la

cultura, el sexo, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, económica, de salud o jurídica, la religión, la apariencia física, las características genéticas, la situación migratoria, el embarazo, la lengua, las opiniones, las preferencias sexuales, la identidad o filiación política, el estado civil, la situación familiar, las responsabilidades familiares, el idioma, los antecedentes penales o cualquier otro motivo; También se entenderá como discriminación la homofobia, misoginia, cualquier manifestación de xenofobia, segregación racial, antisemitismo, así como la discriminación racial y otras formas conexas de intolerancia.

**Género:** Conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales y políticas construidas en cada cultura y momento histórico, tomando como base la diferencia sexual; a partir de ello se construyen los conceptos de “masculinidad” y “feminidad”, los cuales establecen normas y patrones de comportamiento, funciones, oportunidades, valoraciones y relaciones entre mujeres y hombres.

**Lenguaje accesible:** Es aquel que está dirigido a mejorar la información y comunicación del centro de trabajo hacia el personal que lo conforma, haciéndola clara, abierta, fluida, concisa y de fácil entendimiento con la finalidad de eliminar cualquier barrera en la comunicación.

**Lenguaje Incluyente:** Se utiliza para dirigirse a la amplia diversidad de identidades culturales refiriendo con ello a la igualdad, la dignidad y el respeto que merecen todas las personas sin importar su condición humana sin marcar una diferencia en la representación social de las poblaciones históricamente discriminadas evitando definir las por sus características o condiciones.

**Lenguaje no sexista:** Es el uso de aquellas expresiones de la comunicación humana tendientes a visibilizar a ambos sexos, particularmente a las mujeres, eliminando la subordinación, la humillación y el uso de estereotipos.



**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.

**Violencia:** Cualquier acción u omisión que cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte, y que se puede presentar tanto en el ámbito privado como en el público.