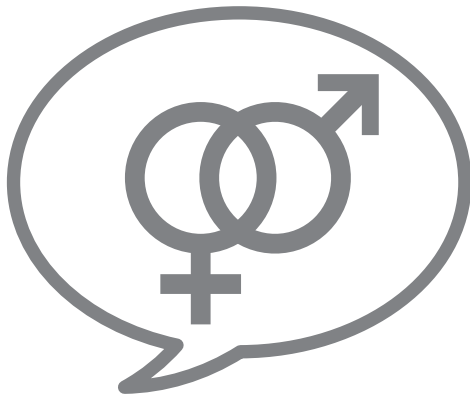


## Guía práctica del uso del lenguaje incluyente en comunicados oficiales



### Lenguaje con igualdad

Entre las formas de discriminación, el sexismo es uno de los más extendidos, éste consiste en el trato desigual y en la segregación de un sexo por considerarlo inferior o diferente.

El Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred) y el Instituto Nacional de Desarrollo Social (Indesol) proponen algunas recomendaciones para incluir un lenguaje no sexista en los documentos y comunicados oficiales.

Los párrafos siguientes presentan opciones para hacer uso incluyente del lenguaje. No son reglas estrictas pues siempre existe la posibilidad de encontrar alternativas para usar un lenguaje no sexista. Es fundamental el compromiso de cada una de las personas para fomentar una cultura de inclusión. Recuerde que con las palabras se puede incluir o excluir, denigrar o respetar.

#### 1. Utilizar colectivos, grupos o plurales en lugar de dos sustantivos

Expresión sexista	Alternativa incluyente
Los empleados y las empleadas	El personal de la institución
Los servidores públicos	Funcionarios de la institución
Los alumnos y las alumnas	El alumnado El estudiantado

#### 2. Nombrar a los dos sexos utilizando los artículos *las* y *los* permite visibilizar a las mujeres

Expresión sexista	Alternativa incluyente
Los directores	Las y los directores
Los jefes de departamento	Las y los jefes de departamento
Los servidores públicos	Las y los servidores públicos
Los usuarios	Las y los usuarios

De esta forma se puede prescindir del uso constante de diagonales —las/los—, de paréntesis —maestros(as)— y de los sustantivos —maestros y maestras—.

#### 3. Evitar usar artículos masculinos (los) posibilita el lenguaje incluyente

Expresión sexista	Alternativa incluyente
Los que cuenten con el servicio	Quienes cuenten con el servicio
Los lectores	Quienes leen Usted que lee
Los demás	El resto de la gente Otras personas

#### 4. Los genéricos universales (el hombre) deben sustituirse por genéricos incluyentes (ser humano)

Expresión sexista	Alternativa incluyente
Hombre	Ser humano Personal Humanidad
Ciudadanos	Ciudadanía
Desempleados	Personas en desempleo
Los mexicanos	El pueblo mexicano
Hola a todos	Buenas tardes tengan ustedes

#### 5. Los puestos y los cargos pueden expresarse con un lenguaje no sexista

Expresión sexista	Alternativa incluyente
Jefe de departamento...	La jefatura de departamento de...
Directores...	Direcciones...
Subdirectores...	Subdirecciones...
Trabajadores...	Personal, plantilla, personas trabajadoras, quienes trabajan...

## 6. La singularización social universaliza y hace invisible a la diversidad de grupos que existen

Expresión sexista	Alternativa incluyente
La mujer	Las mujeres
El hombre	Los hombres
El adulto mayor	Las y los adultos mayores
El joven	Las y los jóvenes La juventud

## 7. Evitar el uso del masculino en la profesión u ocupación de las mujeres es fundamental

Expresión sexista	Alternativa incluyente
La ingeniero Cecilia	La ingeniera Cecilia
La médico María	La médica María
La jefe de departamento, licenciado Alejandra	La jefa de departamento, licenciada Alejandra

## 8. Evitar el uso exclusivo del femenino para las profesiones tradicionalmente asociadas con las mujeres

Expresión sexista	Alternativa incluyente
Las secretarías	El personal secretarial
Las enfermeras	El personal de enfermería
Las terapistas	El personal de terapia

## 9. Uso del símbolo arroba (@)

Se utiliza como un medio para referirse a hombres y mujeres. Sin embargo, en el lenguaje escrito oficial no es recomendable usar arroba[@]: estimad@.

## 10. Cuando no sabemos si es hombre o mujer a quien nos dirigimos es recomendable usar diagonales o paréntesis

Expresión sexista	Alternativa incluyente
Estimado	Estimado(a) estimado/a
Interesado	Interesado(a) interesado/a A quien corresponda

## 11. Algunos criterios generales para orientar el uso no discriminatorio del material visual

- Presentar a mujeres y hombres participando en actividades de manera equitativa y libre de estereotipos.
- No asociar a las mujeres a los papeles domésticos ni a las estrategias de consumo o publicidad.
- Presentar a las mujeres en el mundo público, la vida económica y la participación política.
- Incluir de forma equitativa a las mujeres y a los hombres en espacios profesionales de prestigio social y económico.
- Mostrar a la mujer con deseos y voluntad propia.
- Eliminar la presentación de las mujeres como recompensas del éxito masculino o de sus prácticas de consumo.
- Mostrar la diversidad de mujeres que existe.



Dirección de Servicios Administrativos y Bienes  
Lic. Jorge Guerrero Almaraz

Subdirección de Administración de Personal  
Lic. Claudia Isela Jiménez Gutiérrez

### Elaboración

Lic. Cristina Sarai Romero Villa  
Responsable del proyecto de Certificación  
Igualdad Laboral

cristinasarai.romero@bachilleres.edu.mx

### Norma Mexicana para la Igualdad Laboral entre Mujeres y Hombres NMX-R-025-SCFI-2012

[...]

- 4.1.1.2 Utilización de lenguaje no sexista, es decir, haciendo referencia a mujeres y hombres por igual en:
- 4.1.1.2.1 La misión, visión, política o Código de Ética o Conducta de la organización.
  - 4.1.1.2.2 Los reglamentos y manuales de procedimientos existentes en la organización.
  - 4.1.1.2.3 Los formatos de la organización.
  - 4.1.1.2.4 El catálogo de puestos.
  - 4.1.1.2.5 Las comunicaciones internas y externas de la organización (documentos oficiales, imágenes que tomen en cuenta las distintas necesidades de mujeres y hombres, entre otras).

### Bibliografía

Conapred (2009). *10 recomendaciones para el uso no sexista de lenguaje*.

Indesol (2011). *Manual. Uso de lenguaje incluyente en textos y comunicados oficiales*.