



RECOMENDACIONES

BÁSICAS PARA EL USO DEL

LENGUAJE

INCLUYENTE

NO SEXISTA Y ACCESIBLE

PRESENTACIÓN

Con finalidad de convertir nuestro espacio de trabajo en un lugar que fomente la igualdad laboral y no permita la discriminación en ninguna de sus formas, el uso incluyente, no sexista y accesible del lenguaje es indispensable para promover relaciones de respeto e igualdad entre los géneros, visibilizar a las mujeres y otros grupos sociales, así como prevenir la violencia y discriminación contra cualquier persona.

La presente guía tiene como finalidad facilitar el uso de este tipo de lenguaje en las comunicaciones escritas, orales y visuales de las y los servidores públicos que laboran en el Congreso del Estado de Hidalgo, así como de toda aquella persona interesada en eliminar el sexismo en el lenguaje y contribuir a la igualdad entre mujeres y hombres.

OBJETIVO

Promover el uso de estrategias y alternativas de lenguaje incluyente, no sexista y accesible que contribuyan a evitar el sexismo y la exclusión en las comunicaciones escritas, orales y visuales de las y los servidores públicos que laboran en el Congreso del Estado de Hidalgo, así como de toda aquella persona interesada en eliminar el sexismo en el lenguaje y contribuir a la igualdad entre mujeres

LENGUAJE INCLUYENTE Y NO SEXISTA

¿POR QUÉ UTILIZARLO?

Porque nombra y visibiliza a todos los grupos históricamente excluidos, eliminando las expresiones y palabras que generan y minimizan la violencia, la desigualdad y la discriminación.

BENEFICIA A HOMBRES Y MUJERES

INCLUYENTE

- Porque promueve relaciones de respeto e igualdad entre las personas.



NO SEXISTA

- Porque implica la eliminación de expresiones de desprecio, ridiculización y subordinación de las mujeres.



A hombres

- Contribuye a eliminar los estereotipos masculinos que se imponen a los hombres y que anulan el reconocimiento de su propia diversidad.

A mujeres

- Contribuye a eliminar y prevenir la discriminación contra la mujer, al tiempo que visibiliza la participación de las mujeres, eliminando prácticas que obstaculizan el ejercicio de sus derechos.



Conoce más recomendaciones para el uso del Lenguaje Inuyente y no Sexista

LENGUAJE INCLUYENTE

RECOMENDACIONES PARA SU USO

UTILIZA LA PALABRA PERSONA

Es la manera práctica de referirse a la amplia diversidad de IDENTIDADES CULTURALES.



- Personas con preferencias distintas a la heterosexual.
- Esther, la mujer transexual que trabaja en mi oficina

- Discapacitado
- Inválido
- Invidente

- Personas de color

- Indios

- Ancianos

- Personas con VIH/sida

- Ilegales

- Sectas religiosas

- Sirvienta, sirviente



- Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTI).
- Esther, la mujer que trabaja en mi oficina.

- Persona con discapacidad
- Persona con discapacidad física
- Persona ciega

- Población afrodescendiente

- Personas indígenas

- Personas adultas mayores

- Personas con VIH

- Personas migrantes

- Grupos religiosos

- Trabajadora y trabajador del hogar



10 RECOMENDACIONES PARA EL USO DEL LENGUAJE NO SEXISTA

USA LA PALABRA PERSONA

01

✗ El trabajador que requiera renovar su credencial

✓ La persona que requiera renovar su credencial

SI DESCONOCES EL GÉNERO USA QUIEN / QUIENES

06

✗ Tras la planeación, los administradores iniciarán el proceso

✓ Tras la planeación, quienes administren iniciarán el proceso

USA GENÉRICOS MÁS INCLUYENTES

02

✗ Los servidores públicos

✓ Las personas servidoras públicas

USA FORMAS QUE CONTEMPLAN A TODOS -NOS, NUESTRO, NUESTRA, SU, SUS-

07

✗ Se cuenta con un seguro de accidentes al servicio de los usuarios

✓ Se cuenta con un seguro de accidentes a su servicio

DESDOBLA LOS TÉRMINOS PARA NOMBRAR A AMBOS GÉNEROS

03

✗ Los diputados tienen responsabilidades

✓ Las diputadas y los diputados tienen responsabilidades

USA TÍTULOS ACADÉMICOS, CARGOS Y OCUPACIONES FEMENINOS

08

✗ La jefe de sección Susana Ramírez

✓ La jefa de sección Susana Ramírez

NOMBRA CORRECTAMENTE A CADA GÉNERO

04

SI ES MASCULINO

✓ El diputado

SI ES FEMENINO

✓ La diputada

MODIFICA TUS FORMAS DE CORTESÍA

09

✗ Señora de Pérez

✓ Erika Gómez

MENCIONA LOS CARGOS/PUESTOS Y NO A LAS PERSONAS

05

✗ Enviar los documentos a los coordinadores

✓ Enviar los documentos a las coordinaciones

USA FORMAS IMPERSONALES

10

✗ Invitamos a todos a la mesa de trabajo

✓ Les invitamos a la mesa de trabajo



Conoce más recomendaciones para el uso del Lenguaje Incluyente y no Sexista

COMO REDACTAR UN OFICIO CON LENGUAJE INCLUYENTE Y NO SEXISTA

01

Saludos para correos electrónicos y oficios.

Evita nombrar al sujeto en acción, usa generales:

- Titulares de Unidad.
- Direcciones Generales.
- Coordinaciones Presentes.

02

Cuando escribas tu texto atiende a la concordancia gramatical.

No mezcles el masculino con el femenino:

- ⊗ El encargado de la oficina, Lcda. Lucia Gil.
- ✓ La encargada de despacho, Lcda. Lucia Gil.

¡NO LO OLVIDES, PRACTICAR ES LA CLAVE!

Cuando redactes un texto visibiliza a las mujeres y pon en práctica el lenguaje incluyente.

Omite información que sobreespecifique.

Evita agregar artículos masculinos en el texto cuando no son necesarios:

- ⊗ El horario de atención de la Oficialía de Partes **a los usuarios...**
- ✓ El horario de atención de la Oficialía de Partes es de 9:00 a 15:00 hrs.

03

Fórmulas poco recomendables para la redacción

Existen ciertos signos con los que se debe tener especial cuidado:

Arroba: No es un signo lingüístico se recomienda **NO usarla.**

La X: Invisibiliza a las mujeres en el lenguaje, se recomienda **NO usarla.**

04



Conoce más recomendaciones para el uso del Lenguaje Incluyente y no Sexista

USO DE IMÁGENES NO SEXISTAS +

Las imágenes también son parte del lenguaje y pueden reproducir o ampliar la carga sexista mediante estereotipos y roles de género.



- **Una división del trabajo entre hombres y mujeres:** los hombres en el trabajo, las mujeres en el hogar como amas de casa.
- **Un modelo físico de mujer:** blanca, joven, bella, rica, sumisa y tonta, a quien no le importa su capacidad intelectual.
- **Mujeres como objetos sexuales,** asociadas a las publicidad de productos.
- **Mujeres que compiten con otras mujeres** por la aprobación masculina.



Presentar a mujeres y hombres participando en actividades libres de estereotipos: los hombres haciendo tareas del hogar, las mujeres en la vida económica y pública.

Mostrar la diversidad de mujeres que existen: visibilizando a las de medios rurales, de diversas etnias o con alguna discapacidad.

Mostrar a las mujeres con metas personales y voluntad propia.

Eliminar la presentación de las mujeres como recompensas del éxito masculino.

SE RECOMIENDA: No censurar imágenes de lactancia materna en público, pues se trata de una actividad natural.

¡Es necesario promover el uso de imágenes donde se muestre a mujeres y hombres en un plano equitativo, con el fin de avanzar hacia una sociedad más igualitaria!

LENGUAJE ACCESIBLE

¿QUÉ ES EL LENGUAJE ACCESIBLE?

Es aquel lenguaje que permite habilitar la participación de las personas con discapacidad en su día a día, haciendo la comunicación clara, abierta, fluida, concisa y de fácil entendimiento.



Uso de **IMÁGENES** lógicas y nítidas.



SUBTÍTULOS durante todo el contenido.



LENGUA DE SEÑAS visible durante todo el contenido.



Uso de **AUDIO** claro y articulado.

ELEMENTOS DEL LENGUAJE ACCESIBLE:

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Permite habilitar la participación de las personas con discapacidad en su día a día, haciendo la comunicación clara, abierta, fluida, concisa y de fácil entendimiento.

GLOSARIO

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).

Sexo

Conjunto de diferencias biológicas, anatómicas y fisiológicas de los seres humanos que los definen como hombres y mujeres (varón o hembra).

Sistema sexo-género

Sistema sociocultural por el que se asocia al sexo reproductivo un conjunto de valores, creencias y actitudes.

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.

Androcentrismo

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

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.

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.

Igualdad sustantiva

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

Igualdad

Que todas las personas gocemos de los mismos derechos y tengamos acceso a las mismas oportunidades. Sin importar el sexo, color de piel, etnia, creencias religiosas, discapacidades, diferencias socioeconómicas, etcétera, todas las personas debemos recibir respeto y contar con las condiciones efectivas para el ejercicio de nuestros derechos.

Equidad

Es el principio ético normativo asociado a la idea de justicia; bajo este concepto se trata de cubrir las necesidades e intereses de personas que son diferentes, especialmente de aquellas que están en desventaja.

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.

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.

Lenguaje sexista

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

Lenguaje no sexista

Se refiere a toda expresión verbal o escrita que hace explícito el femenino y el masculino y que por lo tanto significa un medio para transitar a una cultura en favor de la igualdad y el reconocimiento de los derechos de las mujeres.

Lenguaje accesible

Toda expresión verbal o escrita que utiliza preferiblemente vocabulario neutro como lo es referirse a "personas" y no a "hombres" cuando la palabra se refiere a los dos sexos, o hace evidente el masculino y el femenino y se nombra a las niñas y a los niños, por ejemplo. También evita generalizaciones del masculino para situaciones o actividades donde aparecen mujeres y hombres como decir "ciudadanos" cuando también se habla de "ciudadanas" y se puede decir "ciudadanía", que es un término más incluyente.

NORMATIVIDAD BÁSICA PARA EL USO DEL LENGUAJE NO SEXISTA, INCLUYENTE Y ACCESIBLE

- 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.
- 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.

REFERENCIAS:

- 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)
- Fonet-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.



RECOMENDACIONES
BÁSICAS PARA EL USO DEL
LENGUAJE
INCLUYENTE
NO SEXISTA Y ACCESIBLE