

Recomendaciones básicas para el uso de un lenguaje incluyente



Te interesa por que el lenguaje es una herramienta de cambio social, en la medida que es un producto social e histórico que condiciona nuestro pensamiento y determina la visión de mundo. Las palabras nombran, el lenguaje rige los imaginarios individuales y sociales, son la envoltura del pensamiento y otorga a las situaciones sus significados más específicos. Cualquier forma de nombrar o clasificar, puede parecer arbitraria pero responde a una función ideológica en la manera que determina una forma concreta de explicar la realidad (1)

El lenguaje refleja la sociedad y, como es lógico, puede ser tan racista, sexista, clasista

y heterocentrista como la sociedad que lo habla. Nuestra propuesta es el uso de un lenguaje incluyente como herramienta de cambio ya que nuestra lengua tiene la riqueza y los recursos suficientes para utilizarla sin necesidad de excluir, invisibilizar o estereotipar.

Un lenguaje incluyente contempla las especificidades, de forma que no utiliza la misma norma para todos los casos y elimina el uso de estereotipos que discriminen en alguna medida a las personas.

Estereotipo:

estereo (molde en latín) – Plancha de acero o plomo que imprime caracteres repetidamente sin ninguna modificación.

Los estereotipos son imágenes o ideas simplificadas y deformadas de la realidad, aceptadas comúnmente por un grupo o sociedad con carácter inmutable, que se vuelven verdades indiscutibles a fuerza de repetirse (2)

Utilizar un lenguaje incluyente es adaptarlo a las realidades político-sociales de un mundo en transformación y a su vez contribuir a las transformaciones sociales por un mundo más justo e igualitario.

El lenguaje no es sexista

“El llamado lenguaje no sexista es parte de lo que se conoce como lenguaje incluyente, inclusivo o integrador que contempla la no discriminación y la integración de la diversidad en el uso de la lengua.” (3)

En primer lugar, aclaremos que el lenguaje en sí mismo no es sexista, lo es el uso que de él hacemos. Podemos decir que se incurre en uso sexista del lenguaje cuando un hablante emite un mensaje que por forma y contenido (palabras escogidas, estructura...) resulta discriminatorio por razón de sexo.



Regional Centre LAC

1 Nuria Varela. “Feminismo para Principiantes” ED Sine Qua Non 2005

2 Luisa Antolín, citada en Nuria Varela. “Feminismo para Principiantes” ED Sine Qua Non 2005

3 exto extraído de la presentación de Sandra Chaher, de Artemisa Noticias durante una de sus presentaciones en las I Jornadas de Formación de San Salva-

dor . Mayo 2009.

Propuestas para el cambio

Con el lenguaje podemos incurrir en discriminación a la hora de elegir los términos, en la manera de expresarnos, de construir las frases, ordenar la información, adjetivar y a menudo, a través de la retórica, con expresiones discriminatorias de manera indirecta.

A continuación presentamos una serie de propuestas que hemos elegido después de revisar varios materiales sobre el tema. Destacamos como material de referencia:

- MEANA SUÁREZ, TERESA "Porque las palabras no se las lleva el viento"

Ed. Ayuntamiento de Quart de Poblet . España. 2004

Descargar en http://www.americalatina-genera.org/documentos/publicaciones/doc_212_Laspalabrasnoselasllevalviento.pdf

- El lenguaje, más que palabras.

Propuestas para un uso no sexista del lenguaje". EMAKUNDE. Emakumearen Euskal Erakundea- Instituto Vasco de la Mujer

- Informe sobre el lenguaje no sexista en el Parlamento Europeo. (2008). en www.scribd.com/doc/13488935/Informe-sobre-el-lenguaje-no-sexista-en-el-Parlamento-Europeo

- Medina Guerra, A. M. (coord.) (2000). Manual de lenguaje administrativo no sexista, Asociación de Estudios Históricos sobre la Mujer (Universidad de Málaga) y Área de la Mujer del Ayuntamiento de Málaga, España. en <http://www.scribd.com/doc/396911/MANUAL-NO-SEXISTA>

- Agulló i Gracia, X. (2008). Guía rápida para un lenguaje no sexista en <http://www.etia.biz/blog/guia-sinsexismos.pdf>

"-Cuando yo uso una palabra –insistió Humpty Dumpty con un tono de voz más bien desdeñoso- quiere decir lo que quiero que diga... ni más ni menos.

-La cuestión es –insistió Alicia- si se puede hacer que las palabras signifiquen tantas cosas diferentes.

-La cuestión –zanjó Humpty Dumpty- es saber quién es el que manda. Eso es todo."

("Alicia a través del espejo", Lewis Carrol, s. XVIII)



Utilización de genéricos reales y nombres colectivos

Existen en nuestras lenguas términos tanto masculinos como femeninos que se refieren a ambos sexos. En esta propuesta caben el uso de abstractos y perífrasis. Se recomienda su uso por encima de las dobles formas. En el caso de las profesiones, podemos aludir al cargo, profesión o título en lugar de la persona que lo desempeña. (GERENCIA, JEFATURA en lugar de, abogacía, jefatura, dirección...etc)

Sí

- El vecindario
- El profesorado
- El personal, la plantilla
- La ciudadanía
- Amistades
- Dirección
- tutoría, titulación, licenciatura,
- La legislación establece que...
- La redacción
- Acuda a nuestro servicio de asesoría
- Equipo de coordinación
- Las mujeres exigieron a la judicatura..
- La humanidad, las personas, el ser humano...
- Muchas personas invitadas
- Clase política
- Todo el mundo sabe
- Como mucha gente sabe

No

- Los vecinos
- Los profesores
- Los trabajadores
- Los ciudadanos
- Amigos
- Director, gerentes, jefes
- Tutor, titulado, licenciado
- El legislador establece que..
- Los redactores
- Acuda a nuestro asesor
- Los coordinadores
- Las mujeres exigieron a los jueces...
- Los hombres
- Muchos invitados
- Políticos
- Todos sabemos
- Como muchos piensan

Propuestas para el cambio

Sí

Para evitar la utilización de la palabra “hombre” como universal

se puede cambiar por la primera (o incluso la tercera) persona del plural sin mencionar sujeto y en otras ocasiones por los pronombres nos, nuestro, nuestros, nuestra, nuestras. También, a veces, tratar de usar una forma impersonal en tercera persona con se.

En la Prehistoria se vivía en cuevas
Vivíamos en cuevas
Vivían en cuevas
Así como la humanidad, los seres humanos, la gente, las personas, etc. etc.
Es bueno para nuestro bienestar

En la Prehistoria el hombre vivía en cuevas
Es bueno para el bienestar del hombre

“La antigua idea de que las palabras tienen poderes mágicos es falsa; pero esa falsedad implica la distorsión de una verdad muy importante.

Las palabras tienen un efecto mágico... aunque no en el sentido en que suponían los magos, ni sobre los objetos que éstos trataban de hechizar.

**Las palabras son mágicas por la forma en que influyen en la mente de quienes las usan.”
(Aldous Huxley)**



Propuestas para el cambio

Desarticulación

Es uso del artículo masculino (o femenino) acompañando a un sustantivo de género común: 'el profesional'. La propuesta es la Desarticulación (o eliminación del artículo en sustantivos neutros) Fui con unos colegas profesionales // Fui con colegas profesionales.

La concordancia gramatical de género entre artículos, sustantivos y adjetivos.

Una propuesta pasaría por concordar con el último artículo o sustantivo.

Aunque se nos haría extraño decir "Oscar y Marta están dormidas" pero no "Marta y Oscar están dormidos" esta es una de las posibilidades que podemos usar. La opción más recomendable para estos casos es usar el gerundio. "Oscar y Marta están durmiendo"

Uso de los dos géneros gramaticales: dobles formas

Las dobles formas es uno de los recursos más criticados y la tendencia es tratar de evitarlo en la medida que sea posible hacerlo, siempre que no incurramos en discriminación. Es necesario señalar que no consideramos que sea una repetición nombrar en masculino y femenino cuando se representa a grupos mixtos. Son realidades diferentes y como tales deben ser nombradas. No es duplicar.

Con este recurso también debemos cuidar la alternancia (en unas ocasiones femenino/masculino y en otras masculino / femenino) para no jerarquizar.

Otra posibilidad es usar explicaciones que clarifiquen que el masculino está siendo

usado de modo genérico. Los jóvenes, mujeres y varones, llenaron el estadio. Los jóvenes, de uno y otro sexo, llenaron el estadio.

Uso de las barras.

Es un recurso a evitar, pues corta la lectura, aunque en determinados casos, como los listados, pueden ser muy útiles. etc.

Uso de la arroba (@).

Es un recurso informal, por lo que su uso debe limitarse a medios o momentos de lenguaje muy informal, como en mensajes SMS, e-mails personales, etc.



Propuestas para el cambio

Pronombreización (o uso del quien o el cual)

Usar formas verbales impersonales: Habrá un aumento salarial por Los trabajadores recibirán un aumento.
Evitar el uso de el, los, aquel, aquellos, seguidos del relativo que (con sentido general). Puede sustituirse por quien, quienes, las personas que... y usar estructuras con SE

Sí

"Quien sepa leer entre líneas lo entenderá"
"Quienes dispongan de pasaporte..."
Quien lee este libro
Quienes viajan se esperan
Quienes piensan que
Se dará un aumento salarial

"El que sepa leer entre líneas lo entenderá"
"Aquellos que dispongan de pasaporte..."
Los lectores de este libro
Los viajeros se esperan
Los que piensan que
Los trabajadores recibirán un aumento

Se puede cambiar el verbo de la tercera a la segunda persona singular (tu ó usted) o la primera del plural sin mencionar el sujeto. Si queremos un tono más impersonal también podemos utilizar el verbo en tercera persona del singular precedido por se. Esto en las instrucciones generales y en otras ocasiones.

Sí

"Si usted posee un abono podrá viajar gratis"
"Se debe tener un abono para poder viajar gratis"
"Sentiremos gran satisfacción al tener en las manos un libro tan importante"
"Sentirás..."
"Sentirá usted..."
"Siempre se critica sin aportar soluciones"

"Si usted posee un abono podrá viajar gratis"
"Se debe tener un abono para poder viajar gratis"
"Sentiremos gran satisfacción al tener en las manos un libro tan importante"
"Sentirás..."
"Sentirá usted..."
"Siempre se critica sin aportar soluciones"

En casos de adverbios, pronombres,... con marca de género masculino. Podemos decir, Minoría, mayoría. en lugar de pocos, muchos...



Propuestas para el cambio

Sustituir uno por alguien, cualquiera, la persona, una persona, el ser humano... Y si uno es sujeto también se puede utilizarla segunda persona del singular o la primera del plural sin sujeto expreso

"Cuando nos despertamos por la mañana..."
"Cuando alguien se despierta..."
"Cuando una persona se despierta..."
"Cuando cualquiera se despierta..."
"Al despertarnos por las mañanas..."
"Cuando alguien lee las noticias..."
"Cuando lees las noticias..."

"Cuando uno se despierta por las mañanas..."
"Cuando uno lee las noticias..."

Estrategias gramaticales que nos permiten no tener que especificar el sexo del referente.

El uso de adjetivos, nombres, pronombre... cuya forma es invariable en cuanto al género: "amable", "inteligente", "votante", "representante", "portavoz", "tú", "usted", "quien" (sin anteponer determinantes en masculino).

En castellano no es necesario que el sujeto aparezca explícitamente pues se puede recuperar a partir del uso explícito de los pronombres.

En el plano semántico...

"Queremos promover la enseñanza pública".
"La renta per cápita en América Latina es superior a..."

"Nosotros queremos promover la enseñanza pública."
"Los latinoamericanos tienen una renta per cápita superior a..."

Uso de gerundios

- "Trabajando adecuadamente desde la política se puede lograr un cambio".
- "Votando a este partido lo lograremos".

- "Si los políticos trabajamos adecuadamente, se puede lograr un cambio".
- "Si los ciudadanos votan a este partido, lo lograremos".

Pasivas reflejas o perifrásicas

"Se propondrán soluciones desde el partido".
"En el congreso se debatirán cuestiones esenciales".
"Estas cuestiones están a punto de ser debatidas en el Congreso".-

"Los miembros del partido propondremos soluciones".
"Los congresistas debatirán cuestiones esenciales".
- "Los diputados están a punto de debatir estas cuestiones"



Propuestas para el cambio

Recomendaciones de trato:

Evitar que se nombre a las mujeres como dependientes, complementos, subalternas, que se nombran por su relación con él. Algunas recomendaciones son: Nombrar igualmente a las mujeres y a los varones; Utilizar nombre y apellido para nombrar a las mujeres; No utilizar denominaciones asimétricas (son discriminatorias): señor/señorita (expresión de estado civil); No presentar a la mujer subordinada al varón.

En la fiesta, las personas invitadas...

El alumnado podrá acudir con sus parejas

Los pueblos nómadas se trasladaban con sus enseres de un lugar a otro

El señor Martínez y la señora González"

En la fiesta, los invitados y sus mujeres...

Se organizarán actividades culturales para las esposas de los congresistas"

"El Señor X acudió a la exposición acompañado de su mujer"

Los alumnos podrán acudir con sus novias
Los nómadas se trasladaban con sus enseres, mujeres y niños de un lugar a otro
El señor Martínez y la señora Pili"

No utilizar diferentes cualidades o adjetivos para describir hombres y mujeres, específicamente aquellos que encasillan hombre y mujeres en sus roles tradicionales. En este caso se recomienda utilizar términos genéricos o colectivos para sustituir palabras marcadas sexualmente (Ejemplo: "Se necesitan limpiadoras" por "Se necesita personal de limpieza"). Evitar la feminización de algunas profesiones (tradicionalmente femeninas) y visibilizar a las mujeres en las profesiones prestigiosas:

El personal de secretaría, secretariado por las secretarias. // El personal de enfermería por Las enfermeras. Por esta misma razón es importante utilizar el femenino de los títulos profesionales: Médica, jueza, abogada... (no hay ninguna razón lingüística que impida esto)

Ver algunas recomendaciones [Diccionario Maria Moliner](#) reconocidos como válidos:

- Válidos: juez/jueza; presidente/presidenta; concejal/concejala; jefe/jefa; dragón/dragona; líder/lideresa
- Válidos: miembro, conserje, joven, sujeto
- No válidos: miembra, conserja, jóvenes, sujeta

Es importante no utilizar el género femenino para descalificar ni alusiones peyorativas a las mujeres o a los valores, comportamientos, y actitudes. Ejemplo: "No seás nena"

Procurar utilizar el femenino plural "mujeres" (con o sin adjetivos) o individualizar ("cada mujer", "una mujer", etc.) Debemos tener presente que nos referimos a un colectivo diverso y no caer en estereotipo y etiquetas. Igualmente es necesario recordar que cuando hablamos de la mitad de la población no puede ser un colectivo, grupo aparte o minoría. Las mujeres constituyen más de un cincuenta por ciento de la sociedad y, al igual que los varones pertenecen a colectivos diferentes.





Breves recomendaciones para el uso del lenguaje incluyente

En el caso del tratamiento de personas con diferentes capacidades, el problema antes eran los términos que se usaban, hablando de personas capaces e incapaces, subnormales, personas retrasadas... Hoy no es políticamente correcto hablar en estos términos pero el uso sigue siendo paternalista, estereotipado y marginal (no se les da voz en los medios masivos, salvo en contadas ocasiones y normalmente presentado como víctimas o beneficiarios de programas sociales)

En cuestiones de diversidad étnica, racial y cultural, los medios transmiten, a través del lenguaje y también del enfoque etnocéntrico, las jerarquías socio raciales implícitas en las relaciones de las sociedades multiculturales. Se expresa a menudo a través de estereotipo y con la antítesis y expresiones excluyentes: (nosotros/ellos), la criminalización asociada a determinados grupos étnico raciales, el encasillamiento en temas particulares...

Esto son sólo algunas recomendaciones para que te sea más sencillo comenzar, sin embargo las posibilidades que ofrece la lengua son múltiples.

Los numerosos recursos de que dispone la lengua nos permiten elaborar discursos variados, no repetitivos, precisos y no sesgados, sin que por ello tengamos que renunciar a las normas gramaticales y a la economía del lenguaje.

No se trata de buscar fórmulas estrictas ni matemáticas, si no de conciarnos de la estrecha relación que existe entre el lenguaje y el pensamiento. Sólo de esta forma vamos a ir modificando nuestro lenguaje para romper los estereotipos, cuando nos hagamos conscientes de las implicaciones que este tiene en la construcción del imaginario colectivo.

Te invitamos a explorar y rediseñar, tratando de seguir las normas gramaticales.

