

# GUÍA BÁSICA PARA UN USO DEL LENGUAJE NO SEXISTA

UNIDAD DE IGUALDAD

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

# LO QUE NO SE NOMBRA NO EXISTE NOMBRAR ES VISIBILIZAR, CONOCER Y RECONOCER

Desde la Unidad de Igualdad de la Universidad Complutense de Madrid consideramos el lenguaje como una herramienta de transformación social.

Nuestro objetivo es construir una cultura de igualdad, por ello hemos elaborado las siguientes recomendaciones básicas para promover un uso no sexista del lenguaje tanto en el ámbito universitario, como fuera de él.

# ¿QUÉ ES EL LENGUAJE SEXISTA?

La **lengua** es el sistema de signos orales y escritos que permiten la comunicación entre las personas de una misma comunidad lingüística. El idioma propiamente dicho.

El **lenguaje** es la capacidad de los seres humanos para utilizar signos orales y escritos, sonidos y gestos que poseen un significado que les hemos atribuido. Nos permite abstraer, conceptuar, comunicar y relacionarnos. Es la manera que tenemos de utilizar el idioma.

El **sexismo lingüístico o lenguaje sexista** es el que utiliza palabras o estructuras que invisibilizan o excluyen a las mujeres. Es decir, no es algo característico de la lengua como sistema, sino que se apoya en algunos de los usos arraigados y aceptados como correctos. Se trata de una construcción social fruto de un modelo androcéntrico que considera al hombre como medida de todas las cosas y que refleja, transmite y refuerza un modelo no igualitario.

# ¿POR QUÉ USAR UN LENGUAJE NO SEXISTA?

El uso que hacemos de la lengua influye en la construcción de la identidad personal y determina la mentalidad colectiva y la conducta social. Para poder alcanzar una igualdad efectiva entre mujeres y hombres es necesario que el lenguaje refleje esa igualdad.

La Ley Orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva entre mujeres y hombres, en su art. 14 establece que, entre otros, serán criterios generales de actuación de los poderes públicos, “la implantación de un lenguaje no sexista en el ámbito administrativo y su fomento en la totalidad de las relaciones sociales, culturales y artísticas”.

Resulta fundamental utilizar un lenguaje libre de sexismo en el ámbito universitario, ya que somos un espejo en el que la sociedad se mira. Formamos a profesionales de distintos ámbitos y tenemos que ser conscientes de que nuestro lenguaje habrá de ser vehículo de conciencia social y de igualdad.

# ¿CÓMO USAR UN LENGUAJE NO SEXISTA?

La lengua, como herramienta rica en recursos, nos permite escoger entre infinidad de formas y posibilidades a la hora de expresarnos.

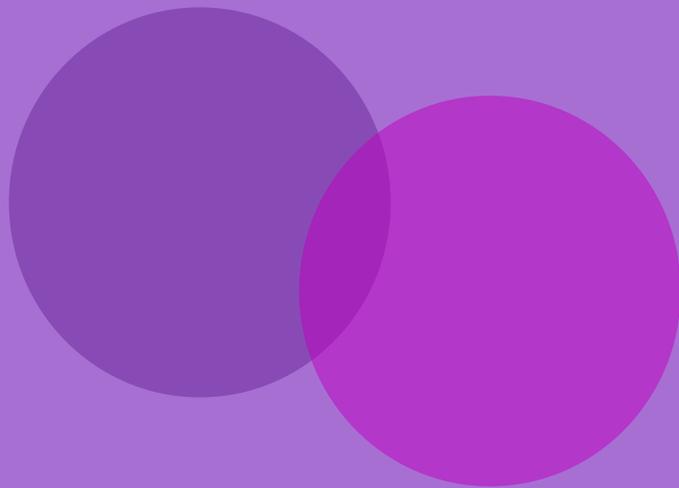
- Evita un discurso que ignore a las mujeres y sus experiencias. Nómbralas allí donde aparezcan para no contribuir a su invisibilización.
- Haz referencia a **"las mujeres"** no a "la mujer" ya que no hay una sola mujer, ni un solo modelo de mujer.
- No uses el masculino en un sentido genérico para referirte a grupos mixtos y mucho menos para referirte a grupos de mujeres.
- Si nombras una realidad en la que hay más mujeres que hombres, utiliza la lógica y antepón el femenino inclusivo.

- Utiliza el femenino en **cargos, profesiones, ocupaciones, títulos y rangos**. Por ejemplo: graduada, licenciada, diplomada, doctora, técnica, catedrática, profesora, PAS/PDI funcionaria.
- Procura utilizar **términos inclusivos** como *profesorado, docentes, alumnado, estudiantes, ciudadanía* y, cuando no sea posible, utiliza **desdoblamientos**.
- Evita términos masculinos innecesarios y sustitúyelos por **epicenos** como *persona, sujeto, etc.*
- Utiliza **quien, quienes, cada, persona, personas** en lugar de los determinantes *el, los, aquel, aquellos, todos*.
- Utiliza los determinantes invariables **cada, cualquier** o el posesivo **su**. Por ejemplo: utiliza *Cada una de las personas interesadas* en lugar de *Todos los interesados*.

- Siempre que no modifique el significado de la oración:
  - **Suprime el artículo los.** Por ejemplo, *El curso está dirigido a profesionales* en lugar de *El curso está dirigido a los profesionales*
  - Usa la **impersonalidad**. Por ejemplo, *Navegar con identificación* en lugar de *Navegar identificado* y *Se puede cancelar la matrícula* en lugar de *Los alumnos pueden cancelar la matrícula*.
  - **Omite el sujeto.** Por ejemplo, *Habrá un debate* en lugar de *Los participantes mantendrán un debate*.
  - Utiliza la **segunda persona del singular** (tú o usted). Por ejemplo, *Si decides inscribirte en el curso obtendrás un certificado de formación* o *Si decide inscribirse en el curso obtendrá un certificado de formación* en lugar de *Los alumnos y los profesores que decidan inscribirse en el curso obtendrán un certificado de formación*.

- Emplea el **infinitivo** o el **gerundio** del verbo. Por ejemplo, *Inscribiéndose a través del formulario se accederá al curso* en lugar de *Los que se inscriban a través del formulario tendrán acceso al curso* y *Es necesario entregar la documentación* en lugar de *Es necesario que los alumnos entreguen la documentación*.

- Recuerda que utilizar un lenguaje no sexista también fomenta la inclusión de las personas no binarias.
- Sé consciente del valor y la capacidad transformadora del lenguaje.



# RECOMENDACIONES BÁSICAS PARA EL ÁMBITO UNIVERSITARIO

## ○ Utiliza:

- El **profesorado** en lugar de los profesores.
- El **alumnado** o el **estudiantado** en lugar de los alumnos.
- El **personal investigador** en lugar de los investigadores.
- Las **personas tituladas** en lugar de los titulados.
- Las **personas beneficiarias/usuarios** en lugar de los beneficiarios/usuarios.
- **Becas para alumnado extranjero** en lugar de becas para extranjeros.
- La **persona responsable** en lugar de el responsable.
- La **dirección del curso/proyecto/máster** en lugar de el director del curso/proyecto/máster.

- Usa el **desdoblamiento de los artículos**: los y las becarias, las y los becarios (la concordancia se establece con el determinante o el sustantivo más próximo).

- **Evita las barras** en los formularios:

En lugar de:

- Sr./Sra.:

- Domiciliado/a en:

- Nacido/a en:

- Graduado/a en:

- Firma del interesado/a:

Podemos decir:

- Nombre y Apellido

- Domicilio:

- Lugar de nacimiento:

- Grado en:

- Firmado:

- Cuando sea necesario utiliza el **desdoblamiento parcial**, por ejemplo, *estimadas/estimados colegas* y el **desdoblamiento total**, por ejemplo, *la Vicedecana/el Vicedecano* o *estimadas compañeras/estimados compañeros*.
- Recuerda utilizar los recursos y mecanismos anteriores en **documentos internos, externos y en línea** (avisos, comunicaciones, contratos), **publicaciones en papel y en línea** (manuales, libros, boletines, trabajos de investigación) e **intervenciones orales**.

# UNIDAD DE IGUALDAD

C/ Isaac Peral, s/n. Pabellón de Gobierno. 28015 Madrid

Telf: 913946577

[unidad.igualdad@ucm.es](mailto:unidad.igualdad@ucm.es)

<https://www.ucm.es/unidaddeigualdad/>

