

10 RECOMENDACIONES PARA EL USO DEL LENGUAJE NO SEXISTA

Para dar cabal cumplimiento a lo establecido en la Norma Mexicana NMX-R-025-SCFI-2015 en Igualdad Laboral y No Discriminación, el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred), el Instituto Nacional de las Mujeres (Inmujeres) y la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) han asumido la responsabilidad de promover mediante 10 recomendaciones el uso no sexista del lenguaje:

I. Uso del Genérico Universal. - Un gran número de sustantivos en español son utilizados con el género gramatical masculino como universal para referir a la totalidad de las personas.		
	Expresión Sexista	Alternativa no sexista
1	El hombre ha creado sistemas...	La humanidad ha creado sistemas...
2	Los derechos del hombre	Los derechos humanos...
3	Niños de la calle...	La gente en situación de calle...
4	Los trabajadores...	El personal...
5	Las enfermeras...	El personal de enfermería...
II. Uso de Abstractos. - Hacer referencia a los cargos como si todas las personas que los ocupan fueran hombre, se podrán utilizar "quién" o "quienes".		
1	Enviar los documentos a los coordinadores	Enviar los documentos a las coordinaciones
2	Es responsabilidad de cada jefe de departamento	Es responsabilidad de las jefaturas de departamento
3	Se van a reunir todos los directores	Se van a reunir los y las titulares de las direcciones
4	Será el juez el que lo determine	Quién juzgue determinará
5	El supervisor emitirá su opinión	Quién supervise emitirá su opinión
6	Tras la planeación, los administradores iniciarán el proceso	Tras la planeación, quiénes administren iniciarán el proceso
III. Uso de artículos y pronombres. - Los artículos se pueden utilizar para enunciar la diferenciación de género sin repetir el sustantivo o se pueden sustituir el genérico masculino por pronombres "nos", "nuestro", "nuestra", "nuestras". Otra forma es utilizar tercera persona del singular o a formas impersonales.		
1	Los trabajadores deben permanecer en su sitio de trabajo...	Los y las trabajadoras deben permanecer en su sitio de trabajo
2	Los usuarios morosos deben...	Las y los usuarios morosos deben
3	Es bueno para el bienestar del hombre	Es bueno para el bienestar de la humanidad o Es bueno para nuestro bienestar
4	A los visitantes les recomendamos utilizar su tarjeta correctamente	Recomendamos que utilice su tarjeta correctamente o bien, Se recomienda un uso correcto de la tarjeta
IV. El uso de diagonales y paréntesis en los vocativos. - Cuando se desconozca si el mensaje será recibido por un hombre o una mujer use las diagonales o el paréntesis.		
1	Estimado	Estimada/o: o bien; Interesado (a):
V. Uso de Títulos Académicos y ocupaciones. - Se da al mencionar los títulos académicos y las ocupaciones. Evitar usar el género gramatical femenino para las profesiones, anteponiendo la		

palabra "personal". Evitar el uso exclusivo del masculino para nombres. Evite el uso exclusivo del masculino para nombres que tienen su correspondiente género femenino.		
1	La médico Teresa Peralta	La médica Teresa Peralta
2	Teresa Peralta, asesor del presidente...	Teresa Peralta, asesora del presidente...
3	Las secretarias...	El personal secretarial...
4	Las enfermeras...	El personal de enfermería...
5	Las terapistas...	El personal de terapia...
6	La senador Mayra	La senadora Mayra Hernández
7	La juez Mayra Hernández	La jueza Mayra Hernández
8	La jefe de sección Mayra Hernández	La jefa de sección Mayra Hernández
9	A los visitantes les recomendamos utilizar su tarjeta correctamente	Recomendamos que utilice su tarjeta correctamente; o bien, Se recomienda un uso correcto de la tarjeta
<p>VI. Uso de las formas de cortesía. - Se refiere al sexismo oculto en las formas de cortesía "señorita/señora" para referirse a la mujer soltera o casada. Sin embargo, al hombre se ha utilizado "señor" con independencia de su estado civil, y para evitar la preservación de las desigualdades y asimetrías entre hombres y mujeres. Cuando se dirige una invitación a una pareja sin importar la relación marital, se recomienda incluir el nombre y apellido de las personas. Los términos peyorativos que se usan en el lenguaje común para estigmatizar a grupos que merecen respeto.</p>		
1	Señora de Pérez o Señora Pérez o Señora Erika Gómez de Pérez	Erika Gómez o Señora Gómez
2	Sr. Pérez o esposa o Sr. y Sra. Pérez	Sra. Gómez y Sr. Pérez o Sra. Erika y Sr. Pedro Pérez o Erika Gómez y Pedro Pérez
<p>VII. Uso de la Arroba. - No es un signo lingüístico y en términos de un lenguaje incluyente nuestro idioma es rico en vocablos.</p>		
1	Funcionar@s...	Funcionarias y Funcionarios...
2	Director@s...	Directores y directoras...
3	Maestr@s...	Las y los maestros
<p>VIII. Significados Sexistas.- Son palabras cuyos significados califican los atributos físicos o morales según se trate de mujeres u hombres, reforzando el estereotipo de género.</p>		
1	Aventurera: prostituta	Aventurero: osado, valiente, arriesgado
2	Mujerzuela: prostituta	Hombrezuelo: hombrecillo
3	Mujer pública: prostituta	Hombre público: el que interviene en los negocios, la política
4	Soltera: Anda buscando, quedada	Soltero: codiciado
5	Minorías étnicas. Los indígenas	Las y los indígenas. Las comunidades indígenas. Los pueblos indígenas
6	Las marimachas. Los desviados. Las tortilleras	Personas con preferencia sexual distinta a la hetero sexual. Lesbianas
7	Las vestidas	Personas travestis. Personas transgénero
8	Los enfermos de sida. Los sidosos	Personas que viven con VIH sida. Personas con VIH sida
9	Los viejitos. Los ancianos. Las personas de la tercera edad	Personas adultas mayores

10	Los mojados. Los braceros	Personas migrantes
11	Las sectas religiosas	Grupos religiosos
12	Los discapacitados. Personas con capacidades diferentes. Los minusválidos	Personas con discapacidad
<p>IX. Uso de imágenes no sexistas.- Las imágenes son parte del lenguaje, y en la mayoría de las imágenes que se utilizan en las instituciones públicas y privadas muestran relaciones desiguales, por ejemplo una división del trabajo entre hombres y mujeres, en la que ubican al hombre en la economía, los deportes, la política y, las mujeres en la casa; mujeres como objetos sexuales, modelo físico de mujer donde su mayoría son jóvenes, blancas, delgadas y ricas, preocupadas por su aspecto físico y desvalorizadas en su capacidad intelectual, etc. Algunas formas que nos pueden orientar es: desasociar a las mujeres de papeles domésticos y presentarlas en el mundo público, la vida económica y la participación política, presentar al hombre en papeles domésticos.</p>		
<p>X. Lenguaje Gestual. - Casi toda la comunicación incluye gestos, signos corporales y expresiones no verbales, pero si es importante reparar en expresiones cargadas de sexismo, tales como: uso y abuso de la imitación de tonos afeminados con el fin de ridiculizar y estigmatizar a las mujeres y a las personas homosexuales, la práctica masculina de evitar el contacto visual con las mujeres que integran un grupo mixto restando importancia a su participación, entre otros.</p>		

Lo anterior se realiza para que en toda comunicación se observen las recomendaciones, con la finalidad de no incurrir en un lenguaje sexista.