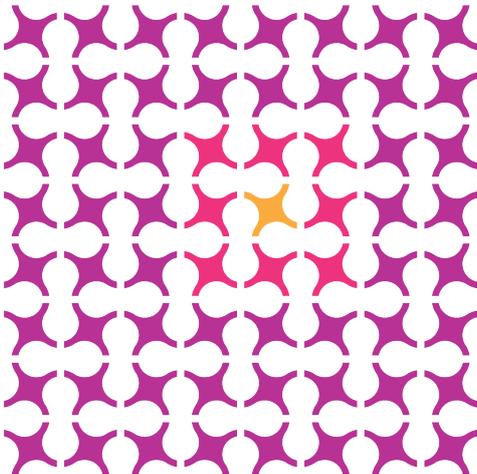




Versión adaptada a lectura fácil

Guía para evitar el lenguaje sexista en la Administración Pública de Extremadura.



Las entidades que han impulsado esta guía son:

- ⇒ Instituto de la Mujer de Extremadura (IMEX)
- ⇒ Consejería de Igualdad y Cooperación para el Desarrollo.
- ⇒ JUNTA DE EXTREMADURA

Asistencia técnica:

RED Formación y Desarrollo. (Grupo RED)

Redacción de la guía original:

José F. Gras y Marisa Lozano (Equipo de Grupo RED)

Depósito legal: BA - 096 - 2022

Adaptación a Lectura Fácil

y diseño final de la versión adaptada:



Plena Inclusion Villafranca de los Barros.

CJWriter - Chesku Jiménez.

Entidades acreditadas por la Oficina

de Accesibilidad Cognitiva de Extremadura (OACEX).

Equipo de validación:

Personal dinamizador

Antonia Garcia Gonzalez

Antonio Gordillo Castro

Personas validadoras

Ana Cassillas Garcia

Rocio Merino Vela

Raquel Rodriguez Viniegra

Manolo Lechon Felipe

Moises Jiménez Romero



© Logo europeo de lectura fácil: Inclusion Europe

Más información en <https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/>

La lectura fácil es una técnica de redacción que facilita la comprensión a personas con dificultades lectoras.

Recursos gráficos:

<https://pixabay.com/es/>

<https://www.freepik.es/>

INDICE

-
- 1** INTRODUCCIÓN Página 4 de 80
-
- 2** EL SEXISMO EN EL LENGUAJE Página 12 de 80
-
- 3** SUGERENCIAS
PARA UN LENGUAJE NO SEXISTA Página 23 de 80
-
- 4** SOLUCIONES PRÁCTICAS
Y EJEMPLOS Página 37 de 80
-
- 5** PALABRAS IMPORTANTES
PARA ENTENDER
ESTE DOCUMENTO Página 65 de 80
-

INTRODUCCIÓN

Este documento está adaptado a lectura fácil.
Es una guía sobre lenguaje no sexista
para las personas que trabajan
o se relacionan con la Administración Pública.

En el año 2019 la Junta de Extremadura
publicó la primera versión.
Este documento es una versión más amplia.
En la página 65 tienes una lista
de palabras importantes para entender
este documento.

Estas palabras están marcadas
con un asterisco como este: *

Estas palabras están escritas en **negrita**
y explicadas en un recuadro como este:



Desde el año 2009 el instituto de la Mujer
de Extremadura ha redactado la versión original
de esta guía y de las guías posteriores.

¿Para qué sirve esta guía?

Esta guía sirve para:

- ⇒ Evitar el sexismo cuando hablamos.
- ⇒ Evitar el sexismo cuando escribimos.
- ⇒ Evitar el sexismo en cualquier acción de la Administración Pública.
- ⇒ Conseguir que todas y todos usemos un lenguaje para igualar a mujeres y hombres.

Esta guía ayuda a lograr la igualdad entre mujeres y hombres con el uso correcto del lenguaje.

Las entidades europeas recomiendan el contenido de esta guía.

Hay leyes europeas y españolas que apoyan la igualdad de género.

Las personas que gobiernan la Junta de Extremadura creen que esta guía es muy importante para las mujeres y los hombres.

Proceso de trabajo anterior y presentación de esta guía.

En el año 2009, el IMEX publicó una guía para usar un lenguaje igualitario.

La Junta de Extremadura editó aquella guía.

El objetivo era ofrecer un lenguaje más igualitario para tratar de forma más justa a mujeres y hombres.

El contenido de aquella guía hablaba de dos cosas:



Los problemas que genera el lenguaje que da visibilidad al hombre y se la quita a la mujer.



Las soluciones para usar un lenguaje que iguala a mujeres y hombres.

En el año 2019, el IMEX publicó otra guía para usar un lenguaje igualitario.

Esta guía es una versión más actual y las personas que la han redactado han seguido el índice de la guía de 2019.

El objetivo es ofrecer soluciones no sexistas al lenguaje que usan las personas que trabajan o se relacionan con la Administración Pública.

Con esas soluciones, evitamos la discriminación de las mujeres cuando hablamos o cuando escribimos.

¿Cómo hemos hecho esta guía?

El contenido de esta guía se apoya en la Ley número 8, del año 2011, del día 23 de marzo, que se llama Ley de igualdad entre hombres y mujeres y contra la violencia de género de Extremadura.

Esta ley incluye la perspectiva de género en todas las acciones políticas del gobierno de Extremadura.

Esta ley también habla del lenguaje no sexista. En el año 2021 el IMEX ha coordinado el proceso para redactar esta guía, junto con un grupo de personas llamado Grupo RED. Las personas de Grupo RED han redactado un borrador de esta guía y lo han compartido con profesionales de la Junta de Extremadura para llegar a un acuerdo y hacer el documento final.

Con esta guía el IMEX impulsa el lenguaje igualitario porque es una acción incluida en el Quinto Plan de Igualdad de Extremadura, que se desarrolló entre el año 2017 y el 2021.

Esta acción también estará en el Sexto Plan de Igualdad de Extremadura.

El lenguaje no sexista en las leyes y en las instituciones públicas.

En los últimos años, muchas entidades y personas han publicado documentos que hablan sobre el lenguaje no sexista. Algunas veces esto ha provocado discusiones con profesionales de la lengua.

Pero la importancia de usar un lenguaje igualitario existe desde hace mucho tiempo, desde que las personas que gobiernan en Europa, en España y en Extremadura han impulsado medidas de igualdad entre hombres y mujeres.

Vamos a ver algunos ejemplos:

⇒ **Año 1987:** Resolución 14.1 de la ***UNESCO**.

⇒ **Año 1989:** Resolución 109 de la UNESCO.

***UNESCO:** Es una entidad europea que trabaja para impulsar la educación, la ciencia y la cultura.

⇒ **Año 1990:** Recomendación para eliminar el sexismo del lenguaje.
Este documento lo aprobó el Consejo de Europa.
Este documento contiene 2 ideas importantes:



Reconoce que hay barreras para la igualdad entre hombres y mujeres.



Reconoce que el lenguaje es muy importante para la identidad de cada persona.

⇒ **Año 2011:** Ley número 8 del día 23 de marzo, que se llama Ley de igualdad entre hombres y mujeres y contra la Violencia de Género.
Esta ley promueve el lenguaje no sexista.

Las instituciones y los gobiernos tienen que impulsar el uso del lenguaje no sexista, para seguir lo que dicen las leyes publicadas y que promueven la igualdad de género.

EL SEXISMO EN EL LENGUAJE

El sexismo lingüístico es discriminar a personas del otro sexo con el lenguaje. Esta discriminación existe porque nuestra cultura es ***androcéntrica**. El problema no es el idioma español. El problema es que usamos el idioma de forma sexista.

***androcéntrica**: Es la cultura que considera a la mujer inferior al hombre.

Para el IMEX es muy importante usar el lenguaje de forma igualitaria entre sexos, porque el objetivo del lenguaje es que sea útil en una sociedad que cambia.

Soluciones no sexistas en el lenguaje.

Muchas personas han investigado
sobre el sexismo en el lenguaje.

En los últimos 30 años, muchas entidades
han publicado guías como esta.

El contenido de estas guías
ha provocado mucho debate
entre profesionales de la lengua.

Algunas personas y entidades rechazan
el uso igualitario del lenguaje.

Veamos algunos ejemplos.

- ⇒ **Año 2019.** El autor Antonio Castaño dice que no es posible evitar el conflicto con las normas del lenguaje cuando se quiere usar de forma igualitaria.

⇒ **Año 2018.** La Real Academia de la Lengua y la Asociación de Academias de la Lengua presentan un manual sobre el idioma español.

En ese manual, dicen que:

- ✓ Rechazan el lenguaje igualitario.
- ✓ No ven necesario usar el doble género:
 - Todos y todas.
 - Todes.
 - Tod@s.
 - Todxs.
- ✓ Dicen que el género masculino puede incluir al femenino en muchas ocasiones.

⇒ **Año 2012.** Ignacio Bosque publica un texto que se llama: ***Sexismo lingüístico** y visibilidad de la mujer. Este autor reconoce que guías como esta tienen un buen objetivo pero está en contra de cambiar el lenguaje para que sea igualitario entre hombres y mujeres.

***Sexismo lingüístico:**
es discriminar a personas
del otro sexo con el lenguaje.

Trabajamos contra el uso sexista del lenguaje.

El ***androcentrismo** impide que usemos el lenguaje no sexista porque no quiere un lenguaje igualitario.

***androcentrismo:** Es ver al hombre como protagonista de la historia de la humanidad y ver a la mujer como un ser inferior al hombre.

Siempre usamos el masculino para hablar pero es mejor usar un lenguaje igualitario entre hombres y mujeres.

Así, el género masculino no domina al sexo femenino en el lenguaje.

Discriminamos a la mujer de **2** maneras.



Con el sexismo en el lenguaje.
Por ejemplo, cuando decimos:
Los diputados podrán ir al acto
acompañados de sus mujeres.



Con el sexismo social,
sin usar un lenguaje sexista.
Por ejemplo, cuando decimos:
Once ministros y dos ministras
forman el gobierno.

¿Cómo reconocemos el sexismo lingüístico?

Podemos usar la regla de inversión.

La regla de inversión es cambiar una palabra que nombra a un género por otra que nombra al otro género.

Si la frase que da como resultado suena rara, es que hay sexismo lingüístico.

⇒ Ejemplo:

Las diputadas podrán ir al acto acompañadas de sus hombres.

El IMEX trabaja para que las personas usemos la lengua española de forma igualitaria, sin caer en errores al hablar o escribir y de forma natural.

Se puede usar un lenguaje no sexista y dar visibilidad a las mujeres, sin caer en errores al usar el lenguaje.

Si no buscamos la igualdad entre hombres
y mujeres, usaremos el lenguaje
de forma sexista.

Pero si todas y todos queremos
la igualdad de género,
tenemos que usar el idioma español
de forma igualitaria.

Reglas generales y procesos básicos.

Si usamos un lenguaje igualitario de forma general en la Administración pública, ayudamos a eliminar el sexismo y el androcentrismo en nuestro entorno.

Debemos rechazar siempre el uso sexista del lenguaje, sobre todo en:

- ✓ La administración pública.
- ✓ La educación.
- ✓ La prensa.
- ✓ La cultura.

Los textos y la comunicación administrativa en general deben:

- ✓ Ser accesibles.
- ✓ Tener una redacción correcta.
- ✓ Ser claros.
- ✓ Deben incluir formas de expresión no sexista.

En el lenguaje administrativo debemos:

- ✦ Corregir expresiones que impulsan el androcentrismo.
- ✦ Eliminar ideas antiguas que discriminan a la mujer.
- ✦ Incluir modelos femeninos.
- ✦ Nombrar a las mujeres.
- ✦ Eliminar palabras que diferencian a ambos géneros.
- ✦ Eliminar la imagen negativa de las mujeres.

En esta guía veremos ideas importantes para usar un lenguaje no sexista.

Estas ideas ya estaban en la Guía del IMEX del año 2019.

Estas ideas son consejos para practicar una comunicación igualitaria.

En el lenguaje administrativo
usamos demasiado el masculino.

Esto se puede corregir con las siguientes reglas:

- a) Usar la palabra **humanidad**,
en lugar de la palabra **hombre**.

- b) Usar la expresión **personas con discapacidad**
en lugar de la palabra **discapacitado**.

- c) Decir la expresión **se aportará**,
en lugar de **El aspirante aportará**.

- d) Decir la expresión **quien tenga interés**,
en lugar de decir **el que esté interesado**.

- e) Decir **la Dirección**, en lugar de decir **el Director**.

- f) Incluir la expresión **hombres y mujeres**
siempre que podamos.

Reglas generales.

La comunicación debe ser clara.

Tenemos que dar visibilidad a la mujer en la administración.

Procesos básicos.



No usar demasiado el masculino genérico.



Evitar palabras que nombren solo al género masculino.



Usar expresiones igualitarias:

- ✓ Directores y directoras.
- ✓ Colectivo de personas.
- ✓ Otras parecidas.



Usar formas de expresión igualitarias.



Usar palabras y expresiones en femenino cuando sea correcto.

SUGERENCIAS PARA USAR UN LENGUAJE NO SEXISTA

Hay que decir que no se pueden usar todas las sugerencias en todas las situaciones.

Por eso tenemos que elegir la forma más adecuada de comunicación para expresarnos de forma clara y para dar visibilidad a las mujeres.

Vamos a ver cómo podemos usar el lenguaje no sexista en 5 situaciones:



Cuando usamos el masculino genérico.



Tener en cuenta el género de las palabras y la relación de género.



Incluir palabras de igualdad en el lenguaje.



El estilo en el lenguaje: signos y símbolos.



El uso de palabras para nombrar trabajos y el uso de palabras en plural.



Cuando usamos
el masculino genérico.



PROBLEMAS

- ✦ Usamos el masculino en documentos como si las personas que los van a leer fueran todos hombres.

Ejemplo. Decimos:

Comunicado oficial para **alcaldes**
de la comarca.

En vez de decir:

Comunicado oficial para **alcaldes y alcaldesas**
de la comarca.

- ✦ Si usamos el masculino de forma general, provocamos confusión y ocultamos a las mujeres.



SUGERENCIAS

- ✓ Usar nombres colectivos.
- ✓ Usar ***perífrasis**.
- ✓ Usar ***metonimia**.

- ✓ Usar en una frase palabras de los dos géneros.
Ejemplo: **Los niños y las niñas**
- ✓ Usar barras /.
Ejemplo: **alumnos/as**

- ✓ Usar explicaciones que incluyan a los dos géneros.
- ✓ Evitar algunos determinantes.

- ✓ Usar determinantes sin marca de género.

- ✓ Usar la palabra **se** en las frases.

- ✓ Usar la forma personal de algunos verbos y la forma no personal de otros verbos.

***perífrasis:** es utilizar una expresión con más palabras para comunicar el mensaje.
Por ejemplo, decimos dar un beso en lugar de besar.

***metonimia:** Es cambiar una palabra por otra de su misma clase.
Por ejemplo:
Voy a beber un Rioja.
Estoy diciendo que voy a beber vino.



El género de las palabras y la relación de género.



PROBLEMAS

- ✦ Usamos el género de las palabras para nombrar a seres vivos.
- ✦ Todos los nombres tienen género pero no todos diferencian a machos y a hembras.
Ejemplo:
el ciudadano
incluyendo a todas las mujeres y todos los hombres.
- ✦ En el idioma español las mujeres suelen estar en un segundo plano.
Esto también pasa con otras palabras como:
Adjetivos. Guapo y guapa, moreno y morena.
Artículos. El, La, Los, Las.
Pronombres. Él, ella, ellos, ellas.

SUGERENCIAS

- ✓ Alternar femenino con masculino.
 - » El adjetivo: Guapa y guapo.
 - » El artículo: La, El, Las, Los
 - » Los pronombres: Ella, Él, Ellas, Ellos.



Incluir palabras de igualdad en el lenguaje.



PROBLEMAS

- ✦ A veces hablamos a las mujeres de forma cortés, pero las tratamos como a niñas. Aumentamos su dependencia o le damos menos valor que a los hombres.
- ✦ Por culpa del androcentrismo, hay palabras que en femenino suenan a insulto, y eso no pasa en su forma masculina. Ejemplo: pariente y **parienta**.
- ✦ A veces describimos a los hombres por su trabajo, y nombramos a las mujeres por depender de un hombre y no por su trabajo. Ejemplo:
Pablo, Director comercial
Laura García, **señora de Pablo**.

SUGERENCIAS

- ✦ Formas de tratar a las personas con el lenguaje:
 - ✓ Tratar a ambos géneros por igual a la hora de nombrar personas.
Llamar a los hombres y a las mujeres con su nombre y apellidos, por igual.
 - ✓ Evitar dar a la mujer un papel secundario o dependiente del hombre.
Por ejemplo:
Pablo, director comercial.
Laura García.

✦ ***Duales aparentes:**

Son palabras que en masculino suenan bien,
pero en femenino suenan mal,
como un insulto o como algo negativo.

Hay que evitar estas palabras.

Por ejemplo:

Zorro – **Zorra**.

Perro – **Perra**.

Hombre público.

Mujer pública.

***Duales aparentes:** Son palabras que cambian su significado según el sexo al que nos referimos.

✦ Palabras que definen trabajos:

- ✓ Evitamos el masculino para los dos géneros.
- ✓ Usamos palabras que incluyan los dos géneros.

✦ Evitar la desigualdad en el lenguaje:

***Salto semántico.**

Por ejemplo: Los alcaldes de Extremadura.

***Aposiciones redundantes.**

Por ejemplo:

La mujer trabajadora.

***Salto semántico:** Es cuando una palabra masculina nombra a los dos sexos y poco después sólo nombra a los hombres. Por ejemplo con la palabra **ingleses**:

1. Los ingleses prefieren el té al café.
2. Los ingleses prefieren afeitarse que dejarse barba.

1. Habla de hombres y mujeres.
2. Habla solo de los hombres.

***Aposiciones redundantes:** Son palabras repetitivas que resaltan a la mujer y no al hombre.

✦ Palabras para nombrar a las personas que reciben cartas de la Administración.

✓ Usar palabras genéricas que incluyan los dos géneros.

Ejemplo:

Las personas aspirantes.

✓ Usar palabras para definir ***colectivos**.

Ejemplo: **personas con discapacidad.**

✓ Usar masculino y femenino.

Ejemplo:

Señoras y Señores.

***colectivos:** grupo de personas con unas características parecidas.

✓ Usar el símbolo de la barra /, pero en pocas ocasiones como formularios.

Ejemplo:

Señor / a.



El estilo en el lenguaje: signos y símbolos.



PROBLEMAS

- ✦ Usar signos que no se pueden leer.
La barra / se usa en algunos casos,
por ejemplo para escribir cartas:
Señores/as.
- ✦ Si usamos los dos géneros
ponemos antes el masculino
que el femenino.

SUGERENCIAS

- ✦ Evitar el uso de la arroba.

Tod@s.

Todas y todos.

- ✦ Usar la barra / en casos concretos como por ejemplo al escribir cartas.

Señores / as.

- ✦ Cuando usemos los dos géneros, poner unas veces el masculino antes y otras veces el femenino.

Señoras y señores.

Señores y señoras.



Palabras que nombran trabajos y palabras en plural.



PROBLEMAS

- ✦ Para nombrar oficios usamos el masculino para nombrar mujeres.
Ejemplo: **la médico**.
- ✦ Cuando usamos el plural, a veces ponemos solo el masculino.
Ejemplo:
Los médicos dicen que no es bueno fumar.

SUGERENCIAS

- ✦ En general es bueno poner la palabra dos veces, con los dos géneros.
Ejemplo: **Bombero y bombera.**
- ✦ Evitar usar demasiado el masculino genérico.
Ejemplo:
Los ciudadanos.
La ciudadanía.
- ✦ Usar perífrasis.
Ejemplo:
El encargado.
La persona responsable.
- ✦ Usar palabras que nombran colectivos.
Ejemplo: **personas inmigrantes.**

- ✦ Usar metonimias.

Ejemplo:

Yo beberé un vino.

Yo beberé un Rioja.

- ✦ Cuando usamos el plural,
poner la palabra con ambos géneros.

Ejemplo: **Señoras y señores.**

SOLUCIONES PRÁCTICAS Y EJEMPLOS

A continuación, veremos ejemplos prácticos para usar un lenguaje no sexista en la Administración. El objetivo es que usemos un lenguaje igualitario en todos los ámbitos sociales.

Por ejemplo:

- ⇒ En materiales de la escuela y de los institutos.
- ⇒ En el sistema de salud.
- ⇒ En las relaciones entre personas en el trabajo.
- ⇒ En las redes sociales y en internet en general.
- ⇒ En actos públicos.
- ⇒ En los medios de comunicación.
- ⇒ En otros ámbitos.

Además, invitamos a usar el lenguaje igualitario y no sexista:

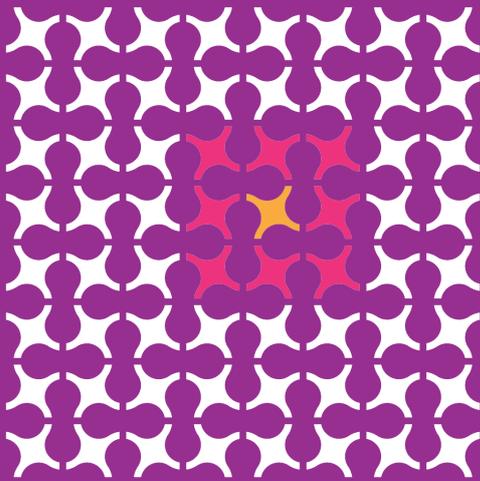
- ⇒ Cuando hablamos o escribimos.
- ⇒ En documentos en papel o en formato digital.
- ⇒ En versiones de documentos originales o en adaptaciones a lectura fácil.

En resumen, debemos buscar siempre una solución inclusiva a la hora de usar el lenguaje, que iguale a hombres y a mujeres.

A veces un problema tendrá varias soluciones, y otras veces una misma solución resolverá varios problemas.

Todo depende del entorno, del ámbito y del momento en que nos encontremos.

30 soluciones para usar un lenguaje igualitario.



1. Usar *palabras genéricas.

- ✦ Los **beneficiarios** de estas políticas de empleo serán más de 10 mil.
Las **personas beneficiarias** de estas políticas de empleo serán más de 10 mil.
- ✦ El **Hombre** para nombrar al ser humano.
Persona o **Humanidad** para nombrar al ser humano.
- ✦ **Los asistentes reciben** las indicaciones de su responsable de zona.
El grupo de asistentes recibe las indicaciones de su responsable de zona.

***Palabras genéricas:**
son palabras que sirven para nombrar varias cosas o a un grupo de personas.

2. Usar palabras para nombrar grupos de personas.

-  **Los ciudadanos** votarán en las urnas.
La ciudadanía votará en las urnas.

-  El Plan de Familias tiene actividades para **los adolescentes**.
El Plan de Familias tiene actividades para **la adolescencia**.

-  **Los policías municipales** fueron al lugar del accidente.
La Policía Municipal fue al lugar del accidente.

3. Usar formas de hablar abstractas o usar ***metonimias**.

***metonimia:** Es cambiar una palabra por otra de su misma clase.

✦ En un cartel que pone:

Jefe de Estudios,

es mejor que ponga

Jefatura de Estudios.

✦ **Los directores generales** irán a la reunión.

Las direcciones generales irán a la reunión.

✦ En un anuncio que dice:

Bienvenido a esta reunión,

es mejor que ponga

Reciba usted la bienvenida a esta reunión.

4. Usar *perífrasis.

***perífrasis:** es utilizar una expresión con más palabras para comunicar el mensaje.
Por ejemplo, decimos dar un beso en lugar de besar.

-  **Los técnicos** van a una formación.
El personal técnico va a una formación.

-  **Los extremeños** celebran su día,
el 8 de septiembre.
El pueblo extremeño celebra su día,
el 8 de septiembre.

-  **Los asesores** no están de acuerdo
con el documento.
El equipo asesor no está de acuerdo
con el documento.

5. Evitar el uso de artículos y determinantes.

 **Los que** vayan a la reunión,
tendrán un documento de asistencia.

Quienes vayan a la reunión,
tendrán un documento de asistencia.

 **Unos que** no quisieron votar
se fueron a casa.

Quienes no quisieron votar
se fueron a casa.

6. Evitar usar palabras marcadas con el género masculino.



Unos pocos alumnos

contestaron las preguntas.

Una minoría del alumnado

contestó las preguntas.



Todos los miembros del gobierno

votaron en contra.

La totalidad del gobierno votó en contra.



Algunos de los jóvenes participantes

no siguieron las normas.

Parte de los y las jóvenes participantes

no siguieron las normas.

7. Evitar expresiones marcadas con el género masculino y usar palabras que indican ***posesión** sin género.

- ✦ La convocatoria de ayudas defiende **los derechos de los mismos**.
La convocatoria de ayudas defiende **sus derechos**.

***posesión:** Cosa que alguien o algo tiene.

8. Hacer coincidir el género de los ***adjetivos** con la palabra que va antes o usar palabras genéricas.

***adjetivos:** Cualidad
o característica
de una cosa o persona.

Trabajadores y trabajadoras *precarios

se manifestaron.

Trabajadores y trabajadoras precarias

se manifestaron.

***precarios:** Algo precario
es algo que no cumple
las condiciones adecuadas.

Trabajadores y trabajadoras precarios

se manifestaron.

El *precarizado se manifestó.

La plantilla de trabajadores y trabajadoras

se manifestó.

***precarizado:** Grupo de personas
que no disfrutan de condiciones
adecuadas en sus trabajos
y no reciben el dinero suficiente.

9. Evitar determinantes delante de nombres sin género.

 **Los estudiantes** de segundo
de Educación Secundaria Obligatoria
se irán de viaje.

Estudiantes de segundo
de Educación Secundaria Obligatoria
se irán de viaje.

 Pautas para **los aspirantes** al puesto.
Pautas para **aspirantes** al puesto.

10. Evitar determinantes con género y usar determinantes sin género.

 **Todos los responsables** de la sección de Cultura
fueron al acto.

Cada responsable de la sección de Cultura
fue al acto.

 **Uno** podrá participar
en la actividad que quiera.

Cada persona podrá participar
en la actividad que quiera.

11. Evitar ***pronombres** con género y usar pronombres sin género.

***pronombres:** Palabra que se usa para nombrar algo sin decir su nombre.

- ✦ **Él**, que pidió una reunión con la presidenta, presentó su trabajo.
Alguien, que pidió una reunión con la presidenta, presentó su trabajo.
- ✦ **Ellos**, que completaron sus datos, pueden ir al examen.
Quienes completaron sus datos pueden ir al examen.

12. Evitar el sujeto en algunas frases o decir lo mismo de otra forma.

- ✦ **El solicitante** debe presentar un certificado.
Se presentará un certificado.
- ✦ **El candidato** tiene que vivir en Extremadura.
Deberá vivir en Extremadura.

13. Dirigirse a la mujer en formularios y otros documentos.

 Al principio de las cartas:

- **Don.**
Doña / Don.
- **El interesado.**
Yo.
- Dirección **del solicitante.**
Dirección **del / de la solicitante.**

14. Cambiar el orden del masculino y el femenino.

 **Los coordinadores y coordinadoras**
decidieron el plan de trabajo.
Las coordinadoras y coordinadores
decidieron el plan de trabajo.

15. No nombrar a las mujeres solo con su nombre, por su género o por su relación con los hombres.

 Vinieron a la cena **el Señor Manuel García y María López.**

Vinieron a la cena **el Señor Manuel García y la Señora María López.**

 **El Señor Hernández y señora** fueron a la entrega de premios.

La Señora Martínez y el Señor Hernández

fueron a la entrega de premios.

 Francisco Martínez debe llamar a **Almudena** antes de publicar la ley.

Francisco Martínez debe llamar a **Almudena Ruíz** antes de publicar la ley.

16. Evitar el ***salto semántico** y palabras masculinas que parecen genéricas.

***Salto semántico:** Es cuando una palabra masculina nombra a los dos sexos y poco después sólo nombra a los hombres.
Por ejemplo con la palabra **ingleses**:

1. Los ingleses prefieren el té al café.
2. Los ingleses prefieren afeitarse que dejarse barba.

1. Habla de hombres y mujeres.
2. Habla solo de los hombres.

Los trabajadores y sus mujeres

celebraron la despedida.

El personal trabajador y sus parejas

celebraron la despedida.

 En las reuniones,
la gente se deja llevar

por sus mujeres.

En las reuniones,
la gente se deja llevar

por sus parejas.

17. Evitar ***aposiciones** muy repetidas o que resaltan a la mujer o al hombre.

 **Las mujeres concejales** votan a favor
de ese tema.

Las concejales votan a favor
de ese tema.

***aposiciones:**
son formas del lenguaje
que unen nombres
de la misma clase.

 **Los empresarios y las mujeres empresarias**
celebraron la reunión.

Los empresarios y las empresarias
celebraron la reunión.

18. Evitar palabras que en femenino tienen menos valor que en masculino.

 **Mujer pública** suena peor
que Hombre público.

 **Parienta** suena peor
que Pariente.

 **Gobernanta** suena peor
que Gobernante.

 **Señorita** suena peor
que Señorito.

19. Usar bien las expresiones donde se incluyen los dos sexos.

 **El doctor y la doctora seleccionados**

hablaron en el congreso.

El doctor y la doctora seleccionadas

hablaron en el congreso.

 Hay una plaza convocada de **enfermero**.

Hay una plaza convocada de **enfermera o enfermero**.

20. Usar el género dos veces en ***expresiones plurales**.

***expresiones plurales:**

Son expresiones
donde se nombran
más de una cosa o
personas.

 **Las trabajadoras y los trabajadores contratados**

no pagarán la matrícula.

Las trabajadoras contratadas

y los trabajadores contratados

no pagarán la matrícula.

21. Usar las barras de forma puntual y alternar el masculino y el femenino para ponerlos en primer lugar.

- ✦ Número de **hijos**.
Número de **hijos/as**.
- ✦ Nombres de **usuarios**.
Nombres de **usuarios/as**.
- ✦ **Estimado** paciente.
Estimado/a paciente.

22. Evitar el uso de la arroba.

- ✦ **L@s consejer@s** acompañaron al presidente.
Las consejeras y los consejeros
acompañaron al presidente.

23. Usar otras formas de escribir para evitar el uso excesivo de las barras: /.

 Número de **usuarios/as**.
Número de **personas usuarias**.

 **Inscritos/as**
Inscripciones.

24. Usar de forma correcta el género de las palabras con la terminación en o y en a.

 **Técnico y técnica**.
Catedrático y catedrática.
Profesor y profesora.
Cuidador y cuidadora.

25. Usar la forma femenina de palabras que terminan en: -or, -ero, -ario, y otros.



Rector**or**.

Rector**ora**.

Bomb**ero**.

Bomb**era**.

Empres**ario**.

Empres**aria**.

Aparejad**or**.

Aparejad**ora**.

26. Usar el femenino de palabras que terminan en **-ente**.



Vicepresidente.

Vicepresidenta.

Asistente.

Asistenta.

Gerente.

Gerenta.

El dirigente.

La dirigente.

27. Mejorar la forma de escribir textos que usan un lenguaje no ***sexista**, pero que tienen errores.

- ✦ **Todos los empleados y las empleadas** del centro completarán un cuestionario.
Quienes trabajan en el centro completarán un cuestionario.

- ✦ El anuncio se hizo para las **trabajadoras y los trabajadores**.
El anuncio se hizo para el **conjunto del personal**.

- ✦ La acción es buena para **todas las extremeñas y todos los extremeños**.
La acción es buena para la **población extremeña**.

***sexista:** Es algo que discrimina a personas del otro sexo o diferencia a las personas por su sexo.

- ✦ Norma general: Ser **residente cacereño/a**.
Norma general: **Residir en Cáceres**.

- ✦ Listado de **presentados/as y admitidos/as**.
Listado de **personas presentadas y admitidas**.

- ✦ **Las madres y padres de alumnas y alumnos**,
junto con las **profesoras y profesores**
de Jarandilla de la Vera
trabajaron por la igualdad.
La **comunidad escolar** de Jarandilla de la Vera
trabajó por la igualdad.

- ✦ **Los/las candidatos/as** que no son de España.
Las personas que no son de España.

- ✦ Evitar ideas fijas y palabras y frases antiguas:
 - **Princesitas.**
 - **Campeones.**
 - **El trabajo de papá.**
 - **La comida de mamá.**

28. Usar el artículo para nombrar el género en palabras en las que el género no se sabe.

 El aspirante.
La aspirante.

 El especialista.
La especialista.

 El poeta.
La poeta.

 El tratante.
La tratante.

29. Tener en cuenta la perspectiva de género en algunas palabras.

 ***Bedel.**

***Bedela.**

 El albañil.

La albañil.

 Concejal.

Concejala.

 El conserje.

La conserje.

***Bedel o bedela:** Persona que trabaja de responsable de las llaves de un edificio o establecimiento público.

30. Usar formas del lenguaje que completan información y que dan protagonismo a ambos sexos.

Contrataremos a más personal de limpieza.



Contrataremos a más personal de limpieza, **hombres y mujeres**.

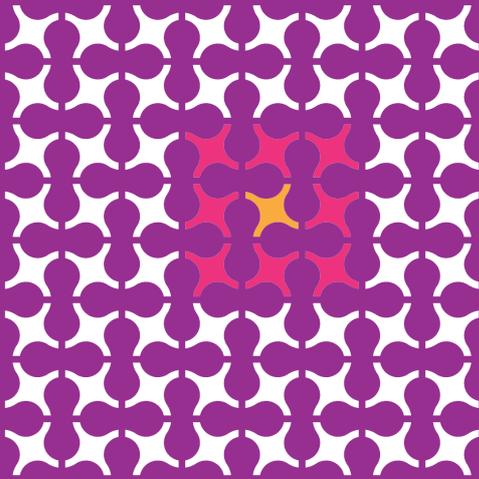
Representantes de empresas fueron a la reunión.

Representantes de empresas, **hombres y mujeres**, fueron a la reunión.

El equipo técnico ha presentado el informe.

El equipo técnico, **formado por mujeres y hombres**, ha presentado el informe.

Lista de palabras importantes para entender este documento.



Consejería de Igualdad y Cooperación al Desarrollo:

Es una parte un conjunto de personas de la Junta de Extremadura, que trabaja por la igualdad de todas las personas.

Esta consejería hace proyectos para colaborar con otros países que tienen condiciones peores que nuestro país.

Instituto de la Mujer de Extremadura:

Es un conjunto de personas de la Junta de Extremadura que trabaja por los derechos de las mujeres en nuestra Comunidad Autónoma. Las siglas de esta entidad son **IMEX**.

Lenguaje sexista:

Es una forma de hablar que favorece a un sexo sobre el otro. Por ejemplo cuando se habla de la mujer como un ser inferior al hombre.

Androcentrismo:

Es ver al hombre como protagonista de la historia de la humanidad y ver a la mujer como un ser inferior al hombre.

Brecha de género:

Es la diferencia entre hombres y mujeres en cuanto a derechos y oportunidades. Esta diferencia define las dificultades que tienen las mujeres en muchas situaciones sociales. Por ejemplo la diferencia entre hombres y mujeres en el trabajo.

Corresponsabilidad:

Es compartir los deberes y tareas entre dos o más personas.

Dicotomía sexual:

Es enfrentar a los dos sexos y no ver sus semejanzas.

Discriminación directa:

Es tratar mal a una persona
o a varias personas por:

- Su raza.
- Su género.
- Su edad.
- Su religión.
- Cualquier otra cosa.

Discriminación indirecta:

Es una acción que
parece justa a primera vista
para una persona
pero en realidad pone en desventaja
a una persona respecto a otra.

Discriminación positiva:

Es una acción
para corregir una desigualdad
entre dos o más personas.

Enfoque integrado de género:

Es tener en cuenta
la igualdad de género
en todas las áreas de la vida.

Perspectiva de género:

Es analizar la realidad
Para dar valor a la mujer
en la vida social
y poner los derechos de mujeres
y hombres en el mismo nivel.

Empoderamiento:

Es el poder que tiene una persona
o grupo de personas
para mejorar su situación social.

Estereotipos de género:

Son ideas equivocadas
sobre la situación de mujeres y hombres
en la vida real.

Son ideas que perjudican
a las mujeres y los hombres
porque reducen su libertad.

Feminicidio:

Es matar a una mujer por ser mujer.

Feminismo:

Es una forma de pensar y de vivir que defiende la igualdad de derechos entre hombres y mujeres.

Género:

Es el grupo de cualidades distintas que el entorno social aplica a mujeres y a hombres.

Idioma:

Es el grupo de signos y reglas que usan las personas para hablar de forma escrita o con la voz.

Palabra indefinida:

Es una palabra que no nombra personas o cosas de forma clara.

Palabras genéricas:

Son palabras que sirven para nombrar varias cosas o a un grupo de personas.

Determinantes:

Palabras que acompañan
a otras palabras
que indican cosas.

Ejemplos.

Artículos determinados:

El, la, los, las.

Artículos indeterminados:

Un, uno, unos, unas.

Poseivos en singular:

Mi, tu, su.

Poseivos en plural:

Nuestro, sus, suyos.

Demostrativos en singular o en plural:

Este, estos, ese, esos.

Pronombres:

Palabra que se usa
para nombrar algo
sin decir su nombre

Ejemplos.

Pronombres personales:

Yo, tú, él, nosotros.

Pronombres posesivos:

Mi, mío, mía, tuyo, tuya.

Pronombres indefinidos:

Mucho, poco, bastante, alguno.

Metonimia:

Es cambiar una palabra
por otra de su misma clase.

Por ejemplo:

Voy a beber un Rioja.

Estoy diciendo que voy a beber vino.

Lenguaje:

Es la capacidad del ser humano
para hablar.

Salto semántico:

Es cuando una palabra masculina nombra a los dos sexos y poco después sólo nombra a los hombres.

Por ejemplo con la palabra **ingleses**:

1. Los ingleses prefieren el té al café.
2. Los ingleses prefieren afeitarse que dejarse barba.

En el caso 1, habla de hombres y mujeres.

En el caso 2, habla solo de los hombres.

Duales aparentes:

Son palabras que cambian su significado según el sexo al que nos referimos.

Perífrasis:

Es utilizar una expresión con más palabras para comunicar el mensaje. Por ejemplo, decimos dar un beso en lugar de besar.

Aposiciones:

Son formas del lenguaje que unen nombres de la misma clase.

Aposiciones redundantes:

Son palabras repetitivas que resaltan a la mujer y no al hombre.

Expresiones plurales:

Son expresiones donde se nombran más de una cosa o personas.

Adjetivo:

Cualidad o característica de una cosa o persona.

Colectivo:

Grupo de personas con unas características parecidas.

Poseción:

Cosa que alguien o algo tiene.

Precarios:

Algo precario es algo que no cumple las condiciones adecuadas.

Precariado:

Conjunto de personas que no disfrutan de condiciones adecuadas en sus trabajos y no reciben el dinero suficiente.

Sexista:

Es algo que discrimina a personas del otro sexo o diferencia a las personas por su sexo.

Bedel o Bedela:

Persona que trabaja de responsable de las llaves de un edificio o establecimiento público.

Igualdad de derecho o igualdad formal:

Es el grupo de normas y leyes que hablan de igualdad entre hombres y mujeres.

Igualdad de hecho o igualdad real:

Es el grupo de datos que nos dicen el nivel de igualdad que hay en la sociedad.

Interseccionalidad:

Se refiere a que una persona puede sufrir discriminación ser discriminada por tener una o varias cualidades.

Ejemplos

- Por ser mujer
- Por ser negra
- Y por tener discapacidad.

Machismo:

Es una forma de pensar y de vivir que defiende que el hombre es superior a la mujer por naturaleza.

Micromachismos:

Son pequeños gestos machistas que provocan que la desigualdad entre mujeres y hombres no se termine, porque ocurren en nuestro entorno de forma cotidiana.

Misoginia:

Es tener odio y rechazar a las mujeres.

Patriarcal:

Esta palabra se usa
para definir un sistema social
que ignora a la mujer
y beneficia al hombre.

Sexismo:

Es discriminar a personas del otro sexo
o diferenciar a las personas por su sexo.

Sexo:

Es un grupo de cualidades físicas
que diferencian a los hombres de las mujeres.

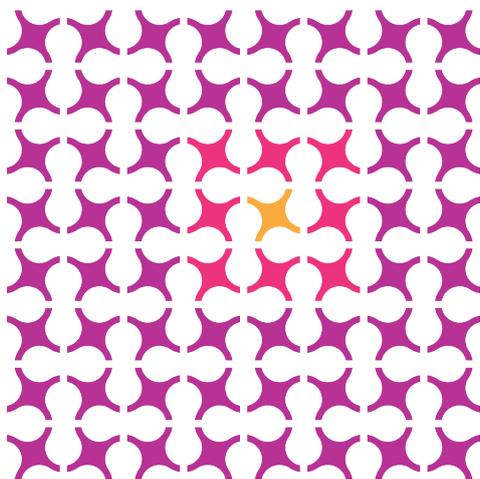
Sororidad:

Es la ayuda entre mujeres
cuando se enfrentan a actitudes machistas.

Violencias machistas:

Son acciones y pensamientos
de algunos hombres hacia las mujeres,
para hacerles daño psicológico o físico,
solo por ser mujeres.

Guía para evitar el lenguaje sexista en la Administración de Extremadura.



Promueve y edita:

imex | Instituto
de la *Mujer*
de Extremadura

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Igualdad y Cooperación
para el Desarrollo

Adaptación y diseño en lectura fácil:

Plena
inclusión
Villafranca
de los Barros

 **CHESKU
JIMENEZ**
WRITER

Guía adaptada, diseñada y validada en
Badajoz y en Villafranca de los Barros
Abril 2022