



# Recomendaciones lenguaje inclusivo y no sexista

---

## El uso del lenguaje inclusivo

El lenguaje condiciona nuestra percepción de la realidad y determina lo que entendemos del mundo que nos rodea. Por ello, es un mecanismo muy poderoso y puede contribuir a hacer visibles o invisibles a mujeres y personas de la comunidad LGBTI+, perpetuando formas de violencia/ dominación.

Afortunadamente, el lenguaje cambia al igual que lo hace la sociedad, sufre cambios y evoluciona. Al poder ser modificado puede generar cambios importantes en la forma que nos relacionamos y tratamos a otros. Como es bien sabido, lo que no se nombra, no se ve. Ejemplo de aquello es, qué problemas tan graves como el acoso sexual o el acoso escolar o bullying, existían desde siempre, pero hasta que no fueron nombrados como tales, no tomaron relevancia social como problemas. Cuando se comprende la importancia del lenguaje, este se entiende como herramienta de cambio y como instrumento para erradicar la desigualdad e invisibilización.

**El lenguaje no sexista** hace referencia a toda expresión verbal o escrita que utiliza preferentemente un vocabulario neutro, o en su defecto, hace evidente lo masculino y lo femenino, evitando las generalizaciones del masculino que se aplican a diversas situaciones o actividades donde participan personas de todos los géneros. Nuestro lenguaje posee una amplia gama de posibilidades para evitar la discriminación a través de uso de términos y conceptos neutros que incorporen a todas las personas. Esta guía ofrece algunas estrategias y recursos que ya posee nuestra lengua y que no transgreden la gramática ni la economía del lenguaje, por lo tanto, la invitación es a utilizar el lenguaje no sexista.

En resumen, mientras que el lenguaje neutro se centra en eliminar las marcas de género gramatical, el lenguaje inclusivo busca abordar la inclusión de diversas identidades, y el lenguaje no sexista se enfoca en eliminar el sexismo y los estereotipos de género en la comunicación. Estos enfoques a menudo se entrelazan, y las personas pueden optar por utilizar combinaciones de ellos según sus preferencias y objetivos comunicativos.

**A continuación te presentamos algunos ejemplos concretos que podrás comenzar a incorporar en tus comunicaciones diarias:**

<b>Menos inclusivo</b>	<b>Más inclusivo</b>
<b>Utilizar sustantivos que no tienen género, por lo que si los antecede un artículo no cambia su género</b>	
Los hombres	La humanidad, los seres humanos, las personas, la sociedad, la población
En la manifestación estaban los policías y los activistas	En la manifestación había policías y activistas
El interesado	La persona interesada
<b>Reemplazar sustantivos masculinos por abstractos</b>	
Los colaboradores	La nomina, el equipo, la plantilla, el área, el personal, quienes colaboran, las personas de...
<b>Evita el uso del masculino como genérico</b>	
El director	La dirección
Los competidores	La competencia
Los jefes	La jefatura/ Quienes tienen responsabilidad en la toma de decisiones/ Quienes toman decisiones
<b>Omisión de determinantes de género</b>	
Podrán optar al puesto los profesionales con experiencia	Podrán optar al puesto profesional con experiencia
Todos los componentes del comité recibirán la información por escrito	Cada componente del comité recibirá la información por escrito
Estuvimos con unos trabajadores	Estuvimos con trabajadores
<b>Uso de determinantes y pronombres sin marca de género: sustituir el uso de “el”, “los”, “aquel” o “aquellos” con “que” “quien”, “quienes” y “cada”</b>	
El gerente	Quien gerencia / La Gerencia
Los postulantes	Cada postulante/ Quienes postulen

<b>Omitir la referencia directa al sujeto con la forma impersonal “se”</b>	
Serán beneficiarios de estas ayudas	Se beneficiarán de estas ayudas
Los ciudadanos critican sin aportar soluciones	Siempre se critica sin aportar soluciones
Tenemos que procurar la participación de los colaboradores en las actividades	Tenemos que procurar que se participe en las actividades
Los gerentes debatirán cuestiones esenciales	En la gerencia se debatirán cuestiones esenciales
<b>Usar el infinitivo y el gerundio</b>	
Es necesario que el usuario tenga una cuenta para acceder al portal/el usuario debe tener una cuenta	Es necesario tener una cuenta para acceder al portal.
¿Quién puede ser candidato?	¿Quién puede presentarse [al cargo/a la vacante/etc.]?
Si todos trabajamos con dedicación, alcanzaremos las metas.	Trabajando con dedicación, alcanzaremos las metas.
<b>Simplificar la redacción, eliminando directamente la alusión al sujeto que se sobreentiende</b>	
Los usuarios interesados en continuar con el trámite	Para continuar con el trámite
Nosotros valoramos el esfuerzo que se hace	Valoramos el esfuerzo que se hace
Ellos actuaron con precaución	Actuaron con precaución
<b>Utilizar el género correcto:</b>	
Emilia es jefe de producción	Emilia es jefa de producción
Javiera es presidente del comité	Javiera es presidenta del comité



## Otras recomendaciones

### Evitar el uso de la x o el @

Si bien, el uso de ambas letras aportó en la visibilización de otras identidades, se sugiere evitar el uso de la X o el @ para sustituir la vocal que determina género, ya que además de representar un problema fonético al momento de hablar. En su formato escrito representa un problema en los lectores de texto para las personas no videntes o con baja visión, debido a que lo interpreta en su forma literal y no como un desdoblamiento de género. Se ha comenzado a utilizar la E como alternativa a estas letras, para poder visibilizar identidades que se escapan del binarismo hombre/mujer.

### El desdoblamiento de género

Se recomienda para evitar el uso del masculino como genérico. Es decir, menciona tanto el género gramatical femenino y masculino por separado. Sin embargo, esta opción tiene como inconveniente su enfoque binario, es decir, entender que los géneros pueden ser sólo masculino o femenino, invisibilizando otras entidades del colectivo LGBTIQ+. Se recomienda no abusar de este recurso ni de los /, ya que puede inhibir la atención de quien escucha y también el uso indiscriminado del "/" puede dificultar la lectura para personas ciegas.

Identidades no binarias, el empleo de la E y presuponer.

La utilización de la E comienza a visibilizarse y junto a ellas las personas que no se identifican con el género masculino ni femenino. El uso de la "E" va asociado a personas que se identifican como no binarias o también como alternativa para mencionar a un grupo de personas heterogéneas: "Nosotres" para hacer alusión a un grupo donde no solo hay hombres, este solo aplica a personas, no a elementos u objetos inanimados.

### No asumir y el uso de pronombres

Junto al uso de la "E" emergen también los pronombres no binarios: Le, elle, nosotres, utilizar estos pronombres es un factor protector para la salud mental y el reconocimiento de las identidades de personas no binarias. Si no sabemos con qué pronombre se siente identificada una persona, se recomienda siempre preguntar. Del mismo modo, es importante evitar suponer características de las personas con solo su expresión de género o como se ven, como su orientación sexual o identidad de género, para no caer en estereotipos.

**Una buena forma de preguntar por los pronombres:**

***Mi nombre es Javiera, me identifico con los pronombres ella y la,  
¿con cuáles te identificas tú?***

## Bibliografía

Ayuntamiento de Vitoria-gasteiz (2020) Instrucción para un uso no sexista del lenguaje, imágenes inclusivas, enfoque de género en estadísticas y estudios en el ayuntamiento de vitoria-gasteiz. <https://www.vitoria-gasteiz.org/docs/wb021/contenidosEstaticos/adjuntos/es/74/42/87442.pdf>

Cámara de comercio argentina LGBT Argentina (S/F) Guía de Comunicación Inclusiva para la Inclusión Laboral de Personas Trans y No Binarias. Recuperado de: <https://outandequal.org/wp-content/uploads/2021/06/Spanish-Non-Binary-Inclusion-Guide.pdf>

Gobierno de España (S/F) Guía práctica de comunicación incluyente, Servicio de Asesoramiento para Planes y Medidas de Igualdad en las Empresas. Recuperado de: [https://www.igualdadenaempresa.es/asesoramiento/herramientas/apoyo/docs/Kit\\_03\\_Comunicacion\\_Incluyente.pdf](https://www.igualdadenaempresa.es/asesoramiento/herramientas/apoyo/docs/Kit_03_Comunicacion_Incluyente.pdf)

OTD, (2023) Glosario Lenguaje inclusivo de género . Recuperado de: <https://otdchile.org/glosario/lenguaje-inclusivo-de-genero-no-binario/>

Superintendencia de seguridad social, (S/F). Orientaciones para el uso del lenguaje inclusivo de género en la SUSESO. Recuperado de: [https://www.suseso.cl/601/articles-578130\\_recurso\\_005.pdf](https://www.suseso.cl/601/articles-578130_recurso_005.pdf)

Universidad del país Vasco, (S/F) Guía Rápida de uso inclusivo del castellano, Recuperado de: <https://www.ehu.eus/documents/2007376/12795677/Guia-rapida-Uso-inclusivo-del-castellano.pdf/08dfa286-d5db-eda7-ab99-a6ec5a9df5a6>