

MANUAL PARA EL USO DEL LENGUAJE INCLUYENTE Y NO SEXISTA

Dirigida al personal de la administración pública

Nombrar, visibilizar e incluir a las personas dignamente es un tema de justicia.

CONAVIM

ÍNDICE

OBJETIVO

PRESENTACIÓN

GENERALIDADES

EL SEXISMO

GÉNERO Y GRAMÁTICA

FUNDAMENTOS LEGALES APLICADOS EN LA MATERIA

INSTRUMENTOS INTERNACIONALES

INSTRUMENTOS NACIONALES

INSRUMENTOS ESTATALES

- I. SUSTANTIVOS COLECTIVOS
- II. TÍTULOS ACADÉMICOS, OCUPACIONES Y CARGOS
- III. ARTÍCULOS
- IV. PRONOMBRES
- V. DIAGONALES Y PARÉNTESIS EN VOCATIVOS
- VI. ARROBA (@)
- VII. FORMAS DE CORTESÍA
- VIII. PALABRAS CON CONNOTACIÓN SEXISTA
- IX. DESAGREGACIÓN DE DATOS POR SEXO
- X. USO DE IMÁGENES NO SEXISTAS
- XI. LENGUAJE GESTUAL
- XII. EVITAR LENGUAJE DISCRIMINATORIO Y OFENSIVO
- XIII. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES EN FEMENINO Y MASCULINO
- XIV. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES GENÉRICAS
- XV. ABREVIATURAS
- XVI. EJERCICIOS
- XVII. CONCLUSIONES

GLOSARIO

FUENTES DE CONSULTA

OBJETIVO

Familiarizar al personal de servicio público en sus diversos ámbitos con las estrategias del lenguaje incluyente y no sexista que ofrece la lengua española y servir como auxiliar en la erradicación paulatina y permanente del lenguaje excluyente en la comunicación escrita, oral, visual y gestual con el propósito de contribuir a la igualdad entre mujeres y hombres.

PRESENTACIÓN

La discriminación sexual es una de las más extendidas y frecuentes en el mundo. Las mujeres, quienes son más de la mitad de la población mundial, han sido y son discriminadas y violentadas por razón de su sexo a lo largo de la historia; reciben un trato desigual y son segregadas al considerarlas inferiores a los hombres. Por tal motivo, los Estados que integran el Sistema de Naciones Unidas, incluido México, se han comprometido a adoptar medidas para erradicar los usos excluyentes del lenguaje.

Una de las formas más sutiles de transmitir esta discriminación es a través de la lengua, ya que ésta no es más que el reflejo de los valores del pensamiento de la sociedad que la crea y utiliza. Nada de lo que decimos en cada momento de nuestra vida es neutro: todas las palabras tienen una lectura de género. Así, la lengua no sólo refleja, sino que también transmite y refuerza los estereotipos y roles considerados adecuados para mujeres y hombres en una sociedad.

El postulado básico de esta transformación es nombrar lo diferente, lo silenciado históricamente, al promover valores de respeto, escucha y no discriminación entre los seres humanos y hacia lo femenino específicamente.

Para lograr la igualdad real y sustantiva es imperativo que servidoras y servidores públicos desarrollen sus actividades de tal forma que no fomenten la continuidad de la discriminación entre mujeres y hombres.

La administración actual está comprometida y es responsable en ser incluyente con los distintos grupos que la sociedad tiene, principalmente indígenas, personas adultas mayores, personas con discapacidad, niñas, niños, adolescentes, personas de la diversidad sexual y migrantes, quienes, por diversas circunstancias como la marginación, dependencia y barreras físicas, se vuelven grupos

vulnerables. Es importante no solo incluirles en las actividades que competen a la comunidad, sino referirnos de la manera adecuada para evitar más de un término equivocado que dañe su integridad y autoestima.

El presente Manual, además de ser una herramienta auxiliar en el proceso de la comunicación escrita para evitar el uso sexista y excluyente del lenguaje, es una modificación y actualización a la edición de 2014. En esta ocasión se agrega información sobre lenguaje incluyente, cuyo objetivo es contribuir a hacer evidente no solo lo femenino y masculino, sino visibilizar a otros grupos de la población poco reconocidos o excluidos.

Asimismo, se abordan ejemplos e información acerca del uso de imágenes no sexistas y lenguaje gestual, ya que así como existe sexismo en el lenguaje escrito, también puede observarse en otros tipos de lenguaje, como el oral, gestual y visual.

Además, con el propósito de denominar y reconocer la participación de las mujeres en las diferentes profesiones, cargos y oficios, se proponen algunas formas incluyentes en femenino y masculino, así también se agrega una lista con un grupo de palabras que, gramaticalmente, tendrán un género masculino o femenino independientemente del sexo de la persona o personas aludidas, en estos casos, el sexo de la persona de referencia es indicado por el artículo o adjetivo que le acompañan.

Derivado de lo anterior, se incorpora una lista con abreviaturas que tienen como referente el femenino; no obstante, algunas no admiten variaciones respecto al género, por lo que será el contexto el que determine su empleo.

Al final del documento se encuentran algunos ejercicios con la intención de que las personas puedan autoevaluar y empezar a aplicar sus conocimientos sobre el uso del lenguaje incluyente y no sexista.

GENERALIDADES

Los atributos asociados a las distintas expresiones de género y su vínculo con lo masculino o femenino han creado situaciones de desigualdad en todo el mundo, especialmente para las mujeres. La perspectiva de género, llamada también enfoque de género, se basa en la teoría de género con el fin de enfocar, analizar y comprender las características que definen a mujeres y hombres de manera específica, así como sus semejanzas y diferencias.

Desde esa perspectiva, se analizan las posibilidades vitales de unas y otros, el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros; también se estudian los conflictos institucionales y cotidianos que deben encarar y las múltiples maneras en que lo hacen.

La mejor forma de expresar nuestra concepción del mundo y de reconocer cómo es nuestra sociedad es a través del lenguaje. Éste es un instrumento de cambio, de transferencia de conocimiento y cultura, pero también puede constituir una de las expresiones más importantes de desigualdad, ya que por medio de la palabra se manifiesta la forma de pensar de la sociedad y cómo en ésta se invisibiliza toda forma femenina. El uso del lenguaje sexista y excluyente de ninguna manera puede ser intrascendente, ya que mientras se incurra en él no podremos conformar una sociedad igualitaria.

En la actualidad no existe sociedad alguna en el mundo donde mujeres y hombres reciban un trato equitativo, pues se constata una discriminación generalizada hacia las primeras en todos los ámbitos. Esta discriminación, sustentada únicamente en el hecho de haber nacido mujer, atraviesa categorías sociales como el nivel socioeconómico, la edad o la etnia a la que se pertenezca y se transmite a través de formas sutiles que impregnan nuestra vida.

En el campo de la redacción de textos, el uso del lenguaje incluyente busca que la comunicación considere necesidades específicas de mujeres y hombres, es decir, establecer sinergias para lograr la igualdad.

La problemática en la que se encuentran las mujeres no había sido vista como un asunto de derechos humanos, pues se atribuía su origen a la falta de desarrollo y a la no consolidación de las democracias, esto es, se reducía a un problema que los gobiernos y las propias mujeres debían resolver.

Sin embargo, diversos estudios e informes basados en evidencias, presentados ante instancias internacionales de derechos humanos, mostraron una abrumadora realidad mundial: las mujeres no tienen las mismas condiciones que los hombres para participar en la vida privada y pública, debido a que las situaciones de discriminación sexual y violencia les impiden ejercer plenamente sus derechos políticos, civiles, culturales y económicos.

Resulta indudable que la discriminación sexual se presenta en la vida privada y pública: en la familia, la escuela, el trabajo, los medios de comunicación e instituciones gubernamentales, entre otros; situación que se ve reflejada en la historia, el derecho, el pensamiento científico, filosófico, religioso, político y, por supuesto, en el lenguaje.

EL SEXISMO¹

El sexismo se refiere a todas aquellas prácticas y actitudes que promueven el trato diferenciado de las personas en razón de su sexo, del cual se asumen características y comportamientos con los que se espera que los hombres y las mujeres actúen cotidianamente. Las prácticas sexistas afectan principalmente a las mujeres, dada la vigencia de creencias culturales que las consideran inferiores o desiguales a los hombres por naturaleza.

El sexismo es el conjunto de prácticas sociales que mantienen a un sexo en situación de subordinación y explotación, valorando positivamente a uno de ellos. El género que sufre el menosprecio sistemático en todos los ámbitos de la vida y las relaciones humanas es el femenino.

El sexismo puede incluir diferentes creencias y actitudes:

- La creencia de que un sexo es superior o inferior al otro.
- La actitud de misoginia o misandria.
- La actitud de imponer una noción de masculinidad (género) a las mujeres (sexo).
- El menosprecio o la ocultación de las mujeres.
- La burla o la descalificación hacia la apariencia o conducta de mujeres y hombres.

¹ Texto adaptado del Banco Interamericano de Desarrollo, Cuadernos de Unidades Didácticas para la Igualdad.

- Referencias que aluden despectivamente a la sexualidad de las mujeres o de los hombres.

El varón y la mujer son iguales ante la ley. Esta disposición protegerá la organización y el desarrollo de la familia.

Art. 4. de la Constitución Política de los
Estados Unidos Mexicanos

GÉNERO Y GRAMÁTICA

Es un error muy común confundir el sexismo lingüístico con el social. Por ello, antes de comenzar a profundizar en el tema sería conveniente aclarar que el sexismo lingüístico consiste en la emisión de un mensaje que, debido a su forma y no a su fondo, es discriminatorio por razón de sexo; mientras que, en el social, la discriminación radica en el fondo, nunca en la forma.

Una vez esclarecido este punto, trataremos el sexismo léxico, que es la utilización de ciertas palabras aisladas con carácter discriminatorio. Este campo puede dividirse a su vez en doce aspectos:

1. Tratamientos de cortesía
2. Pares incorrectos
3. Duales aparentes
4. No mencionar a las mujeres
5. Nombres y apellidos
6. Vacíos léxicos
7. Vocablos ocupados
8. Insultos
9. Chistes y refranes
10. Palabras androcéntricas.
11. Cargos
12. Oficios y profesiones.

En el lenguaje, la distinción entre lo femenino y lo masculino en sí misma no es indicativa de sexismo ni de discriminación, ya que en ocasiones resulta necesario nombrar separadamente a las mujeres de los hombres. De hecho, el uso del género gramatical cambia de un idioma a otro.

El uso no sexista en el lenguaje supone dejar de utilizar el masculino como genérico para designar lo masculino y lo femenino. Esto implica incluir a las mujeres en el uso de palabras e imágenes y, además, identificar las acciones que realizan mujeres y hombres como partes equilibradas, sin predominio de alguna sobre la otra.

El Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua recoge usos de las palabras, no crea palabras. Las palabras evolucionan. Una misma palabra no se escribe hoy de la misma manera que ayer, por ejemplo, en el castellano antiguo la palabra aceptar se decía *acetar*, o la palabra efecto, *efeto*.

La misma Real Academia (2010) indica que las lenguas cambian de continuo, y lo hacen de modo especial en su componente léxico. Por ello, los diccionarios nunca están terminados; son una obra viva que se esfuerza en reflejar la evolución al registrar nuevas formas y atender a las mutaciones de significado.

Por otra parte, en el proceso del conocimiento, las palabras y mensajes aportan conceptos y promueven un cambio de actitudes, es decir, el uso del lenguaje no es neutral, tiene consecuencias en la comunicación cotidiana, que pueden traducirse en discriminación, sexismo, subordinación e inequidad, al no usarlo con un sentido inclusivo. De ahí la pertinencia del correcto uso del lenguaje, con la incorporación de la perspectiva de género para frenar la cultura discriminatoria y evitar estigmas y prejuicios en las palabras.

FUNDAMENTOS LEGALES APLICADOS EN LA MATERIA

INSTRUMENTOS INTERNACIONALES

Con el propósito de lograr un mayor desarrollo social y construir una relación más equitativa entre las personas, algunos sectores sociales y políticos han entendido la relación que hay entre lenguaje y relaciones humanas, entre lenguaje y violencia.

Gracias a esta comprensión sobre la importancia y trascendencia del lenguaje, se han ido creando y modificando leyes, reglamentos y normas para incluir como una condición obligatoria en la construcción de la igualdad sustantiva, el uso incluyente y no sexista del lenguaje. Así, contamos ya con diferentes documentos, normas y

artículos en los que aparece la prohibición u obligación de emplear un lenguaje que no sea discriminator, estereotipado, sexista o excluyente.

CEDAW

Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer
Artículo 5

Los Estados Partes tomarán todas las medidas apropiadas para:

- a) Modificar los patrones socioculturales de conducta de hombres y mujeres, con mira a alcanzar la eliminación de los prejuicios y las prácticas consuetudinarias y de cualquier otra índole que estén basados en la idea de la inferioridad o superioridad de cualquiera de los sexos o en funciones estereotipadas de hombres y mujeres.

BELÉM do PARÁ

Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer

Artículo 6

El derecho de toda mujer a una vida libre de violencia incluye, entre otros:

- a) El derecho de la mujer a ser libre de toda forma de discriminación, y
- b) El derecho de la mujer a ser valorada y educada libre de patrones estereotipados de comportamiento y prácticas sociales y culturales basadas en conceptos de inferioridad o subordinación.

UNESCO

Oficina de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

Resolución 14.1 aprobada por la Conferencia General de la UNESCO, en su vigésima cuarta reunión, apartado 1, párrafo 2: Exhorta a evitar el empleo de términos que se refieren a un solo sexo, salvo si se trata de medidas positivas a favor de las mujeres.

ONU Mujeres

Organización de las Naciones Unidas (Mujeres)

La incorporación de la perspectiva de género es una estrategia universalmente aceptada para promover el empoderamiento de la mujer y lograr la igualdad entre los géneros mediante la transformación de las estructuras de desigualdad.

Declaración y Plataforma de Acción de Beijing

Capítulo III. [...] se exhorta a los gobiernos, a la comunidad internacional y a la sociedad civil, inclusive a las organizaciones no gubernamentales y el sector privado, a que

adopten medidas estratégicas en las siguientes esferas decisivas de especial preocupación: [...] Estereotipos sobre la mujer y desigualdad de acceso y participación de la mujer en todos los sistemas de comunicación, especialmente en los medios de difusión.

Programa de Acción Regional para las Mujeres de América Latina y el Caribe, 1995-2001

CEPAL

El Programa de Acción refleja las prioridades de los países miembros de América Latina y el Caribe. En este programa se plantea de manera precisa la preocupación por el lenguaje sexista:

Área VII: Reconocimiento de la pluralidad cultural de la región.

Objetivo estratégico VII.6 Eliminar las expresiones sexistas del lenguaje y contribuir a la creación de un discurso que exprese la realidad de las mujeres.

Acción estratégica VII.6.a Promover la adopción de medidas destinadas a eliminar las expresiones sexistas en el lenguaje y contribuir a la creación de un discurso que exprese la realidad de las mujeres, especialmente en los currículos y material educativo.

Fuente: elaboración propia con base en Inmujeres (2008).

INSTRUMENTOS NACIONALES

CEPEUM

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

Artículo 1

Establece la prohibición de toda discriminación motivada por origen étnico o nacional, el género, la edad, las discapacidades, entre otras.

Artículo 4

Determina que el hombre y la mujer son iguales ante la ley.

LFPED

Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación

Artículo 1

De conformidad con la Constitución Federal se preverá y eliminará toda distinción, exclusión, restricción, o preferencia que, por acción u omisión, con intención o sin ella, no sea objetiva, racional ni proporcional y tenga por objeto o resultado obstaculizar, restringir, impedir, menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y libertades.

LGIMH

Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres

Artículo 42

IV. Promover la utilización de un lenguaje con perspectiva de género en la totalidad de las relaciones sociales, y

V. Velar por que los medios de comunicación transmitan una imagen igualitaria, plural y no estereotipada de mujeres y hombres en la sociedad, promuevan el conocimiento y la difusión del principio de igualdad entre mujeres y hombres y eviten la utilización sexista del lenguaje. [...]

LINM

Ley del Instituto Nacional de las Mujeres

Artículo 4

El objeto general del Instituto es promover y fomentar las condiciones que posibiliten la no discriminación, la igualdad de oportunidades y de trato entre los géneros; el ejercicio pleno de todos los derechos de las mujeres y su participación equitativa en la vida política, cultural, económica y social del país.

NMX-R-025-SCFI-2015

Norma Mexicana para la Igualdad Laboral entre Mujeres y Hombres

Establece los requisitos para obtener la certificación de las prácticas para la igualdad laboral entre mujeres y hombres.

LGAMVLV

Reglamento de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia

Artículo 10

IV. Fomentar que los medios de comunicación promuevan el respeto a la dignidad de las mujeres y eviten el uso de lenguaje e imágenes que reproduzcan estereotipos y roles de género que refuerzan y naturalizan la Violencia contra las Mujeres;

V. Generar mecanismos para que la comunicación institucional se realice con un lenguaje incluyente y con perspectiva de género.

LGDNNA

Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes

Artículo 37

Para garantizar la igualdad sustantiva, las autoridades del Estado y sus Municipios deberán: I. Transversalizar la perspectiva de género en todas sus actuaciones y procurar la utilización de un lenguaje incluyente en sus documentos oficiales.

Fuente: elaboración propia con información de Inmujeres (2018: 194-206).

INSTRUMENTOS ESTATALES

CPPEM

Código de Procedimientos Penales para el Estado de México

Artículo 15

Todas las personas son iguales ante la ley y deben ser tratadas conforme a las mismas reglas. Las autoridades deberán tomar en cuenta las condiciones particulares de las personas y del caso, pero no pueden fundar sus decisiones sobre la base de la nacionalidad, género, origen étnico, entre otros.

LAVLEM

Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Estado de México

Artículo 1

Tiene por objeto la prevención, atención, sanción y erradicación de la violencia contra las mujeres para garantizar el acceso de las mujeres a una vida libre de violencia que favorezca su desarrollo y bienestar conforme a los principios de igualdad y de no discriminación, que garanticen el desarrollo integral de las mujeres.

LITOMHEM

Ley de Igualdad de Trato y Oportunidades entre Mujeres y Hombres del Estado de México

Artículo 7

Fracción IV. Impulsar el uso de un lenguaje no sexista en los ámbitos público y privado.

LDNNAEM

Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes del Estado de México

Artículo 21

Niñas, niños y adolescentes tienen derecho al mismo trato y acceso de oportunidades para el reconocimiento y goce de los derechos contenidos en la presente Ley, a fin de lograr su desarrollo integral. Con el fin de garantizar la igualdad sustantiva entre niñas, niños y adolescentes, las autoridades estatales y municipales, en el ámbito de sus respectivas competencias, deberán realizar las siguientes acciones:

I. Transversalizar la perspectiva de género en todas sus actuaciones y procurar el uso de un lenguaje no sexista en sus documentos oficiales.

Ley para la Protección, Integración y Desarrollo de las Personas con Discapacidad del Estado de México

Artículo 4

Para los efectos de esta Ley, son principios rectores para la integración de políticas públicas, los siguientes:

- a) La equidad;
- b) La justicia social;
- c) El respeto de la dignidad;
- d) La autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas;
- e) La no discriminación;
- f) La participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad;
- g) El respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas;
- h) La igualdad de oportunidades; y
- i) La accesibilidad

Ley del Adulto Mayor del Estado de México

Artículo 5

Son derechos de los adultos mayores, además de aquellos que les reconozcan otras leyes, los siguientes:

VII. Recibir trato digno y apropiado de las autoridades estatales y municipales en el ejercicio y respeto de sus derechos.

Ley de Derechos y Cultura Indígena del Estado de México

Artículo 8

Corresponde al Ejecutivo Estatal, a través de sus dependencias y organismos auxiliares:

II. Asegurar que los integrantes de las comunidades indígenas gocen de todos los derechos y oportunidades que la legislación vigente otorga al resto de la población de la entidad.

Ley de Apoyo a Migrantes del Estado de México

Artículo 8

Son medidas de apoyo y protección a migrantes las siguientes:

III. Ser sujeto de un trato respetuoso, oportuno y con calidad.

Ley para Prevenir, Combatir y Eliminar Actos de Discriminación en el Estado de México

Artículo 20

Son atribuciones del Consejo:

XXIII. Promover el uso no sexista del lenguaje e introducir formas de comunicación incluyentes en el ámbito público y privado.

Fuente: Periódico Oficial, Gaceta de Gobierno del Estado de México.

I. SUSTANTIVOS COLECTIVOS

Se tiende a confundir el género masculino con la totalidad de las personas para darle un valor universal. Para evitarlo se recomienda utilizar sustantivos colectivos² que son las palabras que designan ambos sexos con la finalidad de evitar expresiones sexistas.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
El hombre descubrió el fuego	La humanidad descubrió el fuego
Los ciudadanos	La ciudadanía
Los niños mexicanos	La niñez mexicana

Adjetivos sin marca de género en lugar de sustantivos.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
El desempleo entre los jóvenes	El desempleo juvenil
La huelga de los estudiantes	La huelga estudiantil
Los problemas de los vecinos	Los problemas vecinales
Los profesores	El profesorado

Recurrir a la doble forma femenino-masculino cuando sea conveniente y necesario.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Bienvenidos todos	Bienvenidas todas y todos Bienvenidas y bienvenidos
Hombres que trabajan en el servicio público	Mujeres y hombres que trabajan en el servicio público
Día del Niño	Día de la Niña y Niño
Los niños tienen derechos	Los niños y niñas tienen derechos

Sustantivos con forma única para referir a seres de uno u otro sexo

² El sustantivo colectivo expresa un conjunto de individuos de la misma especie.

Los sustantivos comunes en cuanto al género son aquellas palabras que tienen una sola forma para designar a uno y otro sexo, y cuyo género es especificado por los artículos y adjetivos que le acompañan.

Ejemplos:

- El/la estudiante
- El/la víctima
- Un buen/una buena profesional
- El/la representante
- El/la titular

Uso de la palabra persona. Anteponer la palabra persona para evitar el masculino.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Asistente	Personas asistentes
Derechohabiente	Personas derechohabientes
Interesado	Personas interesadas

II. TÍTULOS ACADÉMICOS, OCUPACIONES Y CARGOS

Se debe evitar la utilización de los títulos académicos y las ocupaciones en masculino cuando éstos se refieran a mujeres. Se utilizarán los sustantivos en femenino cuando se trate de una mujer y en masculino cuando se trate de un hombre.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
La ingeniero	La ingeniera
La arquitecto	La arquitecta
La juez	La jueza

Respecto a los cargos, se evitará el uso del género masculino y se recurrirá al uso de sustantivos que refieran más bien a las áreas de los cargos para dar un sentido neutro; es decir, se recurrirá a las construcciones metonímicas³, para no dar a entender que los cargos sólo son ocupados por hombres.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
------------------------	---------------------

³ La metonimia es una figura retórica que consiste en designar algo con el nombre de otra cosa tomando el efecto por la causa y viceversa.

Convocar a los jefes de departamento	Convocar a las jefaturas de departamento
Se reunirán los gerentes del banco	Se reunirán las gerencias del banco
Enviar los documentos a cada uno de los directores	Enviar los documentos a cada una de las direcciones

III. ARTÍCULOS

Utilizar los artículos el, la, las, los, para incluir a ambos géneros sin repetir el sustantivo. Es recomendable alternar el orden de los artículos y cuidar la concordancia entre el último artículo y el sustantivo.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Los trabajadores deben permanecer en su sitio de trabajo	Las y los trabajadores deben permanecer en su sitio de trabajo
Los usuarios morosos recibirán una sanción	Los y las usuarias morosas recibirán una sanción
Los estudiantes deben permanecer en su sitio de trabajo	Las y los estudiantes deben permanecer en su sitio de trabajo
Los adolescentes deben pagar cuanto antes	Las y los adolescentes deben pagar cuanto antes

IV. PRONOMBRES⁴

Utilizar los pronombres personales, posesivos, reflejos, indefinidos, relativos y átonos permitirá sustituir el sustantivo masculino.

Ejemplos:

Pronombres	Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Posesivos: nos, nuestro, nuestra, nuestras, su, sus, consigo, se	Esta institución cuenta con especialistas al servicio de los usuarios	Esta institución cuenta con especialistas a su servicio
	Es bueno para el bienestar del hombre	Es bueno para nuestro bienestar

⁴ El pronombre es la palabra que sustituye al nombre.

Reflejos: se, te, nos	El trabajador solicitará licencia cuando exista una enfermedad grave	Se solicitará licencia cuando exista una enfermedad grave
	El contribuyente tendrá acceso si cumple con los siguientes requisitos	Se tendrá acceso si se cumplen los siguientes requisitos
Personales: yo, tú, ustedes.	Entre todos atenderán a las personas beneficiarias	Ustedes atenderán a las personas beneficiarias
Indefinidos: alguien, cualquiera, nadie.	El que utilice las oficinas deberá asegurarse de apagar los equipos de cómputo	Cualquiera que utilice las oficinas deberá asegurarse de apagar los equipos de cómputo
Relativos: quien, quienes.	Los conductores de esta vía	Quienes conduzcan por esta vía
	El que suscribe	Quien suscribe
Átono: les	Los felicito por su labor altruista	Les felicito por su labor altruista

Usar el gerundio y el infinitivo. Sintácticamente es posible emplear los verbos en gerundio o infinitivo para evitar el empleo del masculino genérico.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Los que utilizan el lenguaje no sexista evitan la discriminación hacia las mujeres	Utilizando el lenguaje no sexista evitamos la discriminación hacia las mujeres
Es necesario que el usuario tenga una cuenta para acceder al portal	Es necesario tener una cuenta para acceder al portal

V. DIAGONALES Y PARÉNTESIS EN VOCATIVOS⁵

Cuando en un mensaje se desconozca si el destinatario es hombre o mujer, se recomienda usar diagonales o paréntesis en los vocativos. Sin embargo, se sugiere su uso sólo en textos cortos: formularios, solicitudes, cuestionarios, carteles o cualquier otro documento en donde se cuenta con poco espacio, ya que abusar de ellos en el texto formal resulta una lectura cansada y poco legible.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Interesado	Interesada(o)
Usuario	Usuaría/o

VI. ARROBA (@)

La arroba no es un signo lingüístico para designar a ambos géneros; por ello, su uso es incorrecto cuando se utiliza de esta manera. Para evitarla, se recomienda emplear sustantivos tanto femeninos como masculinos.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Funcionari@s	Funcionarias y funcionarios
Maestr@s	Maestras y maestros

VII. FORMAS DE CORTESÍA

Cuando el contexto de las formas de cortesía lo permita, en la información de carácter oficial, se sugiere utilizar el término señora para llamar así a las mujeres sin distinción de edad o estado civil; asimismo, no debe utilizarse el apellido del cónyuge cuando se refiera a una mujer casada ni usarse la preposición *de*.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva	Expresión inclusiva
Señora Sandra de García	Señora Sandra Gómez
Sr. García y esposa	Sr. García y Sra. Gómez
Sr. y Sra. Pérez	Alejandro Pérez y Érika Valdés

⁵ El vocativo es un caso de declinación que sirve para nombrar a una persona o cosa personificada.

VIII. PALABRAS CON CONNOTACIÓN SEXISTA

Evitar la connotación peyorativa para estigmatizar a las personas debido a sus atributos físicos o morales en función de los estereotipos de género.

Ejemplos:

Estereotipos de género	
Mujeres	Hombres
Aventurera: prostituta	Aventurero: osado, valiente, arriesgado
Mujer pública: prostituta	Hombre público: el que interviene en los negocios, la política
Soltera: quedada	Soltero: codiciado

Asimismo, evitar el uso de chistes, refranes y dichos excluyentes y sexistas que resultan peyorativos, indiquen ideas desfavorables o que parten de prejuicios y estereotipos negativos hacia la mujer, incluso hacia el hombre:

Ejemplos:

- Calladita te ves más bonita.
- Mujer sin varón, ojal sin botón.
- Mujer al volante, peligro constante.
- ¿Qué tienen en común las rubias y las botellas de cerveza?
Que están vacías del cuello para arriba.
- ¿En qué se parecen los dinosaurios a los hombres inteligentes?
En que los dos se extinguieron hace mucho.

IX. DESAGREGACIÓN DE DATOS POR SEXO

Separar los datos por sexo en estadísticas, informes e investigaciones, para evitar generalizaciones que imposibiliten ver la distinción que puede presentarse en situaciones concretas.

Ejemplos:

La obesidad y el sobrepeso afectan en mayor cantidad a las mujeres que a los hombres, debido a causas emocionales, metabólicas y endócrino-hormonales.

De acuerdo con el Sistema Estadístico y Epidemiológico de las Defunciones de la Secretaría de Salud del Estado de Jalisco (SINAIS) del 1 de enero al 25 de junio, se han contabilizado 198 casos, de los cuales 43 corresponden a mujeres y 155 a hombres.

X. USO DE IMÁGENES NO SEXISTAS

Las imágenes son parte también del lenguaje y reproducen o amplían la carga sexista en el uso del lenguaje. En la mayoría de los casos, las imágenes que se emplean en las instituciones públicas o privadas muestran relaciones desiguales, por ejemplo, una división del trabajo entre hombres y mujeres, en donde ubican al hombre en la economía, los deportes, la política, y a las mujeres en la casa o en empleos subordinados, o como cuidadoras; mujeres como objetos sexuales asociadas a la publicidad de todo tipo de productos; mujeres como las únicas responsables de la salud sexual y reproductiva, así como del cuidado de niñas, niños y otros integrantes de la familia; mujeres revictimizadas en situaciones de violencia o procuración de justicia; mujeres que compiten con otras mujeres por la seducción y aprobación masculina, preocupadas por su aspecto físico y desvalorizadas en su capacidad intelectual.

De forma reiterada se reproducen estereotipos que en la mayoría de los casos refuerzan relaciones desiguales y sesgos sexistas en las concepciones de lo humano. Por tanto, algunos criterios que nos pueden orientar en el uso no discriminatorio del material visual son:

- ✓ Presentar a mujeres y hombres participando en actividades de manera libre de estereotipos y de manera equitativa.
- ✓ Desasociar a las mujeres de papeles domésticos y presentarlas en el mundo público, la vida económica y la participación política.
- ✓ Mostrar a la mujer con deseos y voluntad propia.
- ✓ Presentar a mujeres y hombres en tareas domésticas, cuidando a las niñas, niños y demás integrantes de la familia.
- ✓ Incluir de manera equitativa a las mujeres y a los hombres en espacios profesionales prestigiados social y económicamente.
- ✓ Eliminar la presentación de las mujeres como recompensas del éxito masculino o de sus prácticas de consumo.
- ✓ No mostrar el cuerpo de las mujeres para atraer la atención.
- ✓ Exponer la diversidad de mujeres que existe.
- ✓ Evitar representar a la mujer con los tradicionales estereotipos de belleza.
- ✓ Colocar igual cantidad de mujeres y hombres de tal forma que se genere un equilibrio.

- ✓ Igualdad en la representación de mujeres y hombres en primer y segundo plano.
- ✓ Representar a ambos sexos con igualdad de características físicas (estatura, peso, fuerza, etc.)
- ✓ Evitar imágenes que hagan referencia a la violencia o maltrato; se debe cuidar la dignidad de las personas.

XI. LENGUAJE GESTUAL

La comunicación humana incluye o se acompaña, además de gestos, signos corporales y expresiones no verbales. Muchos de estos adquieren sentido en el contexto específico de la comunicación, sin embargo, es importante reparar en expresiones cargadas de sexismo y discriminación, tales como:

- Nombrar a la mujer en diminutivo.
- 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.

Para combatir estas prácticas es necesario tomar conciencia y reflexionar sobre el uso del repertorio gestual al momento de transmitir nuestras ideas y opiniones en la interacción social cotidiana.

XII. EVITAR LENGUAJE DISCRIMINATORIO Y OFENSIVO

Nuestro lenguaje común en la mayoría de las ocasiones es sexista, pero también puede ser clasista, racista u homofóbico, lo cual ha provocado que se excluya y discrimine a otros grupos sociales. A continuación, se sugieren algunas posibilidades o alternativas de un uso más inclusivo del lenguaje:

NO	SÍ
Las minorías sexuales	Personas de la diversidad sexual
Homosexuales	Hombres gays
Marimacha	Personas con preferencias sexuales diferentes a las heterosexuales.
Maricones	Lesbianas
Raros	Personas con orientación sexual diferente a la heterosexual.
Afeminados	Persona
Desviados	homosexual/bisexual/transgénero/travesti/transexual/interse

Jotos Indefinidos	xual Población LGBTTTIQA
Los indios	Personas indígenas Los y las indígenas Los pueblos indígenas/originarios Las comunidades indígenas
Viejitos Abuelitos Ancianos Rucos	Las y los adultos mayores Personas adultas mayores
Los sidosos Enfermos/as de sida Enfermos/as de VIH	Personas que viven con VIH/SIDA Personas con VIH/ SIDA
Ilegales Mojados Indocumentados Braceros Refugiados Exiliados Sin tierra	Personas en movilidad humana Personas migrantes Personas refugiadas Personas solicitantes de asilo Personas apátridas
Las sectas religiosas	Los grupos religiosos
Niños de la calle Indigentes Vagabundos Pordioseros Vagos Mendigos Limosneros	Niñas y niños en situación de calle Personas en situación de calle Poblaciones callejeras
Trata de blancas	Víctimas de trata de personas
Prostituta/o Mujeres de la vida galante Mujeres de la vida fácil	Trabajador/a sexual Personas trabajadoras sexuales

Los mazahuas	La población mazahua, la cultura mazahua
Los aztecas	El imperio azteca, la civilización azteca
Personas con capacidades diferentes	Personas con discapacidad
Los minusválidos	Persona con discapacidad motriz
Sordomudo, sordito	Persona con discapacidad auditiva Persona sorda
Invidente, cieguito	Persona con discapacidad visual
Retrasado mental, mongol, tonto, tarado	Persona con discapacidad intelectual
Loco, loquito, demente	Persona con discapacidad psicosocial
Pubertos Chavitos	Adolescentes Juventudes
Pequeños Chiquitos Chiquillos Mocosos Chamacos Nenes	Personas menores de 18 años Personas menores de edad Niñas/niños Infancia Niñez
Ninis	Personas sin acceso a educación ni empleo
Lenguaje para sordomudos Lenguaje de señas	Lengua de señas mexicana
Dialectos	Lenguas indígenas/originarias
Criada Chacha Sirvienta/e La gata La mucama La muchacha	Personas trabajadoras remuneradas del Hogar Trabajador/a remunerado/a del hogar
Ama/o de casa	Personas trabajadoras Trabajador/a no remunerado/a del hogar
Recluso	Personas privadas de la libertad

Presidiario Prisionero Encarcelado	
Personas de color Negros/ Negritos Morenitos Prietas/Prietitos	Poblaciones afrodescendientes Personas afrodescendientes Personas afromexicanas

XIII. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES EN FEMENINO Y MASCULINO

Con el propósito de nombrar y visibilizar a las mujeres en el discurso oral y escrito, se propone a continuación una lista de opciones referente a las profesiones y ocupaciones en lenguaje incluyente.

A

Femenino	Masculino	Femenino	Masculino
Albañila	Albañil	Asistentita	Asistente
Actuaria	Actuario	Ayudanta	Ayudante
Alcaldesa	Alcalde	Asesora	Asesor
Anaquequera	Anaquequero	Auditora	Auditor
Aprendiza	Aprendiz	Azafata	Azafato

B

Bachillera	Bachiller	Baronesa	Barón
Bibliógrafa	Bibliógrafo	Billetera	Billetero
Bioclínica	Bioclínico	Biofísica	Biofísico
Biógrafa	Biógrafo	Bióloga	Biólogo
Bombrera	Bombrero	Botánica	Botánico
Boletera	Boletero	Bodeguera	Bodeguero

C

Cacica	Cacique	Cancillera	Canciller
Capataz	Capataza	Cantora	Cantor
Científica	Científico	Cirujana	Cirujano

Coautora	Coautor	Contralora	Contralor
Comisaria	Comisario	Consulesa	Cónsul
Concejala	Concejal	Choferesa	Chófer
Condesa	Conde	Coronela	Coronel
Capitana	Capitán		

D

Decana	Decano	Danzarina	Danzarín
Dependiente	Dependiente	Detectiva	Detective
Dictadora	Dictador	Diplomática	Diplomático
Dibujanta	Dibujante	Duquesa	Duque

E

Economista	Economista	Edila	Edil
Ejecutiva	Ejecutivo	Embajadora	Embajador
Eléctrica	Eléctrico	Escenógrafa	Escenógrafo
Electromecánica	Electromecánico	Estadista	Estadista

F

Federativa	Federativo	Financiera	Financiero
Fiscal	Fiscal	Física	Físico
Fotoperiodista	Fotoperiodista	Funcionaria	Funcionario

G

Garrotera	Garrotero	Gerenta	Gerente
Gastrónoma	Gastrónomo	Gobernadora	Gobernador
General	General	Granadera	Granadero
Gestora	Gestor	Guerrillera	Guerrillero
Gobernanta	Gobernante		

H

Halterófila	Halterófilo	Hojalatera	Hojalatero
Herrera	Herrero	Horticultora	Horticultor

I

Ilustradora	Ilustrador	Inquisidora	Inquisidor
-------------	------------	-------------	------------

Inspectora	Inspector	Interina	Interino
Interventora	Interventor	Impresora	Impresor
Informática	Informático	Intendenta	Intendente
J			
Jefa	Jefe	Jurisperita	Jurisperito
Jueza	Juez	Jornalera	Jornalero
Jurisconsulta	Jurisconsulto	Jurada	Jurado
L			
Lideresa	Líder	Legisladora	Legislador
Legisperita	Legisperito	Lugartenienta	Lugarteniente
Ludotecaria	Ludotecario		
M			
Magistrada	Magistrado	Mandataria	Mandatario
Marina	Marino	Mariscal	Mariscal
Médica	Médico	Marquesa	Marqués
Ministra	Ministro	Modista	Modisto
Matemática	Matemático	Mecánica	Mecánico
N			
Negociadora	Negociador	Notaria	Notario
Nutrióloga	Nutriólogo	Neumóloga	Neumólogo
Neurocirujana	Neurocirujano		
O			
Obrera	Obrero	Oficiala	Oficial
		Operadora	Operador
Operaria	Operario	Otorrinolaringóloga	Otorrinolaringólogo
P			
Parlamentaria	Parlamentario	Plomera	Plomero
Patóloga	Patólogo	Pedagoga	Pedagogo
Patrona	Patrón	Pensionaria	Pensionario
Profetiza	Profeta	Perita	Perito

Practicanta
Primera ministra
Promotora
Programadora
Politóloga
Poetisa

Practicante
Primer ministro
Promotor
Programador
Politólogo
Poeta

Presidenta
Procuradora
Proveedora
Publicitaria
Prefecta

Presidente
Procurador
Proveedor
Publicitario
Prefecto

Q

Quiropráctica
Química

Quiropráctico
Químico

Quinesióloga

Quinesiólogo

R

Recolectora	Recolector	Redactora	Redactor
Regenta	Regente	Regidora	Regidor
Rectora	Rector		

S

Sastra	Sastre	Socióloga	Sociólogo
Servidora pública	Servidor público	Síndica	Síndico
Soberana	Soberano	Soldada	Soldado
Subsecretaria	Subsecretario	Supervisora	Supervisor

T

Técnica	Técnico	Trabajadora social	Trabajador social
Tutora	Tutor		

U

Usuaría	Usuario
---------	---------

V

Validadora	Validador	Visitadora	Visitador
Vocera	Vocero		

Fuente: elaboración propia con datos de Lledó Cunill (2012: 31-92), Inmujeres (2018: 210-298) y RAE (2019).

XIV. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES GENÉRICAS

A

Agente	La agente	El y la agente
	El agente	La y el agente
	Persona de la agencia	El o la agente
	Personal de la agencia	La o el agente

Almacenista	La almacenista	El y la almacenista
	El almacenista	La y el almacenista
	Persona de almacén	El o la almacenista
	Personal de almacén	La o el almacenista
Analista	La analista	El y la analista
	El analista	La y el analista
	Persona analista	El o la analista
	Personal analista	La o el analista
Artista	La artista	El y la artista
	El artista	La y el artista
	Persona artista	El o la artista
	Personal artístico	La o el artista
Articulista	La articulista	El y la articulista
	El articulista	La y el articulista
		El o la articulista
		La o el articulista
Ascensorista	La ascensorista	El y la ascensorista
	El ascensorista	La y el ascensorista
	Persona ascensorista	El o la ascensorista
	Personal ascensorista	La o el ascensorista
Atleta	La atleta	El y la atleta
	El atleta	La y el atleta
	Persona atleta	El o la atleta
	Persona atlética	La o el atleta
Auxiliar	La auxiliar	El y la auxiliar
	El auxiliar	La y el auxiliar
	Persona auxiliar	El o la auxiliar
	Personal auxiliar	La o el auxiliar

B

Basquetbolista	La basquetbolista	El y la basquetbolista
	El basquetbolista	La y el basquetbolista
	Profesional del basquetbol	El o la basquetbolista
		La o el basquetbolista

Beisbolista	La beisbolista	El y la beisbolista
	El beisbolista	La y el beisbolista
	Profesional del beisbol	El o la beisbolista
		La o el beisbolista

Botones	La botones	El y la botones
	El botones	La y el botones
		El o la botones
		La o el botones

C

Cabo	La cabo	El y la cabo
	El cabo	La y el cabo
		El o la cabo
		La o el cabo

Cantante	La cantante	El y la cantante
	El cantante	La y el cantante
	Quien canta	El o la cantante
		La o el cantante

Cazatalentos	La cazatalentos	El y la cazatalentos
	El cazatalentos	La y el cazatalentos
		El o la cazatalentos
		La o el cazatalentos

Cerillo	La cerillo	El y la cerillo
---------	------------	-----------------

	El cerillo	La y el cerillo El o la cerillo La o el cerillo
Chef	La chef El chef	El y la chef La y el chef El o la chef La o el chef
Ciclista	La ciclista El ciclista Persona ciclista	El y la ciclista La y el ciclista El o la ciclista La o el ciclista
Cineasta	La cineasta El cineasta	El y la cineasta La y el cineasta El o la cineasta La o el cineasta
Comandante	La comandante El comandante	El y la comandante La y el comandante El o la comandante La o el comandante
Comisionista	La comisionista El comisionista Persona comisionista Personal comisionista	El y la comisionista La y el comisionista El o la comisionista La o el comisionista
Conferencista	La conferencista El conferencista Personal conferencista	El y la conferencista La y el conferencista El o la conferencista La o el conferencista
Conserje	La conserje El conserje	El y la conserje La y el conserje

	Personal de consejería	El o la conserje La o el conserje
Corresponsal	La corresponsal El corresponsal Persona corresponsal Personal corresponsal	El y la corresponsal La y el corresponsal El o la corresponsal La o el corresponsal

D

Dentista	La dentista El dentista Persona dentista Personal dentista	El y la dentista La y el dentista El o la dentista La o el dentista
Docente	La docente El docente Persona docente Personal docente	El y la docente La y el docente El o la docente La o el docente

E

Economista	La economista El economista Persona economista Profesionista de la economía	El y la economista La y el economista El o la economista La o el economista
Edecán	La edecán El edecán Persona edecán Personal edecán	El y la edecán La y el edecán El o la edecán La o el edecán
Electricista	La electricista El electricista	El y la electricista La y el electricista

	Persona electricista	El o la electricista
	Personal electricista	La o el electricista
Especialista	La especialista	El y la especialista
	El especialista	La y el especialista
	Persona especialista	El o la especialista
	Personal especialista	La o el especialista
Estilista	La estilista	El y la estilista
	El estilista	La y el estilista
	Persona estilista	El o la estilista
	Personal estilista	La o el estilista
	Profesional del estilismo	
Estudiante	La estudiante	El y la estudiante
	El estudiante	La y el estudiante
	Estudiantado	El o la estudiante
	Sector estudiantil	La o el estudiante

F

Fisioterapeuta	La fisioterapeuta	El y la fisioterapeuta
	El fisioterapeuta	La y el fisioterapeuta
	Persona fisioterapeuta	El o la fisioterapeuta
	Personal de fisioterapia	La o el fisioterapeuta
Futbolista	La futbolista	El y la futbolista
	El futbolista	La y el futbolista
	Persona futbolista	El o la futbolista
		La o el futbolista

G

Gacetista	La gacetista	El y la gacetista
-----------	--------------	-------------------

	El gacetista	La y el gacetista El o la gacetista La o el gacetista
Gendarme	La gendarme El gendarme Personal de gendarmería	El y la gendarme La y el gendarme El o la gendarme La o el gendarme
Guardia	La guardia El guardia Persona de guardia Personal de guardia	El y la guardia La y el guardia El o la guardia La o el guardia
Guía	La guía El guía Persona guía Persona que guía	El y la guía La y el guía El o la guía La o el guía
Guionista	La guionista El guionista Persona guionista Personal guionista	El y la guionista La y el guionista El o la guionista La o el guionista
Gurú	La gurú El gurú	El y la gurú La y el gurú El o la gurú La o el gurú

H

Homeópata	La homeópata El homeópata Persona homeópata Personal de homeopatía	El y la homeópata La y el homeópata El o la homeópata La o el homeópata
-----------	---	--

L

Lavalozas	La lavalozas	El y la lavalozas
	El lavalozas	La y el lavalozas
	Persona lavalozas	El o la lavalozas
		La o el lavalozas

Legista	La legista	El y la legista
	El legista	La y el legista
	Persona legista	El o la legista
		La o el legista

M

Malabarista	La malabarista	El y la malabarista
	El malabarista	La y el malabarista
	Persona malabarista	El o la malabarista
	Personal malabarista	La o el malabarista

Mandamás	La mandamás	El y la mandamás
	El mandamás	La y el mandamás
	Persona mandamás	El o la mandamás
		La o el mandamás

Manicurista	La manicurista	El y la manicurista
	El manicurista	La y el manicurista
		El o la manicurista
		La o el manicurista

Maniobrista	La maniobrista	El y la maniobrista
	El maniobrista	La y el maniobrista
	Persona maniobrista	El o la maniobrista
		La o el maniobrista

Maratonista	La maratonista	El y la maratonista
	El maratonista	La y el maratonista
	Persona maratonista	El o la maratonista
		La o el maratonista
Masajista	La masajista	El y la masajista
	El masajista	La y el masajista
	Persona masajista	El o la masajista
	Profesional del masaje	La o el masajista
Médium	La médium	El y la médium
	El médium	La y el médium
		El o la médium
		La o el médium
Militar	La militar	El y la militar
	El militar	La y el militar
	El ejército	El o la militar
	Persona militar	La o el militar
	Personal militar	
Modelo	La modelo	El y la modelo
	El modelo	La y el modelo
	Persona modelo	El o la modelo
		La o el modelo
Motociclista	La motociclista	El y la motociclista
	El motociclista	La y el motociclista
	Persona motociclista	El o la motociclista
	Personal motociclista	La o el motociclista

O

Oficinista

La oficinista

El y la oficinista

	El oficinista	La y el oficinista
	Persona oficinista	El o la oficinista
	Personal oficinista	La o el oficinista
Optometrista	La optometrista	El y la optometrista
	El optometrista	La y el optometrista
	Persona optometrista	El o la optometrista
	Personal optometrista	La o el optometrista
Orfebre	La orfebre	El y la orfebre
	El orfebre	La y el orfebre
	Persona orfebre	El o la orfebre
	Personal orfebre	La o el orfebre
Ortopedista	La ortopedista	El y la ortopedista
	El ortopedista	La y el ortopedista
	Persona ortopedista	El o la ortopedista
	Personal ortopedista	La o el ortopedista
	Profesionista de la ortopedia	
P		
Pasante	La pasante	El y la pasante
	El pasante	La y el pasante
	Persona pasante	El o la pasante
	Personal pasante	La o el pasante
Pediatra	La pediatra	El y la pediatra
	El pediatra	La y el pediatra
	Profesionista de la pediatría	El o la pediatra
		La o el pediatra
Pedicurista	La pedicurista	El y la pedicurista
	El pedicurista	La y el pedicurista
	Persona pedicurista	El o la pedicurista

	Personal pedicurista	La o el pedicurista
Penalista	La penalista	El y la penalista
	El penalista	La y el penalista
	Personal penalista	El o la penalista
	Profesional del derecho penal	La o el penalista
Periodista	La periodista	El y la periodista
	El periodista	La y el periodista
	Persona periodista	El o la periodista
	Personal del periodismo	La o el periodista
Piloto	La piloto	El y la piloto
	El piloto	La y el piloto
		El o la piloto
		La o el piloto
Pinche	La pinche	El y la pinche
	El pinche	La y el pinche
		El o la pinche
		La o el pinche
Policía	La policía	El y la policía
	El policía	La y el policía
	Personal policiaco	El o la policía
		La o el policía
Profesionista	La profesionista	El y la profesionista
	El profesionista	La y el profesionista
	Persona profesionista	El o la profesionista
	Personal profesionista	La o el profesionista
Psiquiatra	La psiquiatra	El y la psiquiatra
	El psiquiatra	La y el psiquiatra
	Personal psiquiatra	El o la psiquiatra
	Personal de la psiquiatría	La o el psiquiatra

Publicista	La publicista	El y la publicista
	El publicista	La y el publicista
	Persona publicista	El o la publicista
	Personal publicista	La o el publicista

R

Recepcionista	La recepcionista	El y la recepcionista
	El recepcionista	La y el recepcionista
	Persona recepcionista	El o la recepcionista
	Personal recepcionista	La o el recepcionista

Representante	La representante	El y la representante
	El representante	La y el representante
	Persona representante	El o la representante
	Personal representante	La o el representante

Responsable	La responsable	El y la responsable
	El responsable	La y el responsable
	Persona responsable	El o la responsable
	Personal responsable	La o el responsable

S

Sobrecargo	La sobrecargo	El y la sobrecargo
	El sobrecargo	La y el sobrecargo
	Persona sobrecargo	El o la sobrecargo
	Personal de sobrecargo	La o el sobrecargo

T

Taxista	La taxista	El y la taxista
---------	------------	-----------------

	El taxista	La y el taxista
	Persona conductora de taxi	El o la taxista
		La o el taxista
Telefonista	La telefonista	El y la telefonista
	El telefonista	La y el telefonista
	Persona telefonista	El o la telefonista
	Personal telefonista	La o el telefonista
Terapeuta	La terapeuta	El y la terapeuta
	El terapeuta	La y el terapeuta
	Persona terapeuta	El o la terapeuta
	Personal terapeuta	La o el terapeuta
Titular	La titular	El y la titular
	El titular	La y el titular
	Persona titular	El o la titular
	Personal titular	La o el titular
 V		
Vigilante	La vigilante	El y la vigilante
	El vigilante	La y el vigilante
	Persona de vigilancia	El o la vigilante
	Personal de vigilancia	La o el vigilante
Vocal	La vocal	El y la vocal
	El vocal	La y el vocal
		El o la vocal
		La o el vocal

Fuente: elaboración propia con datos de Inmujeres (2018: 210-306).

XV. ABREVIATURAS

Las abreviaturas son la representación gráfica de una o más palabras con una o algunas de sus letras. La finalidad: ahorrar tiempo y espacio en el escrito. El uso de las abreviaturas y la frecuencia de su utilización dentro de un texto dependerán del texto mismo (Seco, 1998: 9, 13).

Respecto a las abreviaturas de palabras que tengan como referente a mujeres, siempre que sea posible se emplearán abreviaturas en femenino. Dado que algunas no admiten variaciones en cuanto al género y se aplican tanto al femenino como al masculino, será el contexto el que aclare las posibles ambigüedades.

Abreviaturas en femenino y masculino

Palabra	Abreviatura	
	f.	m.
Abogada(o)	Abgda.	Abgdo.
Actuaria(o)	Act.	Act.
Arquitecta(o)	Arqta.	Arq.
Asistente	Asist.	Asist.
Auxiliar administrativa(o)	Aux. Admtva.	Aux. Admtvo.
Ciudadana(o)	C.	C.
Contadora(or) pública(o)	C.P.	C.P.
Coordinadora(or)	Coordra.	Coord.
Directora(or)	Dira.	Dir.
Doctora(or)	Dra.	Dr.
Economista	Ec./Econ.	Ec./Econ.
Editora(or)	Ed.	Ed.
Enfermera(o)	Enfra.	Enfro.
Funcionaria(o) pública (o)	F.P.	F.P.
Gerenta(e)	Gta.	Gte.
Hermana(o)	Hna.	Hno.
Ingeniera(o)	Ingra.	Ing.
Licenciada(o)	Lda./Lcda.	Ldo./Lcdo.
Maestra(o)	Mtra.	Mtro.
Profesora(or)	Profa.	Prof.
Psicóloga(o)	Psica.	Psic.

Secretaria(o)	Sria.	Srio.
Señora(or)	Sra.	Sr.
Servidora(o) pública(o)	S.P.	S.P.
Técnica(o)	Tec.	Tec.

Fuente: elaboración propia con datos de la Academia Mexicana de la Lengua, Fundéu BBVA y Seco (1998).

XVI. EJERCICIOS

Selecciona la opción correcta a los planteamientos que a continuación se te presentan:

1. Son todas aquellas prácticas y actitudes que promueven el trato diferenciado de las personas en razón de su sexo.

- a) Sexismo social b) Sexismo lingüístico c) Sexismo

2. Consiste en la emisión de un mensaje que, debido a su forma es discriminatorio por razón de sexo.

- a) Sexismo social b) Sexismo lingüístico c) Sexismo

3. Consiste en la emisión de un mensaje que, debido a su fondo, es discriminatorio por razón de sexo.

- d) Sexismo social e) Sexismo lingüístico f) Sexismo

4. Tipo de lenguaje que incluye signos corporales y expresiones no verbales.

- a) Gestual b) Sexista c) Inclusivo

5. Practica que permite separar los datos por sexo en estadísticas, informes e investigaciones, para evitar generalizaciones que imposibiliten ver la distinción que puede presentarse en situaciones concretas.

- a) Desagregación de datos por sexo b) Barras y paréntesis c) Desdoblamiento

6. Se sugiere su uso sólo en textos cortos: formularios, solicitudes, cuestionarios, carteles o cualquier otro documento con espacio muy restringido.

- g) Desagregación de h) Barras y i) Desdoblamiento

datos por sexo

paréntesis

El siguiente texto corresponde a un fragmento del periódico *La Jornada*, señala con un círculo la o las palabras que cambiarías para convertir el mensaje de forma incluyente y no sexista:

Niños y jóvenes con capacidades diferentes muestran sus habilidades en la fotografía

FABIOLA PALAPA QUIJAS

Los pacos han aprendido que no sólo se trata de manejar una cámara, sino de capturar una imagen con la mente, el corazón y la vista, explica la socióloga Patricia Priego.

Niños y jóvenes integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización, entre cuyas actividades se imparte el taller Fotógrafo viajero, a cargo de la socióloga Patricia Priego. Los pacos comparten con el público sus fotografías mediante la exposición colectiva Reflejos de colores, inaugurada el pasado martes en la galería El Molino del Centro Cultural Casa Talavera, en el Centro Histórico.

Una ampolla en la palma de la mano, una hoja verde, la cáscara de una naranja, una flor en la tierra, un maíz, una joven colgada en una tela, un llavero, las cuerdas de un violín, unos patos en el lago, un ojo, una nariz, cuadros en el piso, una banca y un limón, son algunas de las fotografías que presentan los integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización (Pacos), incluidas en la muestra colectiva Reflejos de colores.

Periódico La Jornada
Viernes 4 de marzo de 2016, p. 5

Niñas, niños y jóvenes con capacidades diferentes ~~discapacidad~~ muestran sus habilidades en la fotografía

FABIOLA PALAPA QUIJAS

Las y los pacos han aprendido que no sólo se trata de manejar una cámara, sino de capturar una imagen con la mente, el corazón y la vista, explica la socióloga Patricia Priego.

Niñas, niños y jóvenes integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización, entre cuyas actividades se imparte el taller Fotógrafo viajero, a cargo de la socióloga Patricia Priego.

Una ampolla en la palma de la mano, una hoja verde, la cáscara de una naranja, una flor en la tierra, un maíz, una joven colgada en una tela, un llavero, las cuerdas de un violín, unos patos en el lago, un ojo, una nariz, cuadros en el piso, una banca y un limón, son algunas de las fotografías que presentan los integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización (Pacos), incluidas en la muestra colectiva Reflejos de colores.

Periódico La Jornada
Viernes, 4 de marzo de 2016, p. 5

La imagen que a continuación se muestra corresponde a un Formato Único de Registro (FUR) en el que se les solicitan datos a las personas que buscan ser beneficiarias de algún programa social. Observa detenidamente los campos que requiere y subraya aquellos que no estén siendo incluyentes:

1. DATOS PERSONALES.					
1.1. Nombre del solicitante					
<table border="1" style="width:100%; height:20px;"> <tr> <td style="width:25%;"></td> <td style="width:25%;"></td> <td style="width:25%;"></td> <td style="width:25%;"></td> </tr> </table>					
Apellido paterno	Apellido materno				
Nombre(s)					
2. DATOS SOCIOECONÓMICOS					
2.1. ¿Cuántas familias habitan en la vivienda? (en caso de que viva más de una familia en la vivienda, aplicar un cuestionario por familia)	2.2. ¿Es usted el jefe (a) del hogar?				
<input type="checkbox"/> Una <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No, especifique parentesco _____				
2.3. ¿Habla alguna lengua indígena?	2.4. Estado civil				
<input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Sí ¿cuál? _____	<input type="checkbox"/> Soltero(a) <input type="checkbox"/> Casado(a) <input type="checkbox"/> Divorciado(a) <input type="checkbox"/> Unión Libre <input type="checkbox"/> Viudo(a) <input type="checkbox"/> Separado(a)				
2.4. ¿Cuántos hijos tiene?	2.5. Tiempo de radicar en el Estado de México				
<input type="checkbox"/> Ninguno <input type="checkbox"/> Uno <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres	<input type="checkbox"/> Menos de 1 año <input type="checkbox"/> De 1 a 10 años <input type="checkbox"/> De 11 a 20 años <input type="checkbox"/> Más de 20 años				
2.6. Grado máximo de estudios					
<input type="checkbox"/> Ninguno y no sabe leer ni escribir <input type="checkbox"/> Técnico	<input type="checkbox"/> Ninguno, pero sabe leer y escribir <input type="checkbox"/> Licenciatura <input type="checkbox"/> Preescolar <input type="checkbox"/> Maestría <input type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Doctorado <input type="checkbox"/> Secundaria <input type="checkbox"/> Bachillerato, preparatoria o equivalente				
2.7. Situación laboral					
<input type="checkbox"/> No trabaja <input type="checkbox"/> Pensionado (a)	<input type="checkbox"/> No estudia ni trabaja <input type="checkbox"/> Estudiante <input type="checkbox"/> Ama de casa <input type="checkbox"/> Activo(a), actualmente se encuentra trabajando <input type="checkbox"/> Jubilado (a) <input type="checkbox"/> Desempleado (a), actualmente no se encuentra trabajando, pero está en busca de un trabajo				

1. DATOS PERSONALES.							
1.1. Nombre del solicitante							
<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width:33%; height: 20px;"></td> <td style="width:33%; height: 20px;"></td> <td style="width:33%; height: 20px;"></td> </tr> <tr> <td style="font-size: 8px;">Apellido paterno</td> <td style="font-size: 8px;">Apellido materno</td> <td style="font-size: 8px;">Nombre(s)</td> </tr> </table>					Apellido paterno	Apellido materno	Nombre(s)
Apellido paterno	Apellido materno	Nombre(s)					
2. DATOS SOCIOECONÓMICOS							
2.1. ¿Cuántas familias habitan en la vivienda? (en caso de que viva más de una familia en la vivienda, aplicar un cuestionario por familia)							
<input type="checkbox"/> Una <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres							
2.2. ¿Es usted el jefe (a) del hogar?							
<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No, especifique parentesco _____							
2.3. ¿Habla alguna lengua indígena?							
<input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Sí ¿cuál? _____							
2.4. Estado civil							
<input type="checkbox"/> Soltero(a) <input type="checkbox"/> Casado(a) <input type="checkbox"/> Divorciado(a) <input type="checkbox"/> Unión Libre <input type="checkbox"/> Viudo(a) <input type="checkbox"/> Separado(a)							
2.4. ¿Cuántos hijos tiene?							
<input type="checkbox"/> Ninguno <input type="checkbox"/> Uno <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres							
2.5. Tiempo de radicar en el Estado de México							
<input type="checkbox"/> Menos de 1 año <input type="checkbox"/> De 1 a 10 años <input type="checkbox"/> De 11 a 20 años <input type="checkbox"/> Más de 20 años							
2.6. Grado máximo de estudios							
<input type="checkbox"/> Ninguno y no sabe leer ni escribir <input type="checkbox"/> Ninguno, pero sabe leer y escribir <input type="checkbox"/> Preescolar <input type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Secundaria <input type="checkbox"/> Bachillerato, preparatoria o equivalente							
<input type="checkbox"/> Técnico <input type="checkbox"/> Licenciatura <input type="checkbox"/> Maestría <input type="checkbox"/> Doctorado							
2.7. Situación laboral							
<input type="checkbox"/> No trabaja <input type="checkbox"/> No estudia ni trabaja <input type="checkbox"/> Estudiante <input type="checkbox"/> Ama de casa <input type="checkbox"/> Activo(a), actualmente se encuentra trabajando <input type="checkbox"/> Jubilado (a)							
<input type="checkbox"/> Pensionado (a) <input type="checkbox"/> Presenta alguna limitación física o mental que le impiden trabajar <input type="checkbox"/> Desempleado (a), actualmente no se encuentra trabajando, pero está en busca de un trabajo							

Expresiones sexistas	Alternativas incluyentes
Nombre del solicitante	<ul style="list-style-type: none"> Nombre de la persona solicitante Nombre de la o el solicitante
¿Cuántos hijos tiene?	¿Cuántas hijas e hijos tiene?
Técnico	Técnico (a)

Relaciona las oraciones de la columna izquierda con la alternativa que se utilizó para incorporar el lenguaje incluyente y no sexista ubicada en la columna de la derecha

A. Quien reúna todos los requisitos, tendrá mayores oportunidades de participar en alguno de los programas.	() Determinantes gramaticales femeninos y masculinos
B. Nombrar, visibilizar e incluir a las personas dignamente es un tema de justicia, por lo que utilizando el lenguaje incluyente y no sexista evitamos la discriminación.	() Sustantivos colectivos
C. Las y los mexicanos han avanzado mucho en la investigación.	() Si eres mujer, nómbrate
D. El profesorado tiene derecho a	() No utilizar a las mujeres como

disponer de autonomía	pertenencia del hombre.
E. Se les dará prioridad a las personas derechohabientes	() Emplear quien, quienes, cualquiera
F. Una no es la misma después de estudiar la perspectiva de género.	() Uso del infinitivo y del gerundio
G. El Sr. Quiroz y la Sra. Zepeda asistieron a la ceremonia.	() Usar persona o personas para evitar el masculino

XVII. CONCLUSIONES

El uso del lenguaje incluyente y no sexista es esencial en la construcción de la igualdad sustantiva y la no discriminación, ya que nombra y visibiliza de manera digna a grupos que históricamente han sido discriminados. Se sugiere emplearse en todos los documentos escritos que se producen en las instituciones públicas, así como en aquellos textos que se utilicen en productos comunicativos, impresos o electrónicos, para televisión y radio, cuya función es hacer difusión.

En tal sentido, corresponde a la administración pública, en el marco de la puesta en marcha de las políticas de igualdad de oportunidades, implementar y operar diferentes estrategias de trato igualitario entre mujeres y hombres.

El empleo no sexista del lenguaje se presenta como una oportunidad excepcional para hacer tangibles las relaciones igualitarias entre la ciudadanía y la administración pública. Una oportunidad para reducir espacios de desigualdad y también porque la administración debe demostrar su implicación y liderazgo en materia de igualdad de oportunidades.

Mujeres y hombres deben nombrarse cuando se hace referencia a situaciones de las que ambos son parte. No hacerlo implica “desaparecer” a unas para enaltecer a otros.

Nada cuesta agregar o modificar lo que decimos o escribimos, o bien, usar palabras que realmente sean incluyentes de ambos sexos sin necesidad de recurrir a términos que nos remiten sólo a lo masculino.

El presente documento no pretende ser exhaustivo, sino sugerir alternativas básicas para que lo que escribimos o exponemos sea más respetuoso de la diversidad de las personas y les muestre dignidad.

GLOSARIO

Androcentrismo: consiste en plantear el mundo desde lo masculino tomando al hombre como parámetro o modelo de lo humano, lo que imposibilita ver lo femenino y aceptar la existencia autónoma de personas del sexo femenino.

Comunicar: es el proceso oral, visual, escrito, gestual o corporal con el que la humanidad establece un diálogo y pone en común códigos e ideas.

Discriminación: ideología que clasifica a las personas en diversos grupos y les da un trato distinto y frecuentemente desigual en cuanto a sus derechos y obligaciones.

Discriminación sexual: es la negación, exclusión, distinción, menoscabo, impedimento o restricción de los derechos humanos de las personas por razón de su sexo. Es imputable a personas físicas, morales o entes públicos con o sin intención, dolosa o culpable, por acción u omisión y tiene por efecto anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos y libertades fundamentales, así como la igualdad de las personas.

Discriminación contra la mujer: es toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo, que tenga por objeto o resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad de la mujer y el hombre, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera.

Equidad: principio ético de justicia emparentado con la idea de igualdad social, el reconocimiento y valoración de las diferencias sociales y de la individualidad, para llegar a un equilibrio entre ambas dimensiones.

Equidad de género: es el tratamiento diferente para corregir desigualdades en términos de derechos, beneficios, obligaciones y oportunidades; este principio permite identificar el comportamiento de mujeres y hombres.

Estereotipos: es la imagen o idea aceptada comúnmente por una sociedad dentro de una cultura específica, sobre los atributos o cualidades que determinan a un grupo de personas, sin considerar las características, capacidades y sentimientos particulares de cada persona.

Género: abarca los estereotipos, roles, actitudes, valores y símbolos que identifican el comportamiento de las mujeres y los hombres, así como las relaciones que entre ellos se construyen a través de la socialización.

Igualdad: consiste en tener el mismo valor para no ser considerados ni por debajo ni por encima de otra persona.

Igualdad de género: principio a través del cual se reconoce que las necesidades y características de mujeres y hombres son valoradas y tomadas en cuenta de la misma manera, de modo que sus derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de su sexo, eliminando así toda forma de discriminación por dicho motivo.

Igualdad sustantiva: se refiere a las mismas oportunidades y posibilidades reales de gozar y ejercer sus derechos humanos que tienen las personas independientemente de su género, origen racial o étnico, sus condiciones físicas, económicas, sociales o culturales.

Igualdad sustantiva: se refiere a las mismas oportunidades y posibilidades reales de gozar y ejercer sus derechos humanos que tienen las personal independientemente de su género, origen racial o étnico, sus condiciones físicas, económicas, sociales o culturales.

Lenguaje: conjunto de elementos de comunicación que refleja los valores, visiones, concepciones y el pensamiento de una sociedad que le da significado a las palabras y a las imágenes.

Lenguaje sexista: es una forma de exclusión que refuerza la situación de discriminación hacia las mujeres al fomentarles una imagen errónea que desestima su contribución a la sociedad y su presencia en todos los ámbitos, por lo que se les representa incompletas, o bien, se les define en correlación con los hombres, su sexualidad y sus funciones reproductivas.

Lenguaje no sexista: es el uso de aquellas expresiones de la comunicación humana tendientes a visibilizar a ambos sexos, particularmente a las mujeres, con el fin de eliminar la subordinación, la humillación y el uso de estereotipos.

Lenguaje incluyente: se utiliza para dirigirse a la amplia diversidad de identidades culturales refiriendo con ello a la igualdad, la dignidad y el respeto que

merecen todas las personas sin importar su condición humana, sin marcar una diferencia en la representación social de las poblaciones históricamente discriminadas para definir las por sus características o condiciones.

Machismo: fenómeno sociocultural que exalta los valores considerados masculinos como la hombría, la virilidad y el poder, expresados con violencia y fuerza, que genera una creencia y actitud de superioridad y dominio sobre las mujeres.

Misoginia: odio, menosprecio y aversión hacia las mujeres por el sólo hecho de ser mujeres.

Misandria: odio o menosprecio hacia los hombres.

Perspectiva de género: es una visión científica sobre la sociedad, la cual permite enfocar, observar y analizar las diferencias, semejanzas y relaciones entre hombres y mujeres. Su metodología y mecanismos permiten identificar, cuestionar y valorar la discriminación, la desigualdad, la exclusión y la violencia contra las mujeres. Tiene por finalidad que los estudios, acciones, proyectos de desarrollo, las leyes y las políticas públicas tomen en cuenta las relaciones de género para crear condiciones de cambio que permitan avanzar en la construcción de la igualdad de género.

Roles: son el conjunto de funciones, tareas, responsabilidades y prerrogativas que se generan como expectativas y exigencias sociales hacia las personas dentro del entorno en que viven.

Sexismo: es la discriminación de personas de un sexo en contraposición al otro; histórica y culturalmente es la creencia en la superioridad del sexo masculino, resultado de una serie de privilegios para mantener al sexo femenino a su servicio, entendido como algo natural.

Sexo: se refiere a las diferencias biológicas entre los seres humanos que distinguen a mujeres y hombres.

Socialización: proceso mediante el cual aprendemos a pensar, sentir y comportarnos como mujeres u hombres según las normas, creencias, roles y valores sociales que cada cultura dicta para cada sexo.

Violencia contra las mujeres: es cualquier acción u omisión contra el género femenino que le cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte, tanto en el ámbito privado como en el público.

FUENTES DE CONSULTA

Academia Mexicana de la Lengua. Disponible en: <https://www.academia.org.mx/>, consultado en diciembre de 2015.

Banco Interamericano de Desarrollo BID (2008). Cuaderno de Unidades Didácticas para la Igualdad. Disponible en: <https://publications.iadb.org>, consultado en 2014.

Código de Procedimientos Penales para el Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 14 de marzo de 2016). Disponible en: <http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/cod/vig/codvig004.pdf>, consultado en julio de 2019.

Congreso de la Unión de los Estados Unidos Mexicanos (2006). Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres, en Diario Oficial de la Federación, 2 de agosto, México.

____ (2003). Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación, en Diario Oficial de la Federación, 11 de junio, México.

Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social CEMyBS (2014). *Guía para el uso no sexista del lenguaje*, Toluca, Estado de México.

Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (2009). 10 recomendaciones para el uso no sexista del lenguaje, Col. “Textos del caracol”, 2ª ed., CONAPRED, México. Disponible en: https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/11.2_Diez_recomendaciones_para_el_uso_no_sexista_del_lenguaje__2009.pdf, consultado en julio de 2019.

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (última reforma 2016). Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/htm/1.htm>, consultado en julio de 2019.

Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres CONAVIM (2018). *Manual para el uso de un lenguaje incluyente y con perspectiva de género*. Disponible en:

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/183695/Manual_Lenguaje_Incluyente_con_perspectiva_de_gnero-octubre-2016.pdf, consultado en mayo de 2019.

____ (2016). *Líneas de comunicación interna para el uso de lenguaje incluyente y no sexista*. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/183696/Lineas_de_Comunicacion_interna_para_el_uso_de_lenguaje_incluyente.pdf consultado en junio de 2019.

DIF CDMX (2017). *Guía para el uso del lenguaje inclusivo desde un enfoque de derechos humanos y perspectiva de género*, DIF CDMX, México. Disponible en: <https://dif.cdmx.gob.mx/storage/app/uploads/public/59b/948/565/59b948565102b180947326.pdf>, consultado en julio-agosto 2019.

Fundéu BBVA. Buscador Urgente de Dudas. Disponible en: <https://www.fundeu.es/>, consultado en diciembre de 2015.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos CNDH (2017). *Guía para el uso de un lenguaje incluyente y no sexista*. Disponible en: <http://www.cdhezac.org.mx/TRANSPARENCIA/vinculos/GuiaLenguajeIncluyente.pdf>, consultado en mayo de 2019.

Instituto Nacional de las Mujeres (2008). *Compilación de los principales instrumentos internacionales sobre derechos humanos de las mujeres*, 4ª ed., Inmujeres, México.

____ (2008). *Guía metodológica para la sensibilización en género: una herramienta didáctica para la capacitación en la Administración Pública*.

____ (2018). *Manual de Comunicación no sexista. Hacia un lenguaje incluyente*. Disponible en: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101265.pdf, consultado en mayo de 2019.

La Jornada (2016). Niños y jóvenes con capacidades diferentes muestran sus habilidades en la fotografía. Disponible en: <https://www.jornada.com.mx/2016/03/04/cultura/a05n1cul>, consultado en agosto de 2019.

Lledó Cunill, Eulàlia (s/f). *Las profesiones de la A a la Z. En femenino y en masculino*, Instituto de la Mujer (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales), Madrid, Serie Lenguaje, núm. 4, en línea: <http://www.mujeresenred.net/IMG/pdf/lasprofesiones.pdf>, consultado en noviembre de 2015.

Ley del Adulto Mayor del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 16 de agosto de 2016). Disponible en: <http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig138.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley de Apoyo a Migrantes del Estado de México. Disponible en: <https://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig220.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley de Derechos y Cultura Indígena del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 6 de agosto de 2015). Disponible en: <http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig090.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 7 de junio de 2018). Disponible en: <https://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig098.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley para Prevenir, Combatir y Eliminar Actos de Discriminación en el Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 5 de diciembre de 2017). Disponible en: <http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig025.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley para la Protección, Integración y Desarrollo de las Personas con Discapacidad del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 14 de agosto de 2019). Disponible en: <http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig189.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Menéndez Menéndez, María Isabel (2006). *Lenguaje administrativo no sexista*, Serie Unidad de igualdad de género, vol. 7, Instituto Andaluz de la Mujer, Sevilla.

Organización de las Naciones Unidas (1981). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer*, en Diario Oficial de la Federación, 12 de mayo, México.

Real Academia Española (2001). *Diccionario de la Lengua Española*, 22^a ed., Espasa Calpe, Madrid.

Reglamento de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (Última reforma 2014). Disponible en: diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGAMVLV.pdf, consultado en julio-agosto de 2019.


Seco, Manuel (1998). *Diccionario de dudas y dificultades de la lengua española*, Madrid, Espasa Calpe.

SEGOB, CONAPRED, CONAVIM, Inmujeres (2015). *Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje*. Guías básicas, CONAPRED, México. Disponible en: https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/GuiaBasica-Uso_Lenguaje_INACCSS.pdf, consultado en julio-agosto de 2019.

Valdés Betancourt, Teresa (2010). “Lenguaje incluyente”, Ponencia. Primer Congreso Nacional del Modelo de Equidad de Género y Séptima entrega de certificados, Inmujeres, México, 26 de octubre.

El mejor termómetro para medir el grado de civilización de un pueblo es la
situación de sus mujeres

Norberto Bobbio



Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social
Av. José María Morelos y Pavón poniente núm. 809, col. La Merced, C.P. 50080,
Toluca, Estado de México. Tel.: (01 722) 213 89 15.

