

# Cuadernillo con enfoque de género ♀ y uso Inclusivo del lenguaje



El **Cuadernillo con enfoque de género y uso inclusivo del lenguaje**, se distribuye con [Licencia pública internacional Creative Commons Attribution 4.0](#)  
[© 2021. Este trabajo tiene una licencia CC BY 4.0](#)



Eres libre de:

**Compartir:** copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato.

**Adaptarse:** remezclar, transformar y construir sobre el material para cualquier propósito, incluso comercial.

Esta licencia es aceptable para Obras Culturales Libres.

El licenciador no puede revocar estas libertades siempre que siga los términos de la licencia.

Bajo los siguientes términos:

**Atribución:** debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso.

**Sin restricciones adicionales:** no puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.

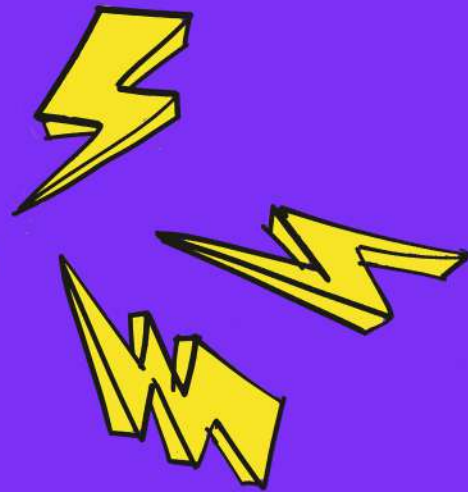
**Redacción y maquetación:** AECOS Asociación Extremeña de Comunicación Social.

# *Glocalizando la* **RED DE COMUNICACIÓN SOCIAL** *de Extremadura*

El “Cuadernillo con enfoque de género y uso inclusivo del lenguaje” está impulsado por **AECOS** (Asociación Extremeña de Comunicación Social) en el marco del proyecto “Glocalizando la Red de Comunicación Social de Extremadura” financiado por la **AEXCID** (Agencia Extremeña de Cooperación Internacional para el Desarrollo) de la Junta de Extremadura.



# ÍNDICE



1

- LA IMPORTANCIA DE UN LENGUAJE REPRESENTATIVO DE MUJERES Y HOMBRES EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN.....Pág 3-4

2

- EL USO SEXISTA DEL LENGUAJE EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN: ERRORES MÁS FRECUENTES.....Pág 5-10

- 2.1 Abuso del masculino genérico
- 2.2 Preferencia en el orden de presentación
- 2.3 Salto semántico
- 2.4 Denominación sexuada
- 2.5 Duales aparentes
- 2.6 Vacíos léxicos
- 2.7 Aposiciones redundantes
- 2.8 Asimetría en el trato mujeres/hombres





● RECOMENDACIONES PARA UNA COMUNICACIÓN CON ENFOQUE DE GÉNERO Y USO INCLUSIVO DEL LENGUAJE.....Pág 11-16

- 3.1 Usar el femenino
- 3.2 Uso de sustantivos genéricos y colectivos
- 3.3 Eliminar determinantes
- 3.4 Desdoblamiento
- 3.5 Utilizar las formas reflexivas o impersonales
- 3.6 Simetría en el tratamiento
- 3.7 Feminización de las profesiones, titulaciones y los cargos
- 3.8 Desechar los estereotipos
- 3.9 Regla de inversión
- 3.10 Otras recomendaciones



● TRATAMIENTO DE TEMAS RELACIONADOS CON PERSONAS DIVERSAS SEXUALMENTE, CON DISCAPACIDAD O PERSONAS MIGRANTES.....Pág 17-22

- 4.1 Personas diversas sexualmente
- 4.2 Personas con discapacidad o diversidad funcional
- 4.3 Personas migrantes



● BIBLIOGRAFÍA Y RECOPIRATORIO DE RECURSOS WEB PARA UNA COMUNICACIÓN INCLUSIVA.....Pág 23-24



**LA IMPORTANCIA DE  
UN LENGUAJE  
REPRESENTATIVO DE**

**Mujeres y hombres en los  
MEDIOS DE COMUNICACIÓN**

## ¿A qué nos referimos cuando hablamos de **COMUNICACIÓN INCLUSIVA Y LENGUAJE NO SEXISTA**?

La **comunicación inclusiva** tiene como objetivo nombrar para dar visibilidad a la diversidad humana: personas con discapacidad, personas diversas sexualmente, personas migrantes, pueblos originarios y mujeres. Es decir, el lenguaje inclusivo supone un campo semántico bien amplio y abarca muchas realidades, luchas, identidades.

A su vez el **lenguaje no sexista o lenguaje inclusivo no sexista** son expresiones comunicativas, contrarias el lenguaje sexista que invisibiliza a las mujeres y diversidades, las subordinan, excluyen y estereotipan.

## ¿Por qué utilizar el **lenguaje inclusivo no sexista**?

El **lenguaje** es nuestro **vehículo para generar ideas** y se constituye como una de las herramientas más eficaces **para alcanzar la igualdad**, ya que construye y define realidades.



**La palabra es la herramienta** por excelencia **de la comunicación** y también de **la educación**, ya que todo lo que comunica educa y a su vez, todo **lo que educa fomenta valores**.

En un mundo en el que los medios de comunicación tienen un papel protagonista, si transformamos nuestra comunicación, transmitimos que otra realidad donde se refleje la equidad de género y la diversidad es posible. Nuestra **comunicación no es casual**, tenemos que asumir que la comunicación conlleva una responsabilidad, debe llevar un análisis de fondo, **tener un objetivo transformador**.

Desde nuestra posición de **comunicadoras** se hace fundamental que adquiramos el compromiso de **transmitir una comunicación igualitaria** que visibilice y no excluya a las mujeres. Libre de estereotipos sexistas y que fomente la equidad. **Generando información** de carácter constructivo y positivo donde **se valore las capacidades y la contribución de la mujer en la sociedad**.

Desde este cuadernillo te proponemos una serie de **recomendaciones** para que realices **una comunicación con perspectiva de género**.

# 2 EL USO SEXISTA DEL LENGUAJE EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN:

Errores más frecuentes

**El sexismo lingüístico**, se entiende, por los usos que en nuestra lengua pueden contribuir a la discriminación e invisibilización de las mujeres en la sociedad. Si deseamos una sociedad más igualitaria debemos empezar por el lenguaje.

Un lenguaje no sexista es aquel que logra un discurso inclusivo, integrador, en el que todas las personas están simbólicamente representadas, no oculta, ni jerarquiza, ni excluye, ni valora más a una parte sobre otra y evita expresiones que ridiculicen o minusvaloren a las mujeres. **Así pues, un lenguaje no sexista:**

- Incluye y hace visibles a ambos sexos.
- Valora por igual a mujeres y hombres.
- Da la palabra a todas las personas.
- No nos confunde con su mensaje.



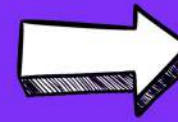
Observar con mayor detenimiento las palabras orales y escritas que usamos, es una forma de reflexión y concienciación para conseguir una sociedad igualitaria. Los medios de comunicación juegan un papel determinante a la hora de corregir estos déficits veamos los errores que con mayor frecuencia encontramos en nuestra lengua:

## 2.1 Abuso del masculino genérico

El **masculino** es el **género no marcado gramaticalmente**, el femenino, por el contrario es un género marcado, ya que su uso es excluyente y específico del sexo femenino siempre.

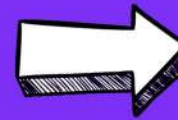
El **uso sistemático del masculino genérico** en el texto o en el discurso puede resultar inapropiado, ya que **oculta la presencia de mujeres**, sostiene y mantiene la ambigüedad referencial y ocasionalmente, indica un uso sexista del lenguaje en muchos contextos:

**Uso de sustantivos en masculino para referirnos a hombres y mujeres indistintamente:**



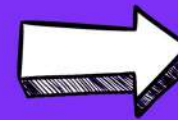
*los directores, los socios, los usuarios, etc.*

**Masculinización sistemática de los cargos de representación y participación:**



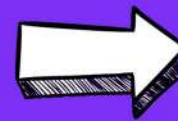
*secretario de la comisión, miembro del grupo de trabajo, etc.*

**Uso habitual de expresiones pretendidamente inclusivas: la palabra hombre con significado de humanidad**



*historia y evolución del hombre, todos*

**Lo igualitario sería:**



*historia y evolución de la raza humana, todas las personas*

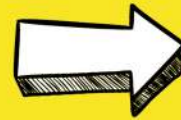
### Ejemplos

- \* *Los profesores harán una exposición oral.*
- \* *El profesorado hará una exposición oral.*
- \* *Los ciudadanos debemos votar.*
- \* *La ciudadanía debe votar.*

# 2.2

## Preferencia en el orden de presentación

Tradicionalmente y en función del poder y el reconocimiento, cuando hay que nombrar a mujeres y varones juntos, por regla general **se nombra primero a los varones y en segundo lugar a las mujeres**. El orden define poder y **no existe** ninguna **justificación** gramatical que explique el **priorizar** el orden de la **forma masculina** delante de la femenina.



### Ejemplos

*\* Los alumnos y alumnas de primer curso asisten a las jornadas de bienvenida. Los alumnos y alumnas pueden consultar sus dudas.*

*\* Los alumnos y alumnas de primer curso asisten a las jornadas de bienvenida. Las alumnas y los alumnos pueden consultar sus dudas.*

# 2.3

## Salto semántico

El salto semántico, es un **fenómeno sexista** que se da en el uso de la lengua, afecta a la forma de la expresión y **produce un error comunicativo**.



### No inclusivo

*\* Los nómadas recogen el campamento y las mujeres atienden al ganado.*

### Inclusivo

*\* En las tribus nómadas, mientras los hombres recogen el campamento, las mujeres atienden al ganado.*

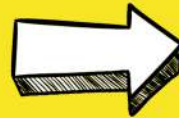
*\* Todo el pueblo bajó hacia el río a recibirles, quedándose en la aldea sólo las mujeres y los niños.*

¿quién entendemos que bajó? ¿los varones, no?. Sin embargo ese **todo el pueblo** parece que se refiere a ámbos sexos.

**Se produce, pues, un salto semántico.**

## 2.4 Denominación sexuada

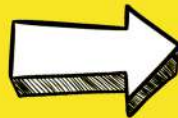
Un problema que tiene que ver con la forma de **mencionar a los varones**, a los que se identifica por su cargo, **oficio, profesión, estatus social** etc. Sin embargo, las **mujeres** son **identificadas** antes **por su sexo o por su dependencia de un varón** (padre, marido, etc.) que por sus méritos o identidad propia.



*\* La empresa indemnizará a los despedidos: tres mujeres y dos abogados.*

*\* La empresa indemnizará a las personas despedidas: tres mujeres y dos hombres.*

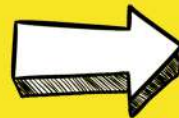
Utilizar la fórmula **“hombre/mujer”** aunque exista la forma específica para referirnos a la mujer.



*\* Los trabajadores, de esta empresa.*

*\* Los trabajadores, hombres y mujeres, de esta empresa.*

Referirse a las **mujeres como un colectivo diferenciado** y unitario dentro de la sociedad, como si no formasen parte de otros colectivos o grupos con características y condiciones específicas.

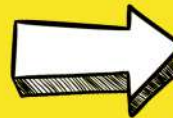


*\* Se manifestaron trabajadores, parados, mujeres y sindicalistas.*

*\* Se manifestaron trabajadores y trabajadoras, personas paradas y sindicalistas.*

## 2.5 Duales aparentes

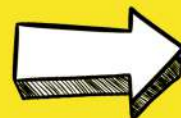
Son aquellos **términos que varían su significado según** se refieran aun **sexo** o a otro. Adquiriendo casi siempre un sentido negativo cuando a la mujer se refieren. Ocurre **referidos a formas de tratamiento, cargos o profesiones**, en los que el masculino indica un rango superior al femenino.



*\* Secretario, designa un alto cargo.*

*\* Secretaria se refiere a quien ejerce funciones administrativas.*

Hay casos en que el término femenino posee un carácter tan negativo, que dificulta su aplicación de forma simétrica con respecto a la forma masculina



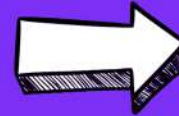
*\* Hombre público, el que tiene presencia e influjo en la vida social.*

*\* Mujer pública, prostituta.*

## 2.6 Vacíos Léxicos

Existen vacíos léxicos cuando no hay una palabra referida al texto masculino o femenino que no tiene contrapartida para el sexo contrario. La ausencia suele perjudicar a las mujeres.

Por ejemplo, **misoginia** significa “aversión u odio a las mujeres”. No existe ninguna palabra que nombre la aversión u odio a los varones.



*\* hombría, caballerosidad, hidalguía, referidos a hombres.*

*\* arpía, pendón, ninfómana, referidos a mujeres.*

## 2.7 Aposiciones redundantes

Consiste en destacar la **condición sexuada de las mujeres** por encima de otras cualidades que son pertinentes al asunto que se trata.



*\* Las mujeres investigadoras expusieron sus puntos de vista.*

*\* Las investigadoras expusieron sus puntos de vista.*



*\* Al finalizar la manifestación las mujeres periodistas leyeron un manifiesto.*

*\* Al finalizar la manifestación las periodistas leyeron un manifiesto.*



# 2.8 Asimetría en el trato mujeres/hombres

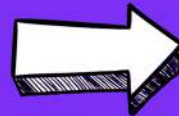
**Uso asimétrico de nombres y títulos.** Utilizar diferentes tratamientos para cada sexo, es muy habitual en las formas de cortesía y coloquiales. Las formas para las mujeres se emplean en función de su relación con un varón.

También es frecuente que a los **varones** se les nombre mediante el **nombre y el apellido** o solo por el apellido, en el caso de las **mujeres** suele aparecer **solo el nombre** incluso, a veces, en **diminutivo**.

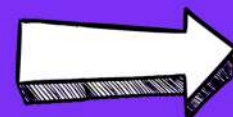
**Presentación de las mujeres como dependientas o subordinadas.** Es común que las mujeres aparezcan tratadas como personas dependientes del hombre al utilizar expresiones como mujer de, señora de, viuda de o novia de.

**Tratamiento diferenciado en la calificación de mujeres y hombres,** asociando al sexo masculino características de fuerza física, trabajo intelectual o mundo laboral, mientras que en relación con el sexo femenino se consideran cuestiones referidas a los sentimientos, la estética o el mundo doméstico, aunque el motivo de la información nada tenga que ver.

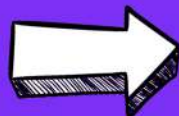
*\* Señor, no se define en función de relación con persona alguna.*



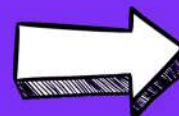
*\* Señora, si la mujer es casada  
señorita, si no es casada.*



*\* Mariano Rajoy y la Merkel.  
\* Mariano Rajoy y Ángela Merkel.*



*\* Ana Patricia Botín, hija de Emilio Botín.  
\* La banquera Ana Patricia Botín.  
\* La señora de García presenció el desfile.  
\* Ana Pérez presenció el desfile.*



*\* Las diputadas, elegantemente vestidas, acudieron al congreso.*



# 3 RECOMENDACIONES PARA UNA COMUNICACIÓN CON ENFOQUE DE GÉNERO Y USO INCLUSIVO DEL LENGUAJE

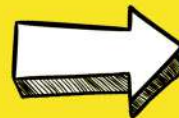
Los **medios de comunicación** como instituciones legitimadas y con alto grado de credibilidad, tienen una **incidencia especial en la educación y en la cultura**. Por esto, es necesario **introducir la perspectiva de género en los medios de comunicación**. Proporcionar una comunicación con contenidos que den una información completa y objetiva, incluyendo y visibilizando la realidad de todas las personas.

Proponemos una serie de **recomendaciones** mediante la utilización de estrategias gramaticales y sintácticas de utilidad práctica **para transformar**, de manera deliberada y consciente, **los usos sexistas del lenguaje**, e **introducir** en la sociedad **formas de comunicación igualitarias**, afines con las nuevas y diversas realidades.



# 3.1 Usar el femenino

Para un uso de nuestra lengua acorde con la realidad social existente **debemos usar**, siempre que sea posible, **la forma masculina o femenina que corresponda al sexo de quien se escribe o habla** aunque sea infrecuente.



*Autor*  
*Usuario*  
*El directivo*  
*Juez*

*Autora*  
*Usuaría*  
*La directiva*  
*Jueza*

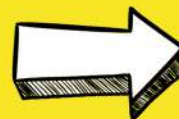
# 3.2 Uso de sustantivos genéricos y colectivos

En nuestra lengua existe un amplio número de **sustantivos** que, con independencia de que tengan género gramatical femenino o masculino **hacen referencia a mujeres y hombres**. Su uso es preferible, siempre que sea posible, a la utilización del masculino genérico.



<i>Los trabajadores</i>	<i>La plantilla</i>
<i>Los jóvenes</i>	<i>La juventud</i>
<i>Los niños</i>	<i>La infancia</i>
<i>Los ciudadanos</i>	<i>La ciudadanía</i>
<i>Profesores</i>	<i>Profesorado</i>
<i>Padres</i>	<i>Familia</i>
<i>Funcionarios</i>	<i>Funcionariado</i>
<i>Alumnos</i>	<i>Alumnado</i>
<i>Vecinos</i>	<i>Vecindad</i>
<i>Amigos</i>	<i>Amistades</i>

También podemos eludir el masculino genérico **repensando los enunciados**, haciendo **alusiones al cargo, profesión o titulaciones**. O anteponiendo la **palabra persona**.



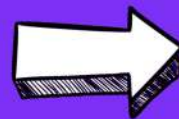
<i>Jefe de Estudios</i>	<i>Jefatura de Estudios</i>
<i>Los extremeños</i>	<i>La población extremeña</i>
<i>Los interesados</i>	<i>Las personas interesadas</i>
<i>Los políticos</i>	<i>La clase política</i>
<i>Los niños</i>	<i>La infancia</i>

## 3.3 Eliminar determinantes

Si no queremos concretar el género porque no sabemos si la persona es hombre o mujer, conviene evitar el uso “El que”; “los que”; “aquellos que”; “otros que” ... Hay otros recursos a nuestro alcance más rentables y nada sexistas.

**Omitiendo artículos y pronombres.** Algunos ejemplos pueden ser: “los profesionales de la hostelería” por “profesionales de la hostelería”; “Nosotros valoramos en este trabajo” por “Valoramos en este trabajo”.

**Emplear determinantes sin género.** Por ejemplo, alguien, cada, cual, cualquiera, quien/quienes.

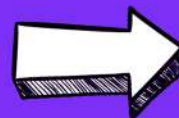


- \* *Los estudiantes deberán hacer su matrícula.*
- \* *Cada estudiante deberá hacer su matrícula.*
- \* *Nosotros no nos hemos opuesto.*
- \* *No nos hemos opuesto.*
- \* *El becario tendrá entre sus funciones.*
- \* *Quien reciba la beca tendrá entre sus funciones.*

## 3.4 Desdoblamiento

Consiste en **nombrar expresamente** y de forma individual a cada sexo: “las niñas y los niños”. Puede utilizarse cuando se quiere hacer visibles a mujeres y a hombres. No obstante, es **mejor optar por** algunas de las **estrategias anteriores** y se recomienda **no abusar de él**, porque puede dificultar la lectura.

Si se opta por esta fórmula no hay que olvidar la concordancia con el resto de elementos de la frase e ir alternando el orden de los pares.



*Los candidatos    Las candidatas y los candidatos*  
*Los clientes    Los clientes y las clientas*

## 3.5 Utilizar las formas reflexivas o impersonales

En ocasiones, la redacción de las frases permite eliminar la referencia al sexo de la persona implicada sin que ello afecte al mensaje, es decir, sin que provoque ambigüedad. Esta solución adopta varias posibilidades:

- Utilización de la forma impersonal se:
- Utilización de infinitivos y gerundios:

*\* Durante los próximos días el director decidirá qué medidas tomar.*

*\* Durante los próximos días se decidirá qué medidas tomar.*

*\* Es imprescindible que los trabajadores cuiden su espalda.*

*\* Es imprescindible cuidar la espalda.*

## 3.6 Simetría en el tratamiento

Hay que **nombrar los dos géneros por igual**, lo más adecuado es identificarlos por el **nombre y apellidos** o **aludir a la profesión que ejerce o al cargo** que ocupa, evitando aludir al estado civil.

**Evitar identificar a la mujer a través del hombre** y en el caso de los desdoblamientos alternar el orden a lo largo del texto.

*Don, señor + nombre completo*  
*Doña, señora + nombre completo*

*\* El equipo de Mariano González y Carmen.*

*\* El equipo de Mariano González y Carmen Jiménez.*

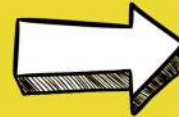
*\* Funcionarios y funcionarias fijas.*

*\* Funcionarias y funcionarios fijos.*



## 3.7 Feminización de las profesiones, titulaciones y los cargos

Emplear las palabras en femenino para profesiones y cargos es lo correcto, porque refleja la incorporación de las mujeres al mundo académico, laboral y a trabajos tradicionalmente asignados a los hombres. Todo tipo de actividad desempeñada por las mujeres necesita ser nombrada en femenino para visibilizar esta realidad social.



- \* *La ginecólogo María Ruiz.*
- \* *La ginecóloga María Ruiz.*
- \* *Técnico Vanesa Marín.*
- \* *Técnica Vanesa Marín.*

## 3.8 Desechar los estereotipos

Evitar los estereotipos sexistas que ponen valores distintos a las mujeres y a los hombres, **especialmente aquellos que resulten discriminatorios y denigrantes.**



No lo uses

*playboy-donjuan, triunfador, héroe, agresivo, valiente*

*víctima, objeto sexual, madre abnegada, esposa perfecta, mujeres manipuladoras, caprichosas*

## 3.9 Regla de inversión

Para descubrir si una frase es sexista puedes utilizar la regla de inversión. Consiste en **cambiar los términos femeninos del texto por términos masculinos.** Si el resultado es inadecuado la frase original es sexista.

- \* *Están convocados a las pruebas todos los alumnos matriculados en másteres, incluso las alumnas.*
- \* *Están convocadas a las pruebas todos las alumnas matriculadas en másteres, incluso los alumnos.*



# 3.10 Otras Recomendaciones

**1** Analizar el uso inconsciente que hacemos del **lenguaje** para transformarlo en un uso consciente.

**2** **Señalar valores, aptitudes y capacidades** correspondientes a la persona en sí y no en función de su pertenencia a un sexo u otro. **Comunica la diversidad** de funciones que realizan mujeres y hombres, amplía los contenidos para hacer visible la integración de las mujeres en la sociedad en todos los ámbitos.

**3** **Mostrar contenidos donde los hombres asumen la responsabilidad compartida**, los cuidados y la realización de actividades domésticas. Mostrando la necesidad de que haya una responsabilidad compartida entre las distintas personas de una misma unidad de convivencia y la importancia que tiene el cuidado de las personas para el sostenimiento de todos los demás ámbitos y sectores de la vida.

**4** **Romper con la victimización de las mujeres.** Es bastante habitual ante situaciones trágicas o de catástrofes, el uso de testimonios de mujeres sufrientes.

**5** Dar una **relevancia paritaria a los temas** y sectores feminizados y a los masculinizados, para evitar la sobrerrepresentación del hombre en los medios y noticias.

**6** **Comunicar referentes diversos.** Los modelos masculinos y femeninos que se asocian al éxito social tendrán influencia en las nuevas generaciones. Hay que elaborar contenidos donde aparezcan mujeres ligadas al deporte profesional, política, música y hombres dedicados a los cuidados para no limitar a la juventud esos roles de imitación.

**7** **Evitar los juicios estéticos** en noticias, entrevistas y contenidos sobre mujeres cuando no es relevante. Resulta muy habitual los comentarios sobre la vestimenta, el atractivo físico y la estética en políticas y mujeres que pertenecen a la esfera pública.



# 4 TRATAMIENTO DE TEMAS RELACIONADOS CON:

PERSONAS DIVERSAS SEXUALMENTE,  
PERSONAS CON DISCAPACIDAD O  
PERSONAS MIGRANTES



Pretendemos que esta guía también trate otros aspectos de la diversidad humana en la que encontramos tratos discriminatorios. **No sólo existe discriminación en el lenguaje sexista**, cabe prestar atención a las expresiones y usos que reflejan el racismo, el heterosexismo, la transfobia o el capacitismo. Debemos de hacer uso de una **comunicación libre de estereotipos y prejuicios** y que sea **respetuosa con los colectivos oprimidos o vulnerables**. Debemos visibilizar a través del lenguaje que somos una sociedad diversa y tener presente la manera en que las personas quieren ser nombradas.

Hay muchas alternativas para expresarnos sin tener que recurrir a palabras y expresiones que pueden marginar, hacer daño y alimentar el prejuicio que tenemos de muchas personas y colectivos. Encontrar un lenguaje consensuado nos hará ser una sociedad más respetuosa y empática.

*Una comunicación más inclusiva nos ayudará a redefinir el mundo que nos rodea y a tener presente toda la diversidad.*

# 4.1 Personas diversas sexualmente

Hay que **cuidar de comunicar los conceptos y términos adecuados para el correcto tratamiento de la diversidad sexual y de género** de forma que se sustituyan los estereotipos que perpetúan la discriminación con las personas LGTBI. Lanzamos algunas recomendaciones sobre el tratamiento de las personas, lesbianas, gays, bisexuales, transgéneros e intersexuales (LGBTI).

➔ Utilizar un **lenguaje inclusivo sin expresiones discriminatorias** ni ridiculizadas que fomentan estereotipos asociados a personas LGBTI.

➔ Conocer y **utilizar cuidadosamente la terminología** correcta y los conceptos de identidad de género y orientación sexual y afectiva.

➔ Para referirse a personas transgéneros, se recomienda **identificar si se trata de mujeres o de hombres transgéneros**. Mejor reasignación de sexo que cambio de sexo.

➔ **Incorporar** con absoluta normalidad **las distintas realidades familiares**, contribuyendo así al desarrollo y la convivencia desde la infancia.

➔ Utilizar un trato normalizado y **no indicar la condición de persona LGBTI si no se requiere** para comprender el mensaje. Adjetivar no siempre ayuda a normalizar.

➔ Utilizar **mensajes que reflejen las diversas sexualidades** existentes.

➔ **Evitar** hacer preguntas que **den por hecho la condición de persona heterosexual**.

No inclusivo

Inclusivo

*Bollera, tortillera,  
Maricón, mariquita  
Travelo, travestido,  
travestí*

*Lesbiana*

*Gay*

*Transexual/  
persona transexual/  
Hombre trans,  
hombre transgénero/  
Mujer trans/  
Mujer transgénero*

*Cambio de sexo*

*Reasignación de sexo/  
Transición de género*

*Homosexual*

*Mejor gay o lesbiana*

*Hermafrodita*

*Intersexual*

# 4.2 Personas con discapacidad

La discapacidad física, auditiva, visual, intelectual y por enfermedad mental es parte de la diversidad humana. Es una condición determinada por factores personales y de contexto. **Hay que utilizar una comunicación respetuosa para incluir y visibilizar a las personas con discapacidad** para fomentar la sensibilización social y la inclusión en la sociedad. Alguna de las recomendaciones para tratar temas y referirse correctamente a personas con discapacidad:

➔ **Evitar** el lenguaje discriminatorio y estigmatizante que **pone el énfasis en la discapacidad** por delante de la condición de persona. La discapacidad es una circunstancia, una situación o estado de las personas. **Anteponer los términos “mujer”, “hombre” o “persona” nos permite destacar su condición de sujetos.**

➔ **Abandono del enfoque caritativo o victimista**, evitar connotaciones que predisponen a una mirada condescendiente, paternalista o estereotipada. Se propone evitar la utilización de verbos como sufrir o padecer asociados a la discapacidad, así como confinado, postrado... para hablar de personas con discapacidad.

➔ Para no ser reiterativas con el término “persona con discapacidad” se pueden hacer **uso de “grupo social”, “grupo de personas”**

➔ Hay que tener especial cuidado a la hora de hacer comparaciones. **En lugar de utilizar el término “normal”, es preferible decir “personas sin discapacidad” o “el resto de la población”** cuando sea necesario realizar comparaciones.

➔ También **en presentar los logros** de este grupo social **como una heroicidad**, el tratamiento adecuado para estas situaciones es el de la normalidad.

➔ A la hora de elaborar una noticia o información **recurre a las organizaciones de personas con discapacidad y de sus familias**. La colaboración es clave para asegurar que los mensajes lanzados a la sociedad sean inclusivos, ajustados y rigurosos.

➔ Al hablar de discapacidad es necesario **poner la mirada en las barreras que dificultan la participación social y la inclusión.**

➔ **Precisión y rigor**, conocer la propia diversidad que hay dentro de la discapacidad, **no todas las discapacidades son iguales.**



## Nombra correctamente a las personas con discapacidad

**Discapacitado/a,  
anormal,  
incapacitado/a,  
deficiente,  
minusválido/a**



**Persona con discapacidad  
Persona con diversidad funcional  
Mujer/hombre con discapacidad  
Hombre/Mujer con diversidad funcional**

**Mongólica/o,  
retrasada/o mental,  
deficiente mental,  
subnormal**



**Ciego/a, Invidente  
Cieguito/a, cegato/a,  
Corto de vista, tuerto/a**

**Persona ciega  
Persona con discapacidad visual  
Persona con baja visión**

**Autista**

**Persona con trastorno  
del espectro autista,  
Persona con autismo,  
con TEA**

**Persona con discapacidad intelectual  
Persona con síndrome de down**

**Mutilada/o, minusválida/o, inválida/o,  
paralítica/o, coja/o, tullida/o, lisiada/o  
Persona con discapacidad física  
Persona con movilidad reducida**

**Muda/o**

**Persona sin habla.  
Persona que utiliza  
comunicación aumentativa**

**Enana/o**

**Persona con acondroplasia  
Persona de talla baja**

**Persona con defectos  
congénitos / de nacimiento  
Persona con una discapacidad  
congénita / de nacimiento**

**Sordo/a, Sordomudo/a**

**Persona sorda.  
Persona con discapacidad auditiva.**



# 4.3 Personas migrantes

La **racialización es una construcción social que sitúa a las personas blancas por encima del resto**, y eso tiene consecuencias administrativas, sociales, laborales, de estándares de belleza, etc. En nuestro lenguaje tenemos muchas expresiones que son consecuencia directa del etnocentrismo y el racismo: **trabajar como un negro, trabajo de chinos, ir hecho un gitano, sin moros en la costa...** hay que evitarlas ya que estas **expresiones refuerzan la visión racista** que tenemos del mundo.

Para este propósito, proporcionamos una lista de recomendaciones para mejorar la manera de elaborar contenidos sobre personas migrantes y migraciones desde un enfoque basado en los derechos humanos

➔ **Rigurosidad en el uso de términos**, es común hacer uso de términos inexactos como "indocumentados" o "ilegales", o no distinguir entre las personas solicitantes de asilo, personas migrantes, personas refugiadas.

➔ Cuando generalizamos partimos de muchos prejuicios culturales y étnicos, especialmente si utilizamos macro etiquetas: **árabe, del este, asiático, latinoamericano, africano**. Estas etiquetas diluyen las diversidades y las características identitarias que presuponen una homogeneidad de grupos muy diversos.

➔ No debe confundirse «árabe» (**concepto etno-lingüístico**) con «musulmán» (**religión**).

➔ Hacer uso de términos como "olas migratorias", "avalanchas", "tsunamis", "asalto" no informan sobre una situación clara, sino que magnifican la cuestión con una **descripción exagerada** del asunto y **generan un efecto criminalizador**.

➔ Tampoco hay que hacer uso de la metáfora "pisos patera". La **sobreocupación de las viviendas** no es exclusiva de las personas de origen extranjero, **responde a situaciones de falta de recursos**.

➔ No elaborar contenidos a partir de la contraposición **nosotros/ellos, autóctonos/inmigrantes o los de aquí/los de fuera**, tiene que ver con una manera de construir el discurso que ubica a las personas en dos bandos, normalmente en función de su origen. Este **discurso enfatiza las diferencias** y, en ocasiones, incide en la dificultad o la imposibilidad de comprensión o de convivencia mutua.

➔ Hay que **contextualizar las causas de los movimientos migratorios** (guerras, persecuciones, hambrunas, violencia, ausencia de estado) para que la sociedad comprenda la situación de base de estos procesos.

## Nombra correctamente a las personas migrantes

➔ **Dar voz a las personas protagonistas** permite visibilizar la diversidad presente en la sociedad. Si se tiene que precisar su origen étnico, hay que hacerlo mencionando el país o la población de origen (chino o de Pekín en lugar de asiático) y, si es necesario, contextualizar temporalmente el proceso migratorio.

➔ **Elaborar contenidos** donde se ponga en valor lo que estas personas añaden a la sociedad.

**Raza gitana**  
*Etnia gitana,  
pueblo gitano,  
pueblo romaní,  
comunidad gitana*

**Mora/o**  
*Persona del Magreb,  
persona marroquí,  
persona argelina*

**Sudaca, sudamericana/o**  
*Persona latinoamericana, argentina,  
ecuatoriana...,de origen latinoamericano*

**Emigrante/inmigrante**  
*Persona migrante*

**Inmigrante ilegal/ sin papeles**  
*Persona en situación  
(administrativa) irregular*

**Indígenas, Minorías étnicas,  
Indios**  
*Pueblos y Comunidades Indígenas  
Personas Indígenas*

**Inmigrado/inmigrada**  
*Hay que especificar: persona inmigrante  
(si todavía está haciendo el proceso migratorio),  
persona inmigrada (si ya ha concluido el proceso  
y, por lo tanto, es vecina, trabajadora,  
residente, etc.)*

**Persona de color, negro/a**  
*Persona negra,  
persona racializada,  
persona afrodescendiente,  
afro europeo/a,  
afroamericana/o*

**Mulata/o**  
*Persona birracial,  
Persona multirracial  
Persona mestiza*

**Inmigrante de segunda generación**  
*Descendiente de personas que migraron*

**Terrorismo islámico**  
*Terrorismo fundamentalista,  
terrorismo de Al Qaeda  
o grupo correspondiente*

# 5 BIBLIOGRAFÍA Y RECOPIULATORIO DE RECURSOS WEB PARA UNA COMUNICACIÓN INCLUSIVA

➡ **Palabra de Mujer.** Manual con enfoque de género para profesionales del periodismo. Asociación de periodistas de Cáceres con el apoyo del Instituto de la mujer de Extremadura (IMEX).  
<https://fape.es/wp-content/uploads/2020/02/Manual-con-enfoque-de-genero-para-periodistas.pdf>

➡ **Guía lenguaje no sexista en la Administración Pública en Extremadura.** JUNTA DE EXTREMADURA Consejería de Cultura e Igualdad, Instituto de la Mujer de Extremadura (IMEX).  
<https://ciudadano.gobex.es/documents/1062609/0/GUIA+LENGUAJE+NO+SEXISTA.pdf/7316eca8-f429-4751-bf46-8cf891dc2dc2>

➡ **Código deontológico y de autoregulación para la publicidad y la comunicación no sexistas.** Emakunde-Instituto Vasco de la Mujer, BEGIRA Comisión asesorada para un uso no sexista de la publicidad y la comunicación.  
[https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/temas\\_medios\\_intro/es\\_def/adjuntos/begira.codigo.deontologico.pdf](https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/temas_medios_intro/es_def/adjuntos/begira.codigo.deontologico.pdf)

➡ **Uso inclusivo del castellano.** Dirección para la Igualdad de la UPV/EHU y Pikara Magazine.  
<https://www.ehu.eus/documents/2007376/12795677/Uso-inclusivo-del-castellano.pdf>

➡ **Orientaciones sobre uso no sexista del lenguaje administrativo.** Instituto Canario de la Mujer.  
<https://www.gobiernodecanarias.net/intranet/documentos/OrientacionesLenguaje07.pdf>

➡ **COMUNICACIÓN CON PERSPECTIVA DE GÉNERO** Manual de Estilo para una Comunicación Incluyente". Televisión Pública Canaria S.A, Radio Pública Canaria S.A. Secretaría de Igualdad. Gobierno de España.  
<http://www.rtv.es/corporativa/documentos/MANUAL%20DE%20ESTILO%20CPG%20RTVC.pdf>

➡ **Lenguaje no sexista en medios de comunicación y publicidad.** Área de Juventud. Educación y Mujer del Cabildo Insular de Tenerife.  
<https://www.tenerifevioleta.es/wp-content/uploads/2015/10/8-Lenguaje-no-sexista-en-medios-de-comunicacion-y-publicidad.pdf>

➔ **“Tratamiento informativo para la igualdad de género en Extremadura”** Elaboradas a partir de las aportaciones de asociaciones de prensa y medios de comunicación regionales, edición Instituto de la Mujer Extremadura.

<https://ciudadano.gobex.es/documents/1373524/0/Manual+de+Recomendaciones.pdf/b4cd5efa-2123-4c31-984f-58c9b70a0d20>

➔ **Las profesiones de la A a la Z.** Eulália LLedó Cunill. Instituto de la Mujer (Ministerio de trabajo y asuntos sociales).

<https://www.mujiresenred.net/IMG/pdf/lasprofesiones.pdf>

➔ **Guía para un uso no sexista del lenguaje.** Jessica Murillo Ávila, Agencia Comunicación y Género, Fundación Once.

<https://www.cermi.es/sites/default/files/docs/novedades/GUIA.pdf>

➔ **Código Deontológico y de Autorregulación para una Comunicación y Publicidad No Sexistas.** Ayuntamiento de Logroño, Colegio de periodistas la Rioja.

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/eu/profesionales/Investigacion/publicidadYMedios/recursos/guias/CodigoDeontologicoLaRioja.pdf>

➔ **¿Cómo dices? Una comunicación con equidad de género, una apuesta de Mugarik Gabe,** ONGD Mugarik Gabe.

[https://www.mugarikgabe.org/wp-content/uploads/2019/03/06.comunicacion\\_genero.pdf](https://www.mugarikgabe.org/wp-content/uploads/2019/03/06.comunicacion_genero.pdf)

#### **RECURSOS WEB:**

➔ <https://fmujeresprogresistas.org/>: página web de la Federación de Mujeres Progresistas, apartado sobre recursos y artículos de lenguajes sexistas.

➔ <http://www.mtas.es/mujer/descarga/NombraEnRed-Setup.exe>: Nombra en red, herramienta informática para la corrección de textos, impulsada por el Instituto de la mujer.

➔ [www.emakunde.es](http://www.emakunde.es): página web del Instituto Vasco de la Mujer.

➔ <https://www.mujiresenred.net>: página web de Mujeres en red, Periódico feminista, apartado con recursos sobre comunicación y género.



# Vídeos sobre Comunicación Inclusiva

Escanea en tu teléfono móvil los códigos QR para visionar los vídeos que hemos preparado para facilitar la comprensión del cuadernillo. También hemos añadido material adicional de visionado por si te interesa ampliar información y conocimientos.

## Vídeos de la formación



1. Presentación y la Importancia de un lenguaje inclusivo en los medios de comunicación



2. Uso sexista del lenguaje en los medios de comunicación



3. Ejemplos y ejercicios Uso sexista del lenguaje en medios de comunicación



4. Recomendaciones prácticas para una comunicación inclusiva



5. Tratamiento de la diversidad en los medios de comunicación



## Vídeos material adicional



1. Polémica en la RAE por el lenguaje no sexista, ¡la calle opina!



2. Qué es el LENGUAJE INCLUSIVO



3. Seis expresiones racistas que se nos escapan cada día Moha Garehao



4. Masculino genérico: un experimento de lenguaje inclusivo con dibujos



5. Ni hombre ni mujer: Violeta Assiego



6. Recomendaciones para incorporar la comunicación inclusiva

El “**Cuadernillo con enfoque de género y uso inclusivo del lenguaje**” está impulsado por **AECOS** (Asociación Extremeña de Comunicación Social) en el marco del proyecto “Glocalizando la Red de Comunicación Social de Extremadura” financiado por la **AEXCID** (Agencia Extremeña de Cooperación Internacional para el Desarrollo) de la Junta de Extremadura.

The logo for AECOS features the word 'aecos' in a stylized, lowercase font. The 'a' is black and has a unique shape, while 'ecos' is in a brown color. The letters are connected and have a slight shadow effect.The logo for AEXCID consists of a stylized graphic element on the left, resembling a leaf or a drop with a green circle and an orange shape, and the text 'AEXCID' in bold black letters to its right. Below 'AEXCID' are the words 'cooperación extremeña' and 'JUNTA DE EXTREMADURA' in a smaller, sans-serif font.

**AEXCID**  
cooperación extremeña  
JUNTA DE EXTREMADURA

