

Manual del lenguaje  
Integrador no sexista



topos  
topos

2ª Edición. Julio 2013

Coordina:  
Comité Confederal de CGT  
Secretariado Permanente  
Secretaría de Mujer

Textos: Juana Vera

Diseño: Eva González

Edita:  
Secretaría de Comunicación. CGT  
C/ Sagunto, 15, 1º  
28010 : Madrid  
spcc.cgt@cgt.org.es  
902 19 33 98 / 91 447 57 69  
www.cgt.org.es / www.rojoynegro.info  
D.L.: M-23643-2013

Editorial

Definición

Introducción

Recomendaciones

- 1/ Término Genérico
- 2/ Desdoblamiento de Géneros
- 3/ Indeterminar el Sustantivo
- 4/ Pronombre no marcado
- 5/ Expresiones
- 6/ Frases en Impersonal o Pasiva
- 7/ La ortografía
- 8/ Sector Profesional o Social

Glosario

Editorial

Con esta segunda edición de la **Guía del Lenguaje No Sexista** queremos incidir en lo que debe ser nuestra meta:

***igualdad en el lenguaje dentro y fuera de nuestro sindicato***

pero sobre todo, dentro. Porque una vez que lo tengamos completamente asumido, podremos transmitirlo a la sociedad con pleno convencimiento.

En un mundo con sobrerrepresentación masculina, la invisibilización de las mujeres sigue siendo un hándicap que hemos de superar día a día: en el trabajo, en casa, en los medios de comunicación, en la educación... Sigue siendo considerado **“normal”** nombrar en masculino, incluso desde las mismas mujeres, a colectivos femeninos, por ejemplo, los maestros, cuando hay más de un 80% de representación femenina en ellos.

No queremos decir con esto que haya que nombrar siempre en femenino, sino que:

***usando un lenguaje inclusivo podemos evitar el malestar entre hombres y mujeres a la hora de nombrarnos.***

Mucho pesa la educación que recibimos, así como la presión social, pero no hemos de olvidar, compañeras y compañeros,

**que llevamos un mundo nuevo en nuestros corazones.**

Un mundo en el que cabemos todos y todas, y con un poquito de esfuerzo, que a la vez sirve para enriquecer nuestro uso del lenguaje, podemos conseguirlo.

Somos conscientes de que, a veces, dentro del propio sindicato es complicado conjugar intereses entre hombres y mujeres. La propia dinámica de la loca vida que vivimos, que no nos permite conciliar nuestras vidas, ni apenas darnos cuenta de que no podemos hacerlo, hace que las mujeres sigamos siendo más retraídas a la hora de participar en el sindicato.

No seamos como otras organizaciones pregonando de puertas para afuera y nos dejemos la casa sin barrer. La **CGT** es anarcofeminista y para ello es absolutamente necesario que todas y todos adoptemos un lenguaje incluyente.

Queremos dedicar esta guía a toda la organización, por su empeño en seguir adelante en estos tiempos que corren sin miedo a lo nuevo y buscando **ese mundo en el que caben muchos mundos**, como dicen nuestros hermanos y hermanas zapatistas.

**Hagamos una CGT inclusiva, donde nadie sea invisible y en la que todas y todos nos encontremos a gusto.**

Isabel Pérez Ortega. Secretaria de Mujer del Comité Confederal de CGT

## Definición

**“El lenguaje no sexista es un uso igualitario del lenguaje que, de forma consciente, pretende fomentar una imagen equitativa y no estereotipada de las personas a las que se dirige o refiere”**

Rebeca Moreno Baleguer

Una lengua es el vehículo de comunicación de una comunidad determinada y como tal, un elaborado producto social, histórico y cultural acuñado a lo largo de siglos de historia y uso.

Las lenguas en sus diferentes aspectos son tanto el reflejo de la cultura, costumbres y pensamiento de una comunidad como un eficaz vehículo de transmisión y perpetuación de las mismas. En todas las lenguas se produce siempre **una tensión entre el conservadurismo** necesario para que puedan seguir siendo utilizadas y conocidas por la comunidad **y la innovación**, imprescindible para la adaptación a los cambios sociales y culturales. Por eso con frecuencia nos encontramos con que nuestro princi-

pal instrumento de comunicación se ha quedado obsoleto para nombrar determinadas realidades, en especial las que se refieren a los profundos cambios en la visión y el conocimiento del papel de la mujer en nuestra sociedad actual y en la historia en general.

*“Lo que se nombra, existe”.  
Y utilizando un lenguaje no sexista  
se adquiere la igualdad entre sexos,  
dando a la mujer la visibilidad que  
queremos tener”*

Es el uso dinámico que una comunidad hace de su lengua y la innovación lingüística para intentar asimilar y nombrar los cambios los que hacen que la lengua mute, innove y realice su imprescindible adaptación a las nuevas realidades.

Mucho más tarde, el cambio lingüístico se convierte en norma, aceptada al fin por la autoridad lingüística.

Valga como ejemplo pensar que la inclusión de voces en el DRAE (*Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española*) como **médica o abogada**, referidas a mujeres que ejercen la profesión de la medicina o la abogacía se realiza en los años 60 del siglo XX, y hay que esperar a la edición de 1970 para que se autoricen vocablos como **ingeniera, arquitecta o senadora**, a pesar de la fuerte tendencia del castellano a feminizar formas del masculino y a pesar de que ya eran de uso común en la calle. **Jueza, fiscal, magistrada** se han recogido en las últimas ediciones.

Cualquier guía de recomendaciones para un uso no sexista de la lengua pretende contribuir de una manera racional a ese natural impulso lingüístico hacia la innovación que permita adaptarse a las realidad de cada momento y también, cómo no, influir sobre ellas; conscientes de la estrechísima interrelación que existe entre lenguaje y pensamiento, cómo uno y otro se interfieren para construir nuestra particular visión del mundo que habitamos.

Nuestra lengua ofrece multitud de recursos semánticos y gramaticales para incluir a hombres y mujeres, en pie de igualdad, en nuestro discurso. Las sugerencias que siguen pretenden, sin vocación de exhaustividad, ayudarnos a hacer un uso no discriminatorio de la lengua.

## Uso No SEXISTA DE LA LENGUA

A la hora de construir nuestro discurso no sexista, es preciso reflexionar sobre lo que las palabras transmiten más allá de su puro significado literal y cómo pueden influir en la conformación de pensamiento y actitudes.

La asimetría en la utilización de los géneros masculino y femenino pone claramente en evidencia la resistencia a equiparar a mujeres y hombres en determinados ámbitos, especialmente el social y profesional.

A continuación nos referiremos a cuestiones que tienen que ver con la semántica y la ortografía, con los múltiples significados, a veces inadvertidos de las palabras que utilizamos y con su natural reflejo en la lengua hablada y escrita.

A pesar de que en castellano en determinadas expresiones el término masculino se entiende como el “no marcado”, es decir, el que abarca tanto el masculino como el femenino, **creemos que el extendido uso del género masculino con pretensión de generalidad o universalidad contribuye en muchos casos a la invisibilidad de las mujeres, dado que de esta manera la realidad que nombramos es siempre en masculino.**

Aquí tenemos algunos ejemplos de frases que pretenden generalizar, pero en realidad sólo mencionan a los hombres:

***El hombre ha evolucionado mucho a lo largo de la historia***

***Los profesores realizan una gran labor***

***Los trabajadores luchan por los derechos laborales***

***Los niños necesitan paz***

***A los padres les preocupa el estado de la educación en España***

***El curso está dirigido a los estudiantes del último curso***

***El mundo necesita a los periodistas***

***Los que no acudan a la asamblea quedarán al margen de las decisiones***

***El que trabaje mejor recibirá más incentivos***

***Todos hablamos más de la cuenta***

***Algunos dicen muchas barbaridades***

Te proponemos algunos posibles usos alternativos que incluyan efectivamente a hombres y mujeres. La idea es que contemos con una variedad de recursos que podamos usar según nuestras necesidades a la hora de expresarnos y no cansar a la audiencia. El uso de un lenguaje inclusivo no está reñido con la fluidez y un estilo correcto:

# 1

## TÉRMINO GENÉRICO

Una de las alternativas sería utilizar siempre que sea posible el **término genérico**. Así podríamos decir:

**La Humanidad (el ser humano)** ha evolucionado mucho a lo largo de la historia y no: *El hombre* ha evolucionado mucho a lo largo de la historia.

**El profesorado** realiza una gran labor y no: *Los profesores* realizan una gran labor.

**La infancia** debe ser protegida y no: *Los niños* deben ser protegidos.

Muchas veces el uso de términos genéricos

no incluye a ambos sexos, en estos casos nombrar en masculino y en femenino no es una repetición y no nombrar a las mujeres es invisibilizarlas en nuestro hablar.

# 2

## DESDOBLAMIENTO DE GÉNEROS

También, según lo necesitemos, se puede usar el **desdoblamiento de géneros**: mencionar los dos géneros:

**A los padres y madres** les preocupa el estado de la educación en España y no: *A los padres* les preocupa el estado de la educación en España.

**Los trabajadores y las trabajadoras (los y las trabajadoras; las y los trabajadores)** luchan por los derechos laborales y no: *Los trabajadores* luchan por los derechos laborales.

**Los profesores y las profesoras (las y los profesores; los y las profesoras)** realizan una

gran labor y no: *Los profesores* realizan una gran labor.

**Los niños y las niñas** necesitan paz y no: *Los niños* necesitan paz.

Podemos usar otras maneras para hacer visible a las mujeres en nuestro lenguaje.

En unos casos simplemente hay que hacer concordar el género con el último artículo o sustantivo.

# 3

## INDETERMINAR EL SUSTANTIVO

En otros casos lo más aconsejable sería **indeterminar el sustantivo**, es decir: hacer aparecer el sustantivo sin el artículo. La indicación de género masculino o femenino la aporta el determinante que acompaña al sustantivo (el pianista/la pianista; este anarquista/esta anarquista). Evitaríamos el sesgo discriminatorio de la lengua eliminando el determinante y dejando que el sustantivo englobe tanto al masculino como al femenino:

El curso está dirigido **a estudiantes** y no: El curso está dirigido a *los estudiantes*.

El mundo necesita **periodistas** y no: El mundo necesita a *los periodistas*.

Dirigido por **analistas** del turno diurno y no: Dirigido por *los analistas* del turno diurno.

Las medidas están pensadas para que **jóvenes** encuentren trabajo y no: Las medidas están pensadas para que *los jóvenes* encuentren trabajo.

**Representantes** de colectivos sociales serán recibidos por la Sra. Consejera de Sanidad y no: *Los representantes* de colectivos sociales serán recibidos por la Sra. C. de Sanidad.

**Conserjes** de colegios públicos celebraron una asamblea y no: *Los conserjes* de colegios públicos celebraron una asamblea.

**Artistas** se oponen a la subida del IVA y no: *Los Artistas* se oponen a la subida del IVA.

# 4

## PRONOMBRE NO MARCADO

El uso de artículos y pronombres masculinos pueden sustituirse por un **pronombre no marcado** por el género:

**Quienes** no acudan a la asamblea quedarán al margen de las decisiones y no: *Los que* no acudan a la asamblea quedarán al margen de las decisiones.

**Quien** trabaje mejor recibirá más incentivos y no: *El que* trabaje mejor recibirá más incentivos.

En nuestro idioma, el pronombre relativo **quién, quienes** se refiere únicamente a personas, pero no indica género masculino o

femenino, por lo que nos puede servir para sustituir a sustantivos que sí están marcados por el género masculino:

**Quienes** participen en el proceso selectivo deberán presentar su DNI y no: *Los participantes* en el proceso selectivo...

El relativo **quienes** incluye a hipotéticos participantes de un sexo o de otro, sin necesidad de especificarlos.

**Quienes** heredaron hicieron declaración pública de sus bienes y no: *Los herederos*...

**Quienes** optaban al puesto ocuparon sus asientos y no: *Los candidatos* al puesto...

**Quienes** administran sus bienes firmaron los documentos y no: *Los administradores* de sus bienes...

# 5

## EXPRESIONES

El uso de los indefinidos masculinos como “todos, algunos, unos...” puede sustituirse por expresiones como:

**Se** habla más de la cuenta; **la gente** habla más de la cuenta; **todos y todas** hablamos más de la cuenta y no: *Todos* hablan más de la cuenta.

**Se** dicen muchas barbaridades; **algunas personas** dicen muchas barbaridades y no: *Todos* dicen muchas barbaridades.

Los pronombres indefinidos del tipo **todos/as; algunos/as; ningún/a...** referidos a personas suelen utilizar el masculino con volun-

tad universalizadora, con lo que una vez más el masculino se convierte en el término englobante.

En estos casos, expresiones del tipo “**Todos** cumplirán las normas”, podrían ser sustituida por la voz media: **Se cumplirán las normas** o la voz pasiva: **Las normas serán cumplidas**. Incluso en los contextos donde sea posible, bastaría con eliminar el sujeto: **Cumplirán las normas**.

**Se hizo** cuanto se pudo por salvarle la vida o **Hicieron** cuanto pudieron... y no: *Todos* hicieron lo que pudieron...

“**Se acordó** dirigir un escrito al delegado del gobierno o **Acordaron** dirigir... y no: *Todos* acordaron dirigir un escrito al delegado del gobierno.

# 6

## FRASES EN IMPERSONAL O PASIVA

Construir **frases en impersonal o pasiva** puede ser otra alternativa al referente masculino:

*Los abonados* pagarán la cuota cada principio de mes, transformada en impersonal omite el sujeto masculino: **Se abonará** la cuota cada principio de mes. Y en la voz pasiva, el sujeto pasa a ser inanimado: **La cuota será abonada** cada principio de mes.

**Las solicitudes se presentarán** en el mostrador y no: *Los interesados* presentarán su solicitud en el mostrador.

**Las oficinas serán desalojadas** de forma ordenada o **Se desalojarán las oficinas...** y

no: *Los trabajadores* desalojarán las oficinas de forma ordenada.

**La documentación será compulsada** en el Ayuntamiento o **Se compulsará** la documentación en el Ayuntamiento y no: *Los funcionarios* compulsarán la documentación en el Ayuntamiento.

**Se entregaron las subvenciones** al final del acto o **Las subvenciones fueron entregadas** al final del acto y no: *Los consejeros* entregaron las subvenciones al final del acto.



# 7

## LA ORTOGRAFÍA

También la antipática **ortografía** puede hacer su aportación al lenguaje no sexista y aquí nos referimos al controvertido uso de signos como la arroba (@) y la barra (/), que atañen en exclusiva a la lengua escrita.

Lo más correcto desde el punto de vista de la ortografía normativa es utilizar la barra para indicar dos o más opciones cuando se emplea entre dos palabras (así mismo/asi mismo) o cuando sirve para indicar la opción entre dos morfemas (Estimado/a alumno/a), puesto que el tipo@ no es un signo lingüístico.

El uso de la barra es especialmente útil en textos de tipo formulario o impreso:

D./Dña...  
domiciliado/a en...  
padre/madre del alumno/a...

Sin embargo, la utilización abusiva de la barra en otro tipo de textos que no sean formularios u documentos oficiales, puede dificultar su lectura.

Recomendamos combinar este recurso ortográfico con otros recursos lingüísticos y semánticos como los que hemos comentado anteriormente (**utilización de sustantivos colectivos, perífrasis, omisión de determinantes, etc.**) para no caer en un estilo repetitivo.

# 8

## SECTOR PROFESIONAL O SOCIAL

Cuando el sector profesional o social es prestigioso se tiende a utilizar el masculino como globalizador, mientras que en el caso contrario se marca claramente el femenino, lo que, en nuestra opinión, contribuye a perpetuar las diferencias de género y clase.

Así, son expresiones corrientes:

**El congreso de médicos (profesores, científicos, jueces trabajadores, músicos, políticos...) se realizará en fechas próximas o Los médicos (profesores, científicos, jueces, trabajadores, músicos, políticos...) se reunirán en fechas próximas.**

Y también:

**Los médicos y las enfermeras exponen sus reivindicaciones**

**Las limpiadoras (las amas de casa, las cuidadoras, las trabajadoras del sexo, las secretarías...) tienen peores condiciones laborales.**

Proponemos como alternativas el uso de otras expresiones más inclusivas:

**El personal sanitario expone sus reivindicaciones.**

**El personal de limpieza (las personas al cuidado del hogar, o de los enfermos, dependientes..., los y las trabajadores del sexo; los trabajadores y trabajadoras del sexo; los enfermeros y las enfermeras; el personal de enfermería; el personal de administración...)**

Otras veces la referencia al género femenino se utiliza en su acepción más estrecha de subordinación al mundo masculino o relegación de lo femenino al dominio doméstico:

**Los médicos y sus mujeres acudieron a la fiesta.**

**Las esposas de los trabajadores se suman a la protesta.**

Otras expresiones quizá contribuyan mejor en estos casos concretos a reflejar la realidad actual:

**El personal médico y sus parejas acudieron a la fiesta.**

**Las parejas de los trabajadores y trabajadoras se suman a la protesta.**

La recomendación general sería introducir en la expresión el referente femenino y contemplar, siempre que sea posible, los dos géneros. Sería importante evitar en nuestra expresión presentar a las mujeres como subordinadas y no nombrarlas como dependientes de los hombres, es decir que solo tienen un papel en tanto son mujeres y esposas de.

**Se encontraron las parejas de los socios y socias** y no: Se encontraron las esposas de los socios.

Debemos cuidar el no asociar actividades laborales a hombres y mujeres como si solo ellos o ellas las realizaran en exclusiva. Y evitar asociar actitudes y pensamientos estereotipados a nuestro discurso que asignen valores, comportamientos o actitudes ofensivas o que de forma tradicional se asocia a las mujeres.

## Glosario

### a

**Abogados:** abogacía

**Accionistas:** accionariado

**Administrativos:** personal administrativo

**Adolescentes:** adolescencia

**Aficionados y socios:** afición

**Alumnos:** alumnado

**Americanos:** población americana, ciudadanía americana

**Amigos:** amistades

**Ancianos:** personas mayores

**Andaluces:** población andaluza

**Antepasados:** ascendencia

**Asesor:** asesoría

**Autores:** autoría, quien firma

### c

**Cada uno:** cada cual, cada quien

**Campesinos:** campesinado

**Catalanes:** pueblo catalán

**Ciudadanos:** ciudadanía

**Clientes:** clientela, quienes compran

**Competidores:** competencia, empresas competidoras

**Comprometidos:** tienen un compromiso

**Consumidores:** consumo, quien consume

**Coordinadores:** coordinación

### d

**Demandado:** parte demandada

**Demandante:** parte demandante

**Demás:** resto de la gente, otras personas

**Descendientes:** descendencia

**Deudor:** persona deudora

**Director:** dirección

**Doctor:** personal médico

**Dueño:** propiedad

### e

**Electores:** electorado

**Empleados:** personal, plantilla, quienes trabajan

**Empresarios:** empresariado

**Espanoles:** gentes españolas, la población española, quienes residen en España

**Estar limpios:** pulcritud  
**Empeñados:** con empeño  
**Expertos:** gente experta, quienes saben

f

**Famosos:** gente famosa, gente VIP, famoseo  
**Funcionarios:** funcionariado

g

**Gerentes:** gerencia

h

**Hijos/descendientes:** descendencia  
**Hombre:** ser humano, humanidad

i

**Indígenas:** población indígena  
**Ingenieros:** ingeniería  
**Interesado:** persona interesada  
**Invitados:** personas invitadas, asistencia

j

**Jefes:** jefatura  
**Jóvenes:** juventud  
**Jueces:** judicatura

l

**Lectores:** quienes leen, público lector, audiencia, lectorado

**Licenciados:** licenciatura

m

**Muchos:** mucha gente

n

**Niños:** infancia, criaturas, menores, niñez

p

**Políticos:** clase política  
**Ponentes:** ponencias  
**Presidentes:** presidencia  
**Profesores:** profesorado, personal docente  
**Profesores y alumnos:** comunidad escolar  
**Proveedores:** proveeduría, aprovisionamiento, empresas proveedoras o simplemente 'proveedoras' [por coherencia, pues son empresas, entidades, maquilas, fábricas, organizaciones, personas... es decir: términos femeninos más generales, excepto si previamente se hace referencia a tér-

minos más específicos como talleres, fogones u otros similares]

q

**Que piensan que:** quienes piensan que

r

**Representante:** persona representante

s

**Secretarios:** secretaría  
**Sí mismos:** cada cual  
**Sirvientes:** servicio doméstico  
**Solicitante:** persona solicitante

s

**Tesoreros:** tesorería  
[Para] **Todos:** [para] quien sea / todo el mundo  
**Todos** sabemos: todo el mundo sabe / de sobra es sabido  
**Trabajadores:** personal, plantilla, personas trabajadoras, personas, quienes trabajan  
**Tutor:** tutoría

v

**Vecinos:** vecindario  
**Vicepresidentes:** vicepresidencia  
**Viajeros:** quienes viajan  
**Voluntarios:** voluntariado



*El uso y elaboración de una comunicación no sexista es algo que tenemos que construir día a día entre todos y todas como una faceta más de la lucha contra la discriminación, por la igualdad entre las personas y por tanto por una sociedad mas justa y solidaria.*

*Ayudanos a que en una próxima edición este Manual crezca, envía tus aportaciones a:  
[sp-mujer@cgt.org.es](mailto:sp-mujer@cgt.org.es)*

today's  
tomorrow's

