



**Gobierno
de Navarra**

RECOMENDACIONES PARA HACER UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE

**LAS PALABRAS NO SÓLO NOMBRAN LA REALIDAD,
TAMBIÉN LA DEFINEN, INTERPRETAN Y CREAN**

ALGUNAS CONSIDERACIONES PREVIAS

- El lenguaje no es un hecho biológico, es una adquisición cultural. Hablamos según pensamos y pensamos según hablamos. Las lenguas evolucionan y deben adaptarse a los nuevos tiempos.
- El lenguaje es androcéntrico y sexista, por tanto, invisibiliza, oculta y presenta a las mujeres como seres dependientes y subordinadas.
- Nombrar o referirse a los dos sexos no supone duplicar. Mujeres y hombres somos diferentes pero con los mismos derechos y oportunidades.
- Ninguna fórmula de las que se proponen a continuación es mejor que otra. Su utilización va a depender del contexto en el que estemos hablando o escribiendo.
- No existen "recetas mágicas" o fórmulas únicas para un hacer un uso no sexista del lenguaje. Lo más adecuado sería utilizar una combinación de las alternativas que se presentan.
- El uso no sexista del lenguaje no es algo pesado, es una cuestión de costumbre.
- Lo que no se nombra, no existe.

**RECOMENDACIONES PARA HACER
UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE**

ALTERNATIVAS A ERRORES FRECUENTES



1. USO DE GENÉRICOS

- Hombre
- El cuerpo del hombre
- Ciudadanos
- Alumnos
- Desempleados
- Jóvenes
- Niños
- Profesores

Persona/Ser humano
El cuerpo humano
Ciudadanía
Alumnado
Personas en desempleo
Juventud
Infancia
Profesorado/Docentes



2. USO DE LOS ABSTRACTOS

- Coordinadores
- Director
- Tutores
- Jefes
- Asesores

Coordinación
Dirección
Tutoría
Jefatura
Asesoría



3. EVITAR LOS ARTÍCULOS

- El que sepa conducir
- Los políticos
- Los que tengan
- Los que piensan

Quien sepa conducir
La clase política
Quienes tengan
Quienes piensen

**RECOMENDACIONES PARA HACER
UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE**



4. EVITAR EL USO DEL PRONOMBRE IMPERSONAL "UNO"

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Cada uno• Cuando uno• La persona | <ul style="list-style-type: none">• Cada cual• Cada quien• Cuando alguien• Cualquiera• Una persona |
|--|---|



5. CAMBIAR EL VERBO DE LA 3ª A LA 2ª PERSONA DEL SINGULAR/ PLURAL

- Se recomienda a los usuarios del servicio
Recomendamos a quien utilice el servicio
- El lector sentirá gran satisfacción al tener en sus manos...
Sentiremos gran satisfacción al tener en nuestras manos...



6. USO DE LAS FORMAS PERSONALES DE LOS VERBOS Y PRONOMBRES

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• El hombre necesita dormir• Se recuerda a los usuarios | <ul style="list-style-type: none">• Se necesita dormir• Recordamos que |
|--|---|

**RECOMENDACIONES PARA HACER
UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE**



7. NOMBRAR A LOS DOS SEXOS

- Los empleados **Las empleadas y los empleados**



8. NOMBRAR A LOS DOS SEXOS USANDO UN SOLO SUSTANTIVO

- Los usuarios **Las y los usuarios**
- Los inmigrantes **Las y los inmigrantes**



9. USO DE BARRAS EN LOS FORMULARIOS (DOCUMENTOS ADMINISTRATIVOS, FINANCIEROS, ETC)

La barra se comenzó utilizando para documentos administrativos, nunca para textos de otro tipo. La tendencia es **suprimir las barras**, incluso en documentos administrativos, porque hay otras opciones. **SE RECOMIENDA NO UTILIZARLAS.**

- El cliente **El/La cliente**
- Estimado señor **Estimado/a Señor/ra**
- El titular **El /La Titular**

RECOMENDACIONES PARA HACER UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE



10. USO DE LA ARROBA: @

- L@s emplead@s de los Servicios Públicos consideran inaceptable esa propuesta.

Problema: ¿Cómo lo leemos? No es una letra y **NO SE RECOMIENDA SU UTILIZACIÓN**



11. COLECTIVO MUJER


Hablar del Colectivo Mujer es **INCORRECTO**, discriminatorio y sexista. ¿Acaso se habla del Colectivo Hombre? Si se va a citar algo sobre un grupo de mujeres, se dirá directamente **"mujeres"**.

- Actividades dirigidas al Colectivo Mujer
Actividades dirigidas a las mujeres



12. COMBINACIÓN DE TODAS LAS POSIBILIDADES ANTERIORES

RECOMENDACIONES PARA HACER UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE



13. NO USAR EXPRESIONES QUE CONNOTEN UNA POSICIÓN DE JERARQUÍA, INFERIORIDAD O DEPENDENCIA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

- | | |
|--------------------------------|---|
| • La Tocino | Isabel Tocino
La Sra. Tocino |
| • Sra. De Santos (Ainhoa Uriz) | Sra. Uriz |
| • Sr. García y Srta. Eguren | Sr. García y Sra. Eguren |



14. SOBRE CARRERAS, PROFESIONES, OFICIOS Y TITULACIONES

El **femenino** se utiliza normalmente en profesiones o titulaciones feminizadas: enfermera, maestra, cajera, limpiadora, etc.
El **masculino** se utiliza normalmente para las profesiones, oficios y titulaciones consideradas de mayor prestigio social y ocupadas o desempeñadas hasta hace unos años exclusivamente por hombres.

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| • Kati Suárez, Técnico de empleo | Kati Suárez, Técnica de empleo |
| • Ministro, Consejero | Ministra, Consejera |
| • Juez | Jueza |
| • Doctor | Doctora |
| • Las limpiadoras | El personal de la limpieza |

RECOMENDACIONES PARA HACER UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE



15. ALGUNAS REGLAS PARA LA FORMACIÓN DE FEMENINOS

- Los nombres que **acaban en "o", admiten "a"**.
Ejemplo: **Autónomo/Autónoma**
- Los nombres que **acaban en consonante, añaden una "a"**.
Ejemplo: **Concejal/Concejala**
- En general, los nombres que **acaban en "e" no cambian**, el género lo marca el artículo.
Ejemplo: **El director gerente/ La directora gerente**
- Los nombres que **acaban en "o" no cambian**, el género lo marca el artículo.
Ejemplo: **El piloto/La piloto**
- Los nombres que **acaban en "a" no cambian**, el género lo marca el artículo.
Ejemplo: **El poeta/La poeta**

**RECOMENDACIONES PARA HACER
UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE**