

todo y todos

Manual del lenguaje
Integrador no sexista





Es comprensible que, después de décadas hablando, estudiando, escuchando... en masculino, tengamos el oído y el cerebro tan hecho a la *invisibilización de las mujeres* que veamos como un hándicap el uso del lenguaje no sexista. Creedme cuando os digo que solamente es cuestión de costumbre. Tenemos un lenguaje rico, mal utilizado y que lo único que espera es que lo descubramos. Cuando te acostumbras a usar genéricos, a llamar a la mujer en su profesión en femenino, a incluir a todos y a todas en el lenguaje... suena mal y se lee mal que otras personas no lo hagan.

También el lenguaje puede ser usado como herramienta violenta. A través de frases malas, bromas de mal gusto y comparaciones desiguales, se fomenta la diferencia entre sexos. Ya sabemos que no somos iguales, ni hombres ni mujeres, pero tampoco somos iguales ni entre hombres ni entre mujeres. ¿O acaso defendemos el pensamiento único?



Esta debe de ser nuestra meta: conseguir que todas las personas sean nombradas y evitar la discriminación que supone para alguien que no se haga así. Y para conseguirlo, hemos de participar todos y todas, poco a poco, hasta que sea lo normal.

Lo que no se nombra no existe. Esto, trasladado al género, implica que el hecho de que las mujeres no tengan una representación simbólica en la lengua contribuye a su invisibilización. De ahí la necesidad, a fin de lograr el objetivo de la igualdad entre sexos, de hacer un uso del lenguaje que represente a las mujeres y a los hombres y que nombre sus experiencias de forma equilibrada.

Un lenguaje no sexista es aquel que no oculta, no subordina, no infravalora, no excluye.

En 1973, recién iniciada la segunda ola del feminismo, el artículo “*Language and Woman’s Place*” [“*El lenguaje y el lugar de la mujer*”] de la lingüista norteamericana Robin Lakoff aparecido en la revista *Signs*¹

planteó por primera vez una reflexión académica en torno a la relación de hombres y mujeres con el lenguaje y sus usos. En ese momento, se abrieron dos líneas de investigación que, con sus variaciones y particularidades, podemos definir como el “*enfoque de la diferencia*” y el “*enfoque de la dominación*” [Eckert y McConnell-Ginet, 2003:1]:

- **El enfoque de la diferencia** estudia los diferentes usos del lenguaje por parte de las mujeres y los hombres.

¹ El artículo se convirtió en un libro del mismo nombre publicado en 1975 por la editorial Harper and Row. Su traducción al español es de 1981.

- **El enfoque de la dominación** entiende el lenguaje como un medio más para la opresión de las mujeres.

Los estudios del sexismo en el lenguaje se enmarcaron en estos dos paradigmas hasta que la obra de Judith Butler, "*Gender Trouble*", publicada en 1990, da paso a una nueva metodología de interpretación de la categoría "género". De esta manera, el uso del lenguaje pasa a considerarse como un elemento más de los que intervienen en la construcción del género, entendido este como género performativo, es decir, basado en la adecuada "puesta en escena" de sus comportamientos socialmente asignados². Así, una vez planteadas las primeras reflexiones sobre la discriminación en el

lenguaje, comenzaron a surgir todo tipo de estudios y propuestas tendentes a su eliminación y/o corrección que, en los primeros años, se desarrollaron sobre todo en el mundo anglosajón, para ir después ampliándose a otros países y otras lenguas³.

En España las actuaciones encaminadas a la eliminación o corrección de los usos sexistas de la lengua estuvieron marcadas por los acontecimientos históricos por los que atravesó el país desde mediados de la década de 1970. Dichos acontecimientos afectaron también a todo el desarrollo de los estudios de género y a la implantación de las primeras medidas y políticas de igualdad, que no verían la luz hasta mediados de la década de 1980 con el primer

2 Ver Cameron y Kulick [2003].

3 Para un recorrido por los principales trabajos sobre eliminación del sexismo en la lengua ver Pauwels [1998].

gobierno progresista desde la instauración de la democracia⁴.

También hay que señalar que no todas las teorías sobre el lenguaje sexista están de acuerdo en torno a la necesidad de desarrollar acciones modificadoras del mismo. Así, a la cuestión tradicional de si el lenguaje reproduce o produce una determinada imagen del mundo, el feminismo añadió otra disyuntiva plasmada en el debate sobre la necesidad de intervenir sobre él para modificar la desigualdad social o, por el contrario, confiar en que una fuerte acción social igualitaria acabaría consiguiendo que el lenguaje se modifique por la propia inercia del cambio. Esta dicotomía

es apuntada por la lingüista Anne Pauwels de la siguiente manera:

Quienes apoyan la postura de que “el lenguaje refleja la realidad” se inclinan menos a promover una acción lingüística ya que dudan de que un cambio en el lenguaje lleve consigo el deseado cambio social. Argumentan que las prácticas sexistas en el lenguaje son el resultado de actitudes sexistas de quienes lo usan que además viven en comunidades que no promueven un tratamiento igualitario entre mujeres y hombres. [...] [Por otro lado] la postura de que “el lenguaje refleja la realidad social” no excluye del todo la pertinencia o incluso la necesidad de implementar una acción lingüística. De hecho, un grupo importante de quienes proponen guías oficiales para un uso no sexista de la lengua suscriben este punto de

4 Para más información sobre el acceso a las primeras medidas de igualdad en España ver Viñuela [2003].

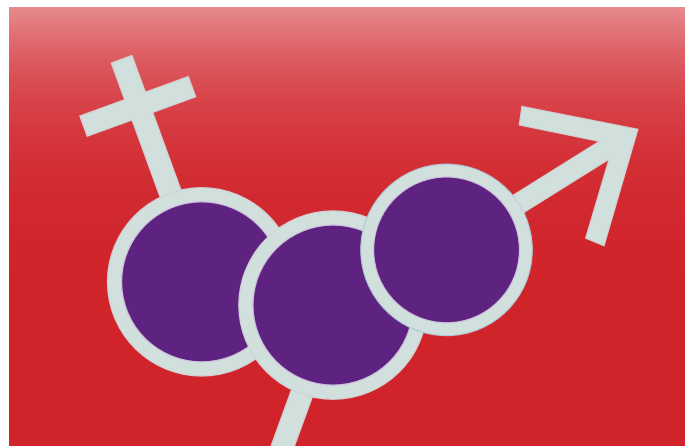
vista y, no obstante, argumentan a favor del cambio porque el cambio en la lengua va por detrás de los cambios en las prácticas sociales y culturales [1998: 84 – 85].

El caso español deshace la dicotomía claramente a favor de acciones intervencionistas sobre el lenguaje, situándose ante una línea de trabajo que se ha dado en llamar “Planificación Lingüística” [Language Planning⁵] que, de manera extensa, engloba todas aquellas “manipulaciones” culturales que se han ejercido sobre las lenguas a través de los siglos en forma de codificaciones, regulaciones, normalizaciones, oficializaciones y un sinnúmero de actos que tienen a los lenguajes como protagonistas.

La propia Pauwels planteó la aplicación

⁵ Para más información sobre la Planificación Lingüística [LP] ver Cooper [1989].

de la planificación lingüística a las acciones llevadas a cabo por colectivos feministas, grupos de emancipación de las mujeres, instituciones privadas y públicas, etc. para favorecer un uso inclusivo de la lengua, desarrollando así una epistemología denominada “*reforma feminista de la lengua*”, “*reforma no sexista de la lengua*” o “*planificación feminista de la lengua*” [1998: 9] y que consta de cinco fases: “detección del problema o diagnóstico, planificación, implementación, evaluación y retroalimentación” [Pauwels, 1998: 7].



Entendemos por lenguaje sexista el uso exclusivo de uno de los dos géneros [en general el masculino] para referirse a ambos, excluyendo al otro [aunque sea, como en la mayoría de casos, involuntaria dicha exclusión]. Creemos que el sexismo lingüístico es más amplio que la simple cuestión de género gramatical, y por tanto diríamos que

“es todo aquel que excluye, invisibiliza y menosprecia a las mujeres”.

Los entes reguladores de las lenguas justifican el uso de dicho masculino por el principio de “economía lingüística”, dado que relacionan un lenguaje no sexista con las dobles formas [p.e. ciudadanas y ciudada-

nos, que por “economía lingüística” se usa sólo el masculino], lo cual es un falso tópico. Las dobles formas son, de hecho, el recurso menos recomendado en esta guía.

Así, podemos poner algunos ejemplos que nos ayuden a desmontar tópicos comúnmente admitidos que tratan de infravalorar el uso no sexista de la lengua:

- **Genera inflación de palabras:** Es decir, atenta contra el principio de economía del lenguaje. Es el motivo principal aducido por las academias de la lengua.
- **Genera impersonalización:** Algunas soluciones que se van a proponer, como el uso

de términos genéricos o impersonales, pueden suponer para muchas personas una despersonalización. Cuando se usa '*ciudadanía*' en vez de '*ciudadanos*', hay quien tiene la sensación de perder trato personal. De hecho, la clase política es ávida en el uso de dobles formas precisamente por este motivo. En cualquier caso, dicha percepción es estrictamente cultural, y es posible cambiarla. Además, el uso no sexista del lenguaje invita a crear a menudo nuevos conceptos con las palabras que pueden hacerlo más bello y atractivo.

- **No es necesario si no hay mala intención:**

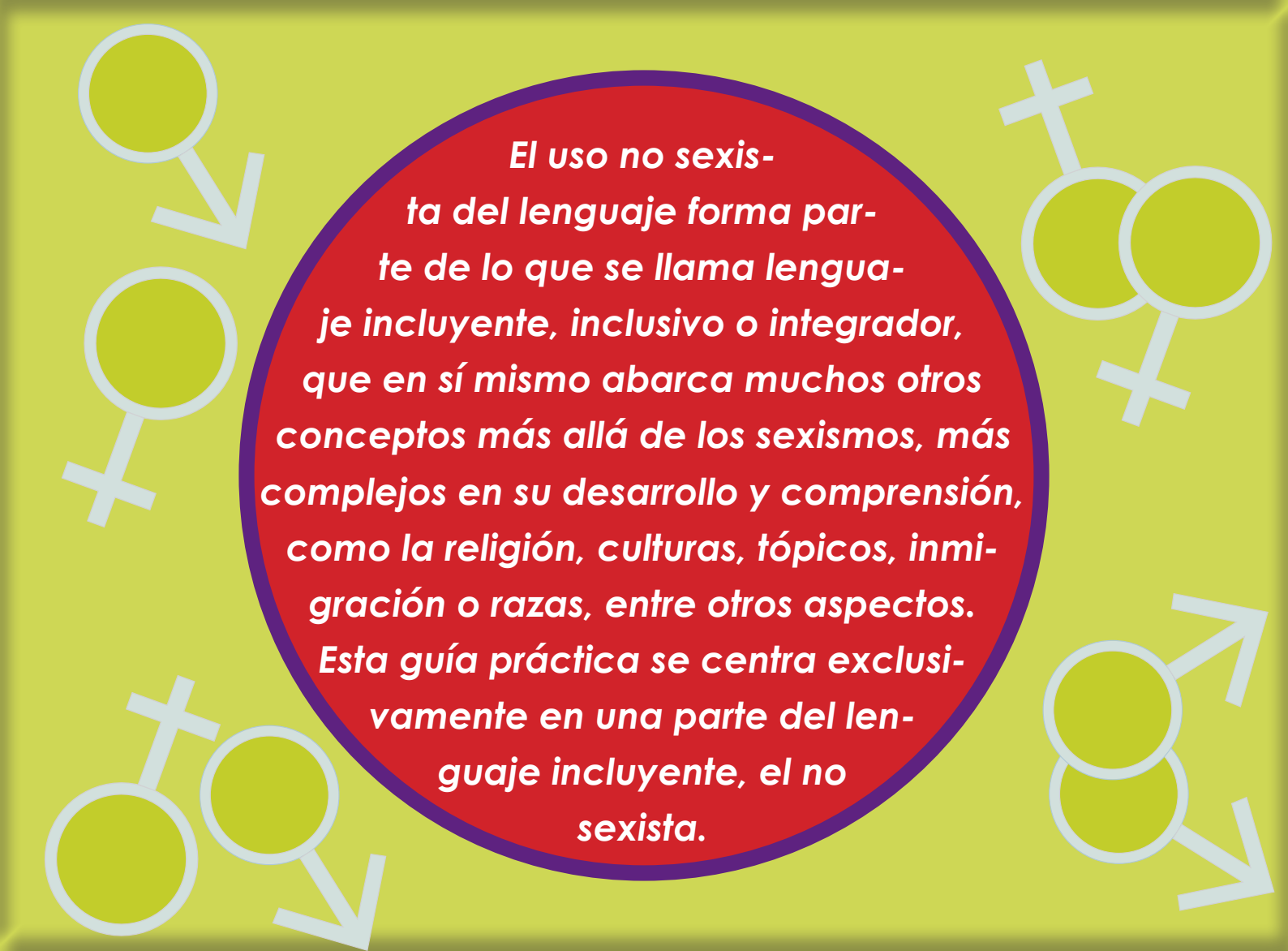
Es difícil encontrar situaciones en las que realmente haya mala intención, simplemente es pereza, insensibilidad o desconocimiento. Además, limitar el uso no sexista para evitar situaciones con '*mala intención*' es totalmente subjetivo.

- **Coarta y limita la riqueza del lenguaje:**

Dado que a menudo es necesario dejar de usar ciertos términos o conceptos, y dado que a menudo el conocimiento en el uso de la lengua es limitado por parte de la población, el uso reiterado de términos comodín como '*persona*' puede generar un sensación de pérdida de riqueza, sin embargo esto no tiene por qué ser así. En esta guía se verá cómo no tiene por qué ser así.

- **Hay cosas más importantes por las que**

luchar: Siempre habrá, ante cualquier cuestión, aspectos más importantes por los que '*luchar*'. Existen escuelas de pensamiento, como la programación neurolingüística, que se basan precisamente en cómo el lenguaje usado modela comportamientos y conductas personales y colectivas.



**El uso no sexis-
ta del lenguaje forma par-
te de lo que se llama lengua-
je incluyente, inclusivo o integrador,
que en sí mismo abarca muchos otros
conceptos más allá de los sexismos, más
complejos en su desarrollo y comprensión,
como la religión, culturas, tópicos, inmi-
gración o razas, entre otros aspectos.
Esta guía práctica se centra exclusi-
vamente en una parte del len-
guaje incluyente, el no
sexista.**

El concepto del uso sexista del lenguaje está sujeto, se diga lo que se diga, a una compleja subjetividad.

En cualquier caso no se consideran usos sexistas los siguientes:

- **La terminación en 'a' o en 'o' no debe inducir a error**, puede ser igualmente una palabra 'neutra'. Pueblo no es masculino, es neutro.

- **Un término que por definición es neutro, como 'líder', no es bajo ningún concepto un sexismo**. Por lo tanto, se valora como no pertinente la búsqueda de nuevos términos que diferencien el género masculino del

femenino, pues precisamente va en contra de la filosofía del uso no sexista del lenguaje. Se pueden clasificar los recursos en tres tipos, en función del objetivo: obtener un lenguaje neutro o común, destacar ambos géneros o evitar tópicos sexistas.

1.- Para obtener un lenguaje neutro

- **Uso de genéricos**: Existen en nuestras lenguas términos tanto masculinos como femeninos que se refieren a ambos sexos. Se prioriza su uso a las dobles formas:

Trabajadores: **Personal** / plantilla / personas

Amigos: **Amistades**

Ciudadanos: **Ciudadanía**

Director: **Dirección**

- **Uso de genéricos inventados:** Para los casos en que no exista un genérico claro, debemos ser capaces de aportar a la lengua alguno bien formado etimológicamente y, en cualquier caso, antes importa el diccionario 'social' que el 'lingüístico':

- **Uso de nombres abstractos**

Muchos invitados: Muchas personas invitadas

Los españoles: La población española / La ciudadanía española

Trabajadores: Personas trabajadoras

Políticos: Clase política

Todos sabemos: Todo el mundo sabe / De sobra es sabido

- **Pronombreización** [o uso del quien o el cual]

Los lectores de este libro: Quien lee este libro

Los que piensan que: Quienes piensan que

Los trabajadores de la empresa: Quienes trabajan en la empresa

- **Reconceptualización** [o buscar otros términos para expresar lo mismo]

Invencción de algunos autores avispados:

Invencción de algunas mentes

- **Reverbalización** [sustituir los verbos 'ser' y 'estar' por 'tener' o formas reflexivas]

Están comprometidos con la sostenibilidad:

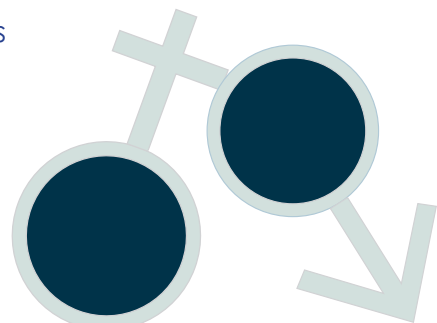
Tienen un compromiso con la sostenibilidad

Quien aporta a una ONG está obligado:

Quién realiza una aportación a una ONG se obliga

- **Desarticulación** [o eliminación del artículo en sustantivos neutros]

Fui con unos colegas profesionales: Fui con colegas profesionales



- **Evitar el uso del plural de modestia “nosotros”**

Nosotros valoramos en esta guía que: **Valoramos en esta guía**

Cuando nosotros estamos en situación de riesgo: **Cuando alguien se encuentra en situación de riesgo / Cuando una persona se encuentra en situación de riesgo / Cuando nos encontramos en situación de riesgo**

- **Coherencia en pronombres y referencias a sustantivos anteriores**

[evitar los pronombres verbales o usarlos coherentemente]
[En un texto hablando de inmigración] ... y no tratarlos como inferiores: ... **y no tratar a las gentes recién llegadas como inferiores** [o simplemente tratarlas si previamente hemos introducido 'gentes'].

Aunque las academias de la lengua no permiten el “leísmo”, proponemos usarlo por

ser claramente neutro y respetuoso: “y no tratarles como inferiores”.

- **Velar por el uso simétrico de masculinos y femeninos**

[y en general de TODO el lenguaje]

Los musulmanes versus las mujeres musulmanas: **simplemente las musulmanas**

La asimetría es precisamente el leitmotiv principal del concepto más amplio de ‘lenguaje no incluyente’. A menudo podemos leer “un hombre comete un robo” al hablar de sujetos autóctonos, y en cambio ‘un marroquí comete un robo’ cuando se trata de inmigrantes.

2.- Para destacar ambos géneros

En general los recursos que se pueden considerar más valiosos son los que consiguen

un lenguaje neutro, aunque en función de las situaciones a describir, puede resultar de interés remarcar ambos géneros. Para estos casos se dispone de las dobles formas y, en menor medida, de otros dos recursos menos formales y menos recomendables.

- **Uso de dobles formas**

Para no excluir a uno de los dos géneros [el femenino en general] y ante la inexistencia o imposibilidad estilística de usar genéricos, hay que citar ambos géneros:

En artículos y sustantivos.- Los trabajadores:
Los trabajadores y las trabajadoras o Trabajadores y trabajadoras.

Sólo en artículos.- Los periodistas: Las y los periodistas.

- **Uso de las barras**

Es un recurso a evitar, ya que existen tér-

minos genéricos y corta la lectura, pero si no existe ninguna otra posibilidad resulta de utilidad en algunos casos concretos. Por ejemplo cuando falta espacio, en una lista de cargos...: *Director/a, operario/a.*

- **Uso de la arroba [@]**

En castellano, se ha creado un cierto hábito a usar este símbolo en términos de doble género. Es un recurso informal, y para nada normativo, por lo que su uso debe limitarse a medios o momentos de lenguaje muy informal.

- **El orden importa**

Por educación. Del mismo modo que no es de educación decir “yo y mis amigos” sino que decimos “mis amigos y yo”, si soy hombre diré “mis amigas y amigos” y si soy mujer “mis amigos y amigas”.

Por criterio alfabético . También podemos decidir seguir un criterio de tipo alfabético a la hora de definir qué género va primero. De esta forma, diríamos 'El traductor o la traductora' o también 'el autor o la autora', mientras que en cambio diríamos 'las madres y los padres', 'las chicas y los chicos', 'bienvenidas y bienvenidos', etc.

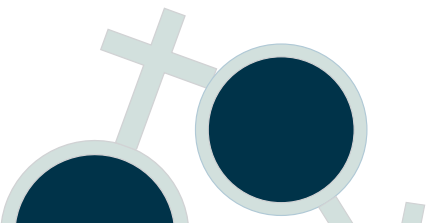
Por inclusión. Alternativamente, aunque es un recurso que puede resultar extraño a mucha gente, es también factible la alternancia a lo largo del texto del orden, remarcando así que el femenino incluye al masculino, y viceversa, incluso en frases hechas: 'hombres y mujeres asistían al concierto, unas y otros querían estar lo más cerca posible de su grupo favorito'.

3.- Tópicos y bromeo

- **Evitar tópicos:** Los tópicos, más comunes en el lenguaje oral que en el escrito, deben también ser evitados a toda costa. P.e. *Importantes líderes empresariales y elegantes empresarias*.
- **Bromeo sexista:** Ya sabemos de qué va, ¿verdad? Hagamos un esfuerzo.

4.- Otros Recursos

Existen otros recursos de carácter informático que permiten la autocorrección de los textos elaborados y elaboran una serie de correcciones y/o recomendaciones para evitar el uso de lenguaje sexista. Dos ejemplos de programas informáticos que podemos añadir en los programas de texto son: La Lupa Violeta y Nombra En Red.



Inflación de palabras

El lenguaje no sexista no tiene por qué generar inflación de palabras

Es, como comentábamos, uno de los principales motivos por los que se ridiculiza el lenguaje no sexista. Pero veamos un ejemplo extraído del nuevo reglamento de la Cámara andaluza, que precisamente intenta ser no sexista [en cualquier caso es de agradecer el intento]:

“Artículo 2. La sesión constitutiva será presidida, inicialmente, por el Diputado o Diputada electo de mayor edad de los presentes, asistido, en calidad de Secretarios, por los dos más jóvenes.”

Un texto adaptado a un uso no sexista del lenguaje podría ser el siguiente:

“Artículo 2. La sesión constitutiva será presidida, inicialmente, por la persona Diputada electa de mayor edad de entre las presentes, con la asistencia, en calidad de Secretaría, de las dos más jóvenes.”

Si contamos palabras, vemos que sólo tiene 2 palabras más, eso no es 'inflación'.



Ejemplos prácticos

Para evitar el uso discriminatorio del lenguaje

SEXISMO EN EL LENGUAJE

- **Como invisibilización de las mujeres en el lenguaje**

“Los abogados de la defensa se acercan al estrado”.

En el equipo de “abogados” hay hombres y mujeres, sin embargo nuestra imagen mental al escuchar esta expresión es que sólo lo componen hombres. Para corregir esta situación podemos utilizar recursos como el desdoblamiento o los genéricos, nombres abstractos etc.

Los abogados y abogadas de la defensa se acercan al estrado / El equipo de la defensa se acerca al estrado / La defensa se acerca al estrado.

- **Devaluación de las profesiones o expresiones según se expresen en masculino o femenino.**

Algunas personas perciben más autoridad en las profesiones en masculino.

La Real Academia de la lengua española recoge en su definición de abogado el ejemplo. “*Rosa es abogado*”, como posibilidad de utilizar el género masculino para definir la profesión de una fémia pero no al revés.

Sin embargo se utiliza siempre el género femenino para designar profesiones poco valoradas socialmente como “señora de la limpieza”.

Incluso algunos periódicos de corte progresista como “El País” continúan utilizando el masculino para la designación de profesiones de “prestigio.

La juez en lugar de la jueza

La Concejal en lugar de la Concejala

- **Diferentes referencias periodísticas o literarias o de otro tipo dependiendo del sexo.**

Comentarios en referencia a diferentes cualidades dependiendo del sexo. En el caso de la mujer suelen referirse a aspectos estéticos y en el de los hombres a aspectos intelectuales.

“La Constitución ha cumplido 18 años: si fuera un hombre podría votar y si fuera mujer se vestiría de largo”. [Miguel Ángel Rodríguez, Portavoz del gobierno, 1996]

“200 personas heridas, entre ellas 70 mujeres y niños.”

- **Duales aparentes**

Son términos que adquieren significados diferentes según el sexo al que se refieran, Casi siempre resultan peyorativos para la mujer y, por tanto, en la medida de lo posible, deben evitarse:

señorito/señorita, hombre público/mujer pública, zorro/zorra, verdulero/verdulera etc.

DIRIGIRNOS DE MANERA IGUALITARIA

- **Usar señora y señor para hacer referencia de forma general a una mujer y a un hombre, con independencia de su estado civil.**

El término señor/señora indican en cualquier caso un estatus o posición de cierto rango, sin embargo, sólo se hace la diferenciación entre una mujer casada o soltera como señora o señorita. Con lo cual se crea una asimetría que debe ser evitada.

- **En la prensa escrita aún podemos obser-**

var el tratamiento diferenciado a las personas que ejercen cargos públicos; veamos dos titulares de El País:

“La Ministra de Cultura, Carmen Calvo, presentó ayer al Consejo de Ministros el anteproyecto de Ley de la Lectura, del Libro y de las Bibliotecas. El ministro Alonso ha tomado entonces la palabra y ha sido continuamente interrumpido e increpado”.

Dicho sin diferenciaciones:

1. “La Ministra de Cultura, Calvo, presentó ayer al Consejo de Ministros el anteproyecto de Ley de la Lectura, del Libro y de las Bibliotecas. El ministro Alonso ha tomado entonces la palabra y ha sido continuamente interrumpido e increpado”.

2. “La Ministra de Cultura, Carmen Calvo, presentó ayer al Consejo de Ministros el antepro-

yecto de Ley de la Lectura, del Libro y de las Bibliotecas. El ministro José Antonio Alonso ha tomado entonces la palabra y ha sido continuamente interrumpido e increpado”.

DIRIGIRNOS A ALGUIEN SIN CONOCER SU SEXO

Aún es común en nuestra sociedad dirigir una carta o escrito a una autoridad o persona responsable de la dirección de una institución o empresa siempre en masculino. Aunque de forma más lenta de lo que sería deseable, en los últimos años las mujeres se han ido incorporando a las labores de dirección política, institucional, empresarial y social, por lo que resulta incorrecto y chocante recibir escritos dirigidos en género masculino.

A la atención del Iltr. Sr. Alcalde: **A la atención de la Alcaldía**

Sr. Presidente de la Comunidad: **Presidencia de la Comunidad**

Estimado usuario: **Estimado usuario, estimada usuaria /Estimada/o usuaria/o**

Socios del club ciclista: **Miembros del club ciclista**

El destinatario: **La persona destinataria**

Algunas personas prefieren el desdoblamiento porque es más indicativo de la diversidad y otras personas que lo consideran farragoso prefieren la utilización de abstractos como **Presidencia, Alcaldía.**

OTRAS RESOLUCIONES PARA LA UTILIZACIÓN DE UN LENGUAJE NO SEXISTA

Uso de las formas personales de los verbos y uso de pronombres.

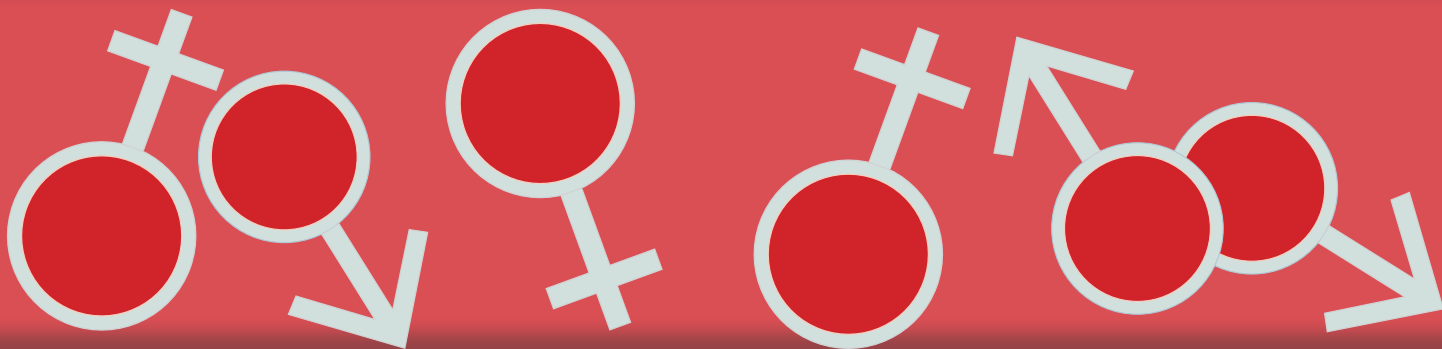
El hombre necesita respirar: **El ser humano necesita respirar**

Uno no sabe qué hacer: **No sabes qué hacer**

Los que lo sepan que lo digan: **Quienes lo sepan que lo digan**

Alguno habrá sido: **Alguien habrá sido**

Todos tenemos necesidades: **Las personas tenemos necesidades.**



Glosario

Accionistas [los]: Accionariado [el]

Aficionados y socios...: La afición, socia o no...

Americanos: Población americana, ciudadanía americana

Amigos: Amistades

Antepasados: Ascendencia

Autores: Autoría, quien firma

Cada uno: Cada cual, cada quien

Comprometidos: Tienen un compromiso, compromiso

Consumidores: Consumo, quien consume

Ciudadanos: Ciudadanía

Clientes: Clientela, quienes compran

Competidores: Competencia, empresas competidoras

Director: Dirección

Doctores: Personal médico, hospital [*"le dijeron los doctores"*: *"le dijeron en el hospital"*]

Dueño: Propiedad

Estar limpios: Pulcritud

[Vivimos] **Empeñados:** Vivimos con empeño

Empleados: Personal, plantilla, quienes trabajan

Empresarios: Empresariado

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

Expertos: Gente experta, quienes saben

Famosos: Gente famosa, gente VIP, famoseo

Indígenas: Población indígena

Invitados: Personas invitadas, asistencia

Lectores: Quienes leen, público lector, audiencia

Los que piensan que: Quienes piensan que

Los demás: El resto de la gente, otras personas

Muchos piensan: Como mucha gente sabe

Niños: Infancia, criaturas, menores

Nosotros: Diferentes a nosotros / Diferentes a cada cual. Nosotros valoramos / Yo valoro [cuando es plural de modestia] o simplemente 'valoramos' [obviar el pronombre]

Políticos: Clase política

Ponentes: Ponencias

Proveedores: Proveeduría, aprovisionamiento, empresas proveedoras o simplemente 'proveedoras' [por coherencia, pues son empresas, entidades, maquilas, fábricas, organizaciones, personas... términos femeninos todos ellos los más generales, excepto si previamente se hace referencia a términos más específicos como 'talleres']

Sí mismos: cada cual

[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

Viajeros: Quienes viajan

Voluntarios: Voluntariado

Referencias

Asociación Cultural Simone de Beauvoir. Guía para la utilización de un lenguaje no sexista. Edición noviembre 2006.

Sindicato Federal de Telefónica CGT, S^a de la Mujer. Manual del lenguaje integrador no sexista. Noviembre 2010.

www.tincluye.org.- Estudio sobre lenguaje y contenido sexista en la web.

todas todas

Manual del lenguaje
Integrador no sexista

