

4

PUBLICACIONES  
ERDU  
ARGITALPENAK

## Guía

para el fomento de usos  
no sexistas en la lengua  
castellana dirigida a  
asociaciones

Gaztelaniaz erabilera ez  
sexistak sustatzeko

**Gida**  
elkarteentzat



Agencia para las Asociaciones y el Voluntariado  
Elkarre eta Boluntariotzako Agentzia



Ayuntamiento  
de Vitoria-Gasteiz  
Vitoria-Gasteizko  
Udala



# Demos

la palabra a la

# igualdad



Eman  
hitza  
berdintasuna<sub>ri</sub>

**Edita:** Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz.

**Autor:** FARAPI S.L. para ERDU, Agencia para las Asociaciones y el Voluntariado.

**Colaboran:** Diputación Foral de Álava y Obra Social de Caja Vita Kutxa.

**Ilustraciones:** ERDU.

**Diseño y maquetación:** ERDU.

**Imprime:** Imprenta Sacal.

**Depósito Legal:** VI-72/08



<b>1</b>	Introducción .....	5
<b>2</b>	¿Por qué debemos ser conscientes del lenguaje? .....	7
<b>3</b>	¿De qué hablamos cuando decimos que el uso del lenguaje es androcéntrico y sexista? .....	9
<b>4</b>	¿Cuándo hacemos un uso sexista de la comunicación? .....	11
<b>5</b>	¿Por qué es importante reflexionar sobre el uso del género gramatical masculino como genérico? .....	13
<b>6</b>	¿Cómo generamos formas más incluyentes? .....	15
<b>7</b>	¿Qué opciones tenemos para hablar de mujeres y hombres? .....	17
<b>8</b>	Bibliografía para consultas • webgrafía • Fuentes institucionales .....	27
<b>9</b>	Glosario práctico .....	31





# 1 introducción

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

La utilización sexista de la lengua castellana y la discriminación que ello supone fundamentalmente para las mujeres es una cuestión que toda organización debe superar. La Agencia Erdu, consciente de las dificultades que ese reto entraña, quiere, con esta guía, proporcionar elementos de reflexión y de ayuda a las asociaciones para modificar usos discriminatorios inconscientes del lenguaje y, así, potenciar el cambio de una realidad todavía desigual de mujeres y hombres. Destacamos la colaboración mantenida con el Servicio de Igualdad del Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz en la elaboración de esta guía.

Esta guía se ha centrado sólo en una de las lenguas oficiales de la Comunidad Autónoma del País Vasco, el castellano. A este respecto quisiéramos señalar dos ideas. Por un lado, sería necesario un estudio específico para tratar el sexismo existente en el uso del euskara, dado que sería claramente impropio una traducción literal del contenido de esta guía. Por otro lado, se debe prestar atención a las traducciones del castellano al euskara porque muchas veces se transfiere el uso sexista de una lengua a la otra.<sup>2</sup>

Por tanto, cualquier esfuerzo que se haga en este sentido, por irrelevante o artificial que parezca, será

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

deseable tanto para impulsar la igualdad entre mujeres y hombres, como para poder reflejar en el lenguaje los cambios que se están dando con respecto a la posición de unas y otros en nuestra sociedad. En definitiva, esperamos que el contenido de esta guía sirva para mostrar que la búsqueda de usos no sexistas del lenguaje no es una moda pasajera, sino que se trata de visualizar, incluir, respetar y reconocer lo que tanto las mujeres como los hombres han aportado y aportan a nuestra sociedad.

La guía se ha estructurado en dos partes. En la primera, se exponen algunos aspectos del castellano para la reflexión y concienciación con respecto a la importancia de evitar usos discriminatorios del lenguaje. En la segunda parte, se exponen los mecanismos que la lengua castellana dispone para evitar y erradicar tales usos.

- ❶ Un ejemplo puede ser la guía editada por Emakunde para el euskara: "Hizkuntza, hitzak baino zeozer gehiago. Hizkuntzaren erabilera ez-sexistarako proposamenak".
- ❷ Ejemplos: "padres" (refiriéndose a padres y madres) a veces se traduce por "aitak", cuando lo correcto sería "gurasoak"/ "abogados" (refiriéndose a mujeres y hombres) a veces se traduce por "legegizonak", cuando lo correcto sería "abokatua".

# sarrera

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Gaztelaniaren erabilera sexista eta horrek, nagusiki emakumeen kasuan, suposatzen duen bazterketa, erakunde orok gainditu behar duen gaia da. Erdu Agentziak, erronka horrek dituen zailtasunez jabetuta, elkartei gogoeta egiteko eta laguntzeko elementuak eskaini nahi dizkie gida honen bitartez, hala, hizkuntzaren erabilera baztertzaille inkontzienteak aldatzeko eta gizonen eta emakumeen errealitate desorekatuaren aldaketa sustatzeko. Gida hau egiteko Vitoria-Gasteizko Udaleko Berdintasunerako Zerbitzuarekin izandako lankidetzaz azpimarratu nahi dugu.

Gida honetan Euskal Autonomia Erkidegoko hizkuntza ofizial bat landu dugu, gaztelania, hain zuzen ere. Horrekin lotuta bi ideia adierazi nahi ditugu. Alde batetik, euskararen erabilera<sup>1</sup> sexismoaren gaia lantzeko azterketa berezia egin beharko litzateke, ez bailuke inolako zentzurik izango gida honen edukia erabiltzeko. Bestalde, gaztelaniatik

euskarara egiten diren itzulpenak ere kontuan izan behar dira, askotan erabilera sexista hizkuntza batetik bestera igarotzen baita.<sup>2</sup>

Elkarteok, erakunde publikoak garen heinean, jabetu beharra dugu lotura estua dagoela hizkuntzaren erabileraren eta emakumeek gure gizartean betetzen duten tokiaren artean. Beraz, bide horretan egindako edozein ahalegin, garrantzi gutxiak edo artifiziala iruditzen arren, egokia izango da, bai emakumeen eta gizonen arteko berdintasuna sustatzeko, bai hizkuntzan islatzeko gure gizartean gai honekin lotuta gertatzen ari diren jarrera aldaketak.

Azken batean, gida honen edukia erabiltzeko bidez, hizkuntzaren erabilera ez sexisten bilaketa behin-behineko moda ez dela erakutsi nahi dugu, eta emakumeek nahiz gizonen gure gizartean egiten dituzten ekarpenak kontuan hartzeko, txertatzeko, errespetatzeko eta aitortzeko bidea eman nahi dugu.

Gida bi zatitan egituratu da. Lehenengo zatian gaztelaniaren hainbat alderdi azaltzen dira, hizkuntzaren erabilera baztertzailleak saihesteko duen garrantziari buruz gogoeta egiteko eta kontzientzia hartzeko. Bigarren zatian, gaztelaniak erabilera horiek saihesteko eta baztertzeko dituen baliabideak azaltzen dira.

<sup>1</sup> Euskararen kasurako Emakundeek argitaratutako gida izan daiteke horren adibide bat: "Hizkuntza, hitzak baino zeozter gehiago. Hizkuntzaren erabilera ez-sexistarako proposamenak".

<sup>2</sup> Adibideak: "padres" ("padres" eta "madres" adierazteko) itzultzeko balzuetan "aitak" forma erabiltzen da, forma egokia "gurasoak" izango litzatekeen arren / "abogados" (emakumeak eta gizonen arteko adierazteko) itzultzeko balzuetan "legegizonak" erabiltzen da, forma egokia "abokatuak" izango litzatekeen arren.

debemos ser **conscientes** del lenguaje?Eman hitza  
BERDINTASUNARIDemos la palabra a  
LA IGUALDAD

*"Quien tiene la capacidad de nombrar, es quien puede decir el mundo, quien puede nombrar la realidad y crear realidad; y esta capacidad ha sido atribuida," en las sociedades patriarcales, a lo masculino.*

Ana Vargas Martínez<sup>©</sup>

**Todas las asociaciones**, a través de las actividades y manifestaciones públicas, sean del tipo que sean (notas de prensa, folletos, cartas, carteles, actos, intervenciones públicas en asambleas, charlas, talleres, ponencias, exposiciones, campañas publicitarias, eslóganes...), **conforman la realidad percibida de las personas asociadas y de la población a la que dirigimos los mensajes.**

Ante esto, las asociaciones debemos asumir la parte de responsabilidad que nos corresponde y actuar en consecuencia, con el objetivo de evitar un lenguaje que difunda y promueva ideas, modelos y valores sexistas.

© VARGAS MARTÍNEZ, Ana. (1999). La diferencia sexual y su presentación en el Diccionario de la Lengua Española, en un exhaustivo trabajo sobre el DRAE, Lo femenino y lo masculino en el Diccionario de la Lengua Española, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Madrid

- La lengua (la gramática, el vocabulario) no es neutral, sino una creación humana y cultural.

- Es un producto social e histórico que influye en nuestra percepción de la realidad, en nuestro pensamiento y, por tanto, en nuestra conducta.

- Es un instrumento que no sólo transmite una forma determinada de ver el mundo, sino que también contribuye a la construcción de la realidad.

- Nuestro lenguaje es dinámico, vivo y, como tal, podemos hacer que evolucione a través del uso que hacemos de él bien al hablar, al escribir, o bien al mostrar imágenes; en definitiva, al comunicarnos.

Es decir, el lenguaje utilizado por una asociación colabora a construir la realidad, la identidad personal y social de la población, y, así también, solidifica y legitima sus usos.



Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

→ *Pensar antes de comunicar y así se adoptará un uso más inclusivo y valorativo de las mujeres en el lenguaje.*

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

El lenguaje limita y estructura el pensamiento o el imaginario colectivo que condiciona, al fin y al cabo, la forma de pensar, sentir y actuar de una sociedad y de cada persona.

Por lo tanto, las asociaciones también tenemos un poder de cambio y una capacidad de influencia que debemos utilizar en pro de la igualdad en el ámbito público en el que nos situemos. Debemos analizar los usos sexistas de nuestra lengua, ser conscientes de su influencia (la ignorancia y exclusión de las mujeres durante siglos, así como la división de roles, valores, comportamientos, actitudes... entre mujeres y hombres) y evitarlos porque es imprescindible y, además, reparador, para avanzar hacia la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.

En definitiva, pensar antes de comunicar y así adoptar un uso más inclusivo y valorativo de las mujeres en el lenguaje nos llevará a una transformación en nuestro pensamiento, nuestras actitudes y acciones.



**PENSAR  
ANTES DE COMUNICAR**



hablamos cuando decimos que el uso del lenguaje es **androcéntrico** y **sexista**?

Eman hitza  
BERDINTASUNARI

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

*Hombre. (Del lat. Homo -inis.) m.  
Ser animado racional, varón o mujer.*

*Mujer. (del lat. mulier, eris). f.  
Persona del sexo femenino.*

DRAE (Diccionario de la Lengua Española)<sup>3</sup>

La forma de expresarse y comunicar muestra una manera de ver e interpretar el mundo, que siempre está sesgada por diferentes condicionantes sociales como pueden ser la edad, el sexo, la etnia, la religión, la procedencia geográfica, la época en la que nacemos, etc.

Las personas, seamos mujeres u hombres, al adquirir y usar el castellano, asumimos también

la visión del mundo propia de la sociedad, la cultura y el momento histórico en el que nos socializamos y vivimos que, en este caso, se caracteriza por ser sexista y androcéntrica.

Mujeres y hombres nos comunicamos de una manera sexista, ya sea por escrito u oral y audiovisualmente, cuando hacemos una asignación diferente de roles, valores, actitudes, etc. para mujeres y para hombres, exclusivamente en función de su sexo, además de desvalorizar los que se asignan a las mujeres por considerarlas inferiores a los hombres.

<sup>3</sup> Debemos tener en cuenta que el diccionario prescribe y normaliza el uso de la lengua, y que la institución que lo redacta, la Real Academia de la Lengua Española, posee el poder de legitimar, definir y juzgar.

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Por otra parte, haremos un uso androcéntrico del lenguaje cuando consideramos a los hombres como sujetos de referencia, de acción, y a las mujeres invisibilizadas o subordinadas a ellos.

Es decir, consideramos a los hombres el centro y la medida de las cosas, siendo ellos los sujetos de referencia, lo general y lo universal, y ellas, consecuentemente, seres dependientes, subordinados, limitados o invisibilizados.

Esto supone que asumimos una visión del mundo y de las relaciones sociales centrada en el punto de vista masculino.

La utilización discriminatoria del lenguaje influye en las oportunidades que brinda una persona a otra, un colectivo a otro; afecta a la relación entre ambos y, en muchas ocasiones, resta oportunidades.

Por lo tanto, es fácil comprender que **el uso sexista y androcéntrico del lenguaje** que excluye a las mujeres, dificulta su identificación y/o las asocia a valoraciones peyorativas, **impone barreras arbitrarias e injustas al desarrollo personal y colectivo de estas.**

hacemos un uso **sexista** de la comunicación?

Eman hitza  
BERDINTASUNARI

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

Decimos que los modos sexistas (incluidas las formas androcristas) en el uso del lenguaje son todas aquellas expresiones de la lengua y la comunicación humana que invisibilizan o representan a las mujeres como personas subordinadas o, incluso, las humillan y estereotipan.

**\* TRATAMOS DE DIFERENTE FORMA A CADA UNO DE LOS SEXOS: MINIMIZAMOS O SUBORDINAMOS A LAS MUJERES.**

Un ejemplo claro son **LOS DUALES APARENTES**, términos que adquieren significados diferentes según el sexo al que se refieran, como ocurre con:

**“señorito”/“señorita”;**<sup>5</sup>  
**“gobernante”/“gobernanta”;**<sup>6</sup>  
**“secretario”/“secretaria”...**

Casi siempre, el término femenino designa un nivel inferior al correspondiente masculino, o resulta peyorativo para la mujer.

En este sentido, es frecuente ver **LA ASIMETRÍA** a la hora de describir un grupo y las personas que lo componen en frases como estas:

“El equipo de dinamizadores está compuesto **por dos hombres y tres chicas**”.

“La junta la componían **tres señores y dos señoritas**”.

“Asistieron al acto **la Thatcher y Mitterand**”.

Es una forma de minimizar a las mujeres que podemos evitar fácilmente.

- Ⓜ El término masculino “señorito” se refiere al amo con respecto a los criados, o al joven acomodado y ocioso, mientras que “señorita” es un tratamiento de cortesía con que se llama a la mujer en determinadas profesiones (maestras, dependientas, etc.). Nunca llamaríamos a un maestro o un dependiente “señorito”.
- Ⓜ Gobernanta. f. Mujer que en los grandes hoteles tiene a su cargo el servicio de un piso en lo tocante a la limpieza de habitaciones, conservación del mobiliario, alfombras y demás enseres. // 2. Encargada de la administración de una casa o institución. Gobernante. (Del ant. part. act. de gobernar). adj. Que gobierna. U. m. c. s. com. // 2. m. coloq. Hombre que se mete a gobernar algo.

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

**\* RESALTAMOS DIFERENTES CUALIDADES PARA MUJERES Y PARA HOMBRES.**

En el caso de las primeras, esas cualidades están relacionadas con la estética, la emotividad, la debilidad; en el caso de ellos, con lo intelectual, lo racional, la capacidad de trabajo, etc. Esto es frecuente sobre todo en las ponencias, pero también cuando se describen imágenes bien de prensa escrita (pies de fotos) o audiovisuales.

**\* SE USA EL GÉNERO GRAMATICAL FEMENINO PARA DESCALIFICAR O ALUDIR PEYORATIVAMENTE A LAS MUJERES,** o a los valores, comportamientos y actitudes que se asignan a ellas.

*“Llora como una mujer lo que no has sabido defender como un hombre”.*

Para comprobar que el sexismo lingüístico existe, basta con aplicar la regla de inversión. Advertiremos que en ese contexto el vocablo utilizado no se corresponde con uno en masculino.

Veamos un ejemplo:

**A la inauguración podrán acudir los de la junta directiva de las asociaciones acompañados de sus mujeres.**

Veamos el cambio que se produce al decir:

**A la inauguración podrán acudir las de la junta directiva de las asociaciones acompañadas de sus hombres.**

En este caso, para eludir cualquier ambigüedad o confusión, se podría expresar de la siguiente manera:

**A la inauguración podrán acudir las personas de la junta directiva acompañadas de sus cónyuges.**

**A la inauguración podrán acudir las personas miembros de la junta directiva acompañadas de sus cónyuges.**

## es importante reflexionar sobre el uso del género gramatical masculino como genérico?

Eman hitza  
BERDINTASUNARI

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

La regla gramatical del uso sistemático del género gramatical masculino, ya sea en singular o en plural, es una utilización androcéntrica de la lengua. De esta forma, cuando nos referimos a mujeres y hombres, no siempre conseguimos su plena representación; es más, en muchas ocasiones se crean mensajes confusos y ambiguos y se oculta la presencia de las mujeres.

Como hemos mencionado anteriormente, la gramática es un producto humano y, por lo tanto, modificable.

Es una idea fundamental a tener en cuenta cuando comprobamos los efectos que tiene el uso del género gramatical masculino como genérico en términos sexuados (es decir, la utilización sistemática del masculino aunque los sustantivos, los adjetivos, etc. tengan su femenino correspondiente cuando nos referimos a mujeres y hombres). He aquí algunas de las consecuencias de esta regla gramatical:

● *Impregna nuestro imaginario de tal modo que cualquier masculino (presuntamente universal) crea en nuestra mente imágenes masculinas.*

● *Genera confusión, ambigüedad y carece de exactitud en los plurales, porque no se sabe si se trata de un grupo mixto, masculino o, incluso, de que solo una de las personas sea varón o ninguna.*

● *Considera irrelevante la presencia y participación de las mujeres y el protagonismo de ellas.*

● *Jerarquiza los sexos, pues no acepta como válida la inversión de la regla por la cual un colectivo mixto podría nombrarse en femenino.*

● *Sustituye la experiencia femenina por la masculina.*

● *Obstaculiza la identificación de las mujeres y el reconocimiento de sus experiencias como colectivas.*

● *Sobrealora a los hombres, ya que presenta a estos como únicos sujetos de acción y de referencia, y a las mujeres como dependientes o subordinadas.*

→ Es una práctica habitual en los materiales que creamos o utilizamos el emplear un lenguaje que abusa, del género gramatical masculino.

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Esta es una práctica habitual en los materiales que creamos o utilizamos las asociaciones. Comúnmente, empleamos un lenguaje que abusa del género gramatical masculino sin plantearse otros recursos de los que la lengua dispone.

De igual manera sucede con las imágenes de los folletos, manuales y otro tipo de material divulgativo. Y es que son pocas las personas que han reflexionado sobre este tema. Y, además, para aquellas que son conscientes de su importancia, supone un esfuerzo añadido al, a veces, arduo trabajo de comunicar.

No es de extrañar, por lo tanto, que quienes intentemos introducir una perspectiva de género en la comunicación escrita u oral en las asociaciones encontremos, muchas veces, resistencia o se ridiculice su empeño. Es más, pese a que son un gran número las mujeres que están en el ámbito asociativo y del voluntariado, no se ha logrado el reconocimiento y el respeto total de estas en el lenguaje.

❖ A la tendencia inmovilista de la mayoría de hablantes, se añade los argumentos de algunos y algunas lingüistas que consideran fuera de lugar cambios correctores en este sentido.

## JUNTA DIRECTIVA



# 6 ¿CÓMO

## generamos formas más incluyentes?

Eman hitza  
BERDINTASUNARI

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

Como hemos reiterado en varias ocasiones, el lenguaje (escrito, hablado, visual) cambia y se renueva influido por los cambios sociales. Por tanto, recurriremos a todas las estrategias imaginativas y lingüísticas que, sin dejar de ser correctas, den un tratamiento equitativo a los dos sexos, con el objeto de evitar toda posible confusión, ambigüedad o la no visualización.

Por un lado, la lengua española dispone de suficientes recursos para evitar el androcentrismo y el sexismo lingüísticos –como más adelante iremos viendo en las propuestas de cambio-. Por otro lado, las asociaciones, como entidades públicas que somos, debemos utilizarla no sólo para reflejar una igualdad que se está alcanzando, sino para contribuir a ella.

En este sentido, nuestra labor en las asociaciones resulta fundamental para esa sensibilización y concienciación.

Recogemos algunas de las líneas generales del siguiente trabajo, que nos permiten incluir a las mujeres de una manera más igualitaria en el discurso oral y escrito, así como en el visual:<sup>⑤</sup>

● *Garantizar que la comunicación que se emita se corresponda con el Principio de Igualdad de mujeres y hombres.*

● *Hacer visibles a las mujeres por medio de todos los mecanismos que ofrece la lengua, y evitar la utilización del género gramatical masculino como genérico.*

● *Representar tanto a mujeres como a hombres en toda su diversidad: diferentes edades, niveles socioculturales, estéticas, procedencias geográficas y étnicas, con discapacidad, etc*

● *Evitar los estereotipos asociados a lo que se considera feminidad y masculinidad, y mostrar las capacidades humanas sin atribuirles a un solo sexo...*

⑤ Las recomendaciones relacionadas con el uso de imágenes han sido tomadas de la GUÍA PARA LA CREACIÓN DE UNA COMUNICACIÓN EN IGUALDAD realizada por Miren López Loizaga y Garbiñe Mendizábal. (2005). CEDEMI.

→ Nuestra labor en las asociaciones resulta fundamental para esa sensibilización y concienciación.

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

● Emplear fórmulas de tratamiento y de cortesía que sean simétricas, evitando las que inciden en un estado de dependencia con respeto al varón.

● Usar las profesiones también en femenino para hacer visible su existencia en el mundo público y/o laboral y reconocer su participación y protagonismo.

● Insertar en los folletos, discursos, memorias, etc. información sobre las mujeres: opiniones, necesidades, datos sobre su presencia.

● Asegurar el equilibrio en la aparición de hombres y mujeres en los testimonios escritos o hablados, así como en las representaciones visuales.

● Dirigir los mensajes por igual a mujeres y hombres, especialmente aquellos relacionados con actividades, programas o servicios enfocados tradicionalmente a uno u otro sexo.

## EVITEMOS

EL ANDROCENTRISMO Y  
EL SEXISMO LINGÜÍSTICO



## opciones tenemos para hablar de mujeres y hombres?

Eman hitza  
BERDINTASUNARI

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

*A continuación, exponemos mecanismos incluyentes más concretos que nos ofrece el castellano. Todas estas recomendaciones no son posibles en todos los contextos, pero se trata de optar por la más adecuada, sin modificar el contenido de lo que se quiere transmitir y visualizar a las mujeres en la comunicación oral y escrita.*

### **\* EVITAREMOS EL USO DEL TÉRMINO “HOMBRE” PARA REFERIRNOS A “SER HUMANO”**

En la definición que los diccionarios dan del término “hombre”, constatamos la idea de que lo masculino representa lo general, lo universal, pues lo aplica a todo el género humano, es decir, comprende también a las mujeres. Como consecuencia, las mujeres resultan una excepción o una particularidad de la humanidad. Por tanto, debemos evitar el uso de “hombre” y “hombres” con un sentido universal, pues:

- No dejamos claro cuándo englobamos a las mujeres y cuándo no.

- Destacamos el protagonismo de ellos y ocultamos el de las mujeres en todos los ámbitos de la actividad humana.
- No seguimos las recomendaciones específicas de la ONU o UNESCO respecto al uso de este término.<sup>9</sup>

En consecuencia, utilizaremos la palabra “hombre” solo cuando atañe al sexo masculino, es decir, cuando se pueda sustituir por varón. Para englobar a los dos sexos es preferible emplear términos genéricos (“persona”, “individuo”, “miembro”), colectivos (“humanidad”, “gente”), otras expresiones (“ser humano”, “género humano” “especie humana”) o los desdoblamientos (“mujeres y hombres” u “hombres y mujeres”).

<sup>9</sup> Véase la sección 1 en la página 9 de esta publicación: UNESCO.(1991). *Guidelines on non-sexist language. (Recomendaciones para un uso no sexista del lenguaje).* Servicio de Lenguas y Documentos de UNESCO. París.

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

*La actuación de los hombres guarda relación directa con el deterioro del Planeta.*

*La actuación de los seres humanos guarda relación directa con el deterioro del Planeta.*

*La actuación de la especie humana guarda relación directa con el deterioro del Planeta.*

*Los estudios sobre el hombre, la Tierra de hombres.*

*Los estudios sobre el ser humano, la Tierra de los seres humanos o de la humanidad.*

### **\* EVITAREMOS EL USO SISTEMÁTICO DEL GÉNERO GRAMATICAL MASCULINO**

**1.** Nos referiremos a categorías o grupos humanos por sustantivos colectivos no marcados por el género ("personal", "personas", "colectivo", "comunidad", "grupo", "gente", "población",

"pueblo", "equipo", "conjunto de", "mundo", "la profesión", "clase", "autoridades", "cuerpo profesional") modificados, si es necesario, por otro sustantivo, adjetivo o una frase preposicional.

*Los socios de la "Unión Artesana" están descontentos con las últimas decisiones de los técnicos del Ayuntamiento.*

*La asociación "Unión Artesana" está descontenta con las últimas decisiones del personal técnico del Ayuntamiento.*

*Los funcionarios de este departamento tienen derecho a usar gratuitamente este coche.*

*El funcionario de este departamento tiene derecho a usar gratuitamente este coche.*

*Los guardias municipales se han manifestado en contra de las nuevas medidas de tráfico.*

*La policía municipal se ha manifestado en contra de las nuevas medidas de tráfico.*

*Los asistentes al acto eligieron y premiaron el trabajo de los cooperantes de Araba.*

*El público asistente al acto eligió y premió el trabajo de la cooperación de Araba.*

**2.** Utilizaremos preferentemente sustantivos abstractos que, con independencia de que sean femeninos o masculinos, hacen referencia tanto a mujeres como a hombres.

*Padres, profesores y alumnos han participado en la recaudación de fondos para las asociaciones.*

*Familias, profesorado y alumnado han participado en la recaudación de fondos para las asociaciones.*

*Día Universal del Niño*

*Día Universal de la Infancia*

*Será el presidente de la Asociación Española de Esclerosis Múltiple.*

*Ocupará la presidencia de la Asociación Española de Esclerosis Múltiple.*

*Los investigadores médicos han descubierto un nuevo tratamiento para los enfermos de parálisis cerebral.*

*La investigación médica ha descubierto un nuevo tratamiento para la parálisis cerebral.*

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

**3.** En determinadas circunstancias, podemos aludir al cargo, profesión o titulación que se posee y no a la persona que lo desempeña.

*De la organización han formado parte el director y los subdirectores.*

*La dirección y la subdirección han formado parte de la organización.*

*Los candidatos a presidente y vicepresidente eran Miren Urrutia y Jon Ortiz.*

*Miren Urrutia y Jon Ortiz presentaron su candidatura a la presidencia y vicepresidencia respectivamente.*

*Estos solicitantes serán excluidos.*

*Estas solicitudes serán excluidas.*

*Acudieron a consultar a un abogado de lo laboral.*

*Acudieron a consultar a un bufete laboralista.*

**4.** Sustituiremos los gentilicios por el lugar de origen o un colectivo seguido del gentilicio.

*Los peruanos*

*El pueblo peruano*

*La población peruana*

*La gente de Perú/ el colectivo peruano*

*Peruanas y peruanos*

*Las peruanas y los peruanos*

*Los peruanos y las peruanas*

*Los asistentes a la inauguración, alabes en su mayoría, aplaudieron.*

*Las y los asistentes a la inauguración, naturales de Álava en su mayoría, aplaudieron.*

*El público asistente, proveniente de Álava en su mayoría, aplaudió.*

**5.** Usaremos desdoblamiento de términos, y alternaremos el orden de presentación para no dar sistemáticamente prioridad al masculino sobre el femenino, o al revés.<sup>®</sup>

*Según han denunciado muchos expertos, dichos enfermos no están incluidos en el programa y no serán beneficiarios de las ayudas.*

*Según han denunciado multitud de especialistas, estas personas enfermas no figuran en el programa y no podrán beneficiarse de las ayudas.*

*Según ha denunciado gran cantidad de especialistas, tales enfermas y enfermos no figuran en el programa y no podrán beneficiarse de las ayudas.*

*Los refugiados ruandeses serán acogidos por la organización Medicus Mundi.*

*La organización Medicus Mundi acogerá a los refugiados y (las) refugiadas de Ruanda.*

<sup>®</sup> La duplicidad femenino / masculino es una de las recomendaciones más controvertidas y criticadas, tanto por quienes usan la lengua, como, sobre todo, por lingüistas, porque pareciera no adecuarse al principio de economía que tanta predominancia ha tenido en la evolución de las lenguas. Sin embargo, siguiendo las recomendaciones de las guías editadas por diferentes organismos especializados en Políticas de Igualdad de mujeres y hombres, se deben utilizar los dos géneros gramaticales sin temor a que sea una repetición, "ya que del mismo modo que decir 'rosa' y 'margarita' no es una repetición, por más que ambas sean flores", hay algunas palabras en masculino que no incluyen ni representan a las mujeres. "Son realidades diferentes y como tales deben ser nombradas"(1998:20). "El lenguaje, más que palabras. Propuestas para un uso no sexista del lenguaje". Emakunde.

*El niño huérfano es la prioridad del programa.*

*El niño huérfano o la niña huérfana son la prioridad del programa.*

*La niña o el niño huérfano son la prioridad del programa.*

- 6.** Para evitar un número excesivo de desdoblamientos, recurriremos a aposiciones<sup>1</sup> explicativas u otro tipo de complementación que clarifique si el masculino está utilizado de modo genérico o no.

*Están capacitados para atender a todos los representantes de las asociaciones.*

*Son capaces de atender a la totalidad de representantes de las asociaciones.*

*Los presidentes de las asociaciones de Vitoria se reunieron con el alcalde de la ciudad.*

*Los presidentes de las asociaciones de Vitoria, mujeres y hombres, se reunieron con el alcalde de la ciudad.*

<sup>1</sup> Aposición. f. Gram. Construcción en la que un sustantivo o un grupo nominal sigue inmediatamente, con autonomía tonal, a otro elemento de esta misma clase para explicar algo relativo a él. // 2. Gram. Construcción de dos elementos nominales unidos, el segundo de los cuales especifica al primero.

*El objetivo de la formación es proporcionar a los asociados unas pautas básicas en el autocuidado.*

*El objetivo de la formación es proporcionar a los asociados, de uno y otro sexo, unas pautas básicas en el autocuidado.*

- 7.** Sustituiremos los sustantivos con artículo determinante por sustantivos de una sola terminación para ambos sexos, como ocurre con "solicitante", "contribuyente", "representante", "profesional", "estudiante", "joven", "titular", "progenitor", etc.

*Podrán aportar su ayuda los profesionales con experiencia.*

*Podrán aportar su ayuda profesionales con experiencia.*

*El titular de la cuenta / Los titulares de la cuenta.*

*Titular de la cuenta / Titulares de la cuenta.*

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

8. Usaremos determinantes sin marca de género gramatical como, por ejemplo, “**cada**” junto a sustantivos de una sola terminación.

*Todos los alumnos deben matricularse antes de septiembre.*

*Cada estudiante debe matricularse antes de septiembre.*

*Todos los representantes dispondrán de un voto en la elección.*

*Cada representante dispondrá de un voto en la elección.*

*Se hará saber individualmente a todos los participantes.*

*Se hará saber individualmente a cada participante.*

9. Sustituiremos el uso del relativo “**que**” precedido de un artículo masculino, tanto en singular como en plural, por el relativo “quien/quienes”.

*El que suscribe...*

*Quien suscribe...*

*La persona que suscribe...*

*Los que tengan el carné de socio podrán pasar.*

*Quienes tengan el carné de la asociación podrán pasar.*

*Las personas que tengan el carné de la asociación podrán pasar.*

10. Utilizaremos el genérico “**persona**” o desdoblaremos los términos en aquellas frases que se construyen con los indefinidos cuantitativos “**uno/s**”, “**todo/s**” y “**alguno/s**” que pueden resultar ambiguas con respecto al género.

*Es difícil que uno se acostumbre a las incomodidades de un campamento de refugiados.*

*Es difícil que una persona se acostumbre a las incomodidades de un campamento para la población refugiada.*

 *Todos sufrimos*  
*Las personas sufrimos/ Todos y todas sufrimos*

 *¿Alguno desea intervenir?*  
*¿Alguna persona desea intervenir?*

**11.** Prescindiremos de la referencia directa al sujeto recurriendo al “**se**” impersonal.

 *El presidente de la asociación decidirá quién es el secretario.*

 *La presidencia de la asociación decidirá quién se ocupa de la secretaría.*

 *Cuando el usuario solicite la devolución de la fianza, deberá aportar la fotocopia del DNI.*

 *Cuando se solicite la devolución de la fianza, se deberá aportar la fotocopia del DNI.*

**12.** Omitiremos la referencia directa al sexo del sujeto utilizando el verbo. Esto será posible sobre todo en textos que recogen normas, recomendaciones, etc.

 *Si el socio decide abandonar la asociación, debe advertirlo a la junta directiva.*

 *Si decide abandonar la asociación, debe advertirlo a la junta directiva.*

 *Cuando el usuario haya terminado, debe entregarlo en el mostrador.*

 *Cuando termine, debe entregarlo en el mostrador.*

**13.** Emplearemos infinitivos o gerundios de interpretación genérica.

 *Es necesario que el socio acuda a las asambleas.*

 *Es necesario acudir a las asambleas.*

 *Cuando el socio lea los estatutos, debe firmar al final del documento.*

 *Al leer los estatutos, debe firmar al final del documento.*

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

**14.** Utilizaremos los dobles mediante barras; es un recurso válido en el caso de documentos del tipo de (formularios, fichas de inscripción, impresos de solicitud...) por cuestiones de falta de espacio. Sin embargo, no es recomendable en otro tipo de texto porque resulta difícil de leer.

**D./Dña. ; Socia/o ; Hijo/a**

**Queda obligada/o a dejar la sala a partir de las 20:00 h.**

**Se comunica a los/las socios/as cuantas ocasiones lo requieran.**

**15.** Combinaremos varias posibilidades para elaborar discursos variados, precisos y sin sesgos, que mantengan la fluidez en la comunicación.

**Los cooperantes alaveses reflexionan sobre la realidad de los africanos.**

**Personas del ámbito de la cooperación de Álava reflexionan sobre la realidad de la población africana (realidad africana, de los africanos y las africanas...).**

✳ **EVITAREMOS LAS DISIMETRÍAS EN EL DISCURSO ESCRITO U ORAL, es decir, el tratamiento desigual para mujeres y hombres, pues dan lugar a estos fenómenos.**

**1.** Si utilizamos el masculino plural, se puede interpretar que es un masculino genérico, aunque la frase se refiera sólo a los varones.

**Los alaveses consumen una cantidad excesiva de alcohol; las mujeres de tabaco.**

**Los varones alaveses consumen una cantidad excesiva de alcohol; las mujeres de tabaco.**

**La mayoría de los jóvenes de la asociación no estaban motivados, y serán las chicas las que participen en los encuentros nacionales de voluntarios.**

**La mayoría de los jóvenes varones de la asociación no están motivados, y serán las jóvenes las que participen en los encuentros nacionales de voluntariado.**

**La mayoría de los chicos de la asociación no están motivados, y serán las chicas las que participen en los encuentros nacionales de voluntariado.**

**2.** Tenemos que evitar nombrar a las mujeres por su condición sexual mientras que los hombres son nombrados por su posición social, para

que la condición sexuada de las mujeres no se convierta en su principal identidad, sustituyendo a su estatus social o profesional.

*Se presentaron a concurso tres candidatos y dos mujeres.*

*Se presentaron a concurso tres candidatos y dos candidatas.*

*Se presentaron a concurso dos candidatas y tres candidatos.*

*En la misma jornada fueron homenajeados los socios y sus mujeres.*

*En la misma jornada se homenajeó a las personas asociadas y sus cónyuges.*

*Las mujeres socias que asistieron a la junta no estuvieron de acuerdo.*

*Las socias que asistieron a la junta no estuvieron de acuerdo.*

Debemos ser coherentes y mantener la solución de cambio que adoptemos sistemáticamente a lo largo de todo el texto. Si no lo hacemos, favorecemos la ambigüedad y la confusión.

*Los padres y madres expusieron los problemas que tienen sus hijas e hijos discapacitados en la escuela. (...) Todos los padres estaban de acuerdo en que sus hijos merecían mejores condiciones.*

*Las familias expusieron los problemas que tenían sus hijos e hijas con discapacidad en la escuela. (...) Todas las familias estuvieron de acuerdo en que sus hijas e hijos merecían mejores condiciones.*

*Las madres y padres expusieron los problemas que tenían sus hijos e hijas con discapacidad (...) Todas las familias estuvieron de acuerdo en que sus hijas e hijos merecían mejores condiciones.*

*Nacimiento hijo/a del socio*

*Nacimiento hijo/a del socio/a*

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

*Una hermandad de hombres y mujeres que son cónyuges, parientes o amigos íntimos de los alcohólicos.*

*Una hermandad de hombres y mujeres que son cónyuges, parientes o amistades íntimas de las personas con problemas de alcoholismo.*

En el caso de **los oficios, profesiones, titulaciones y cargos de responsabilidad, cuando son mujeres las que los ocupen**, deberemos actuar, por un lado, de manera que se pueda visualizar **y, por otro, de manera que podamos superar** la ausencia en algunos casos de nombres para denominar estos en femenino:

- Feminizaremos y masculinizaremos los términos, manteniendo inalterados los sustantivos de una sola terminación. Para ello, recomendamos el glosario de profesiones de varias guías ya publicadas<sup>1)</sup>

- Evitaremos, en lo posible, el uso del masculino genérico para no suscitar ambigüedades, recurriendo, cuando se pueda, a los elementos anteriormente comentados.

- Evitaremos nombrar exclusivamente en femenino a un colectivo profesional compuesto mayoritariamente por mujeres porque nos impide imaginarnos a hombres en esas profesiones.

*Abogado del Estado*

*Abogada del Estado*

*Médico*

*Médica*

*Las amas de casa*

*Los amos y amas de casa*

*Las enfermeras*

*Enfermeros y enfermeras*

*Personal de enfermería*

<sup>1)</sup> Dos buenos ejemplos son los glosarios de profesiones que aparecen en LLEDÓ CUNILL, Eulàlia. (2006) Las profesiones de la A a la Z. Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Madrid. BENGOCHEA, Mercedes, 2003: Guía para la revisión del lenguaje desde la perspectiva de Género. Proyecto Parekatuz. Diputación Foral de Bizkaia, y en MEDINA GUERRA, Antonia M. (coord.); AYALA CASTRO Marta Concepción; GUERRERO SALAZAR, Susana, 2002: Manual de lenguaje administrativo no sexista. Asociación de estudios históricos sobre la Mujer, de la Universidad de Málaga y Ayuntamiento de Málaga.

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

» **ALARIO, C.... [et al.]NOMBRA. (1995).** *En femenino y en masculino. La representación del femenino y el masculino en el lenguaje.* Instituto de la Mujer e Instituto Andaluz de la Mujer. Madrid y Sevilla.

» **BENGOECHEA, Mercedes. (2003).** *Guía para la revisión del lenguaje desde la perspectiva de Género. Proyecto Parekatuz.* Diputación Foral de Bizkaia.

» **BENGOECHEA, Mercedes; CALERO VAQUERA, María Luisa. (2003).** *Lengua y discurso sexista. Guía de estilo 1.* Dirección General de la Mujer e Igualdad de Oportunidades. Junta de Castilla y León.

» **EMAKUNDE/Instituto Vasco de la Mujer. (2003).** *Las mujeres y el lenguaje.* Nº 52, iraila. Vitoria-Gasteiz.

» **EMAKUNDE/Instituto Vasco de la Mujer. (1998).** *El lenguaje, más que palabras. Propuestas para un uso no sexista del lenguaje.* Vitoria-Gasteiz.

» **FEDERACIÓN DE MUJERES PROGRESISTAS. (2000).** *Guía de lenguaje. Programa FMP "Lenguaje sexista, Género e Igualdad" del Instituto de la mujer Madrid.*

» **INSTITUTO DE LA MUJER. (1989).** *Propuestas para evitar el sexismo en el lenguaje.* Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto de la Mujer. Madrid.

» **INSTITUTO DE LA MUJER.** *Las profesiones no tienen sexo. (Cuadernos de educación no sexista, nº 2).* Madrid.

» **INSTITUTO DE LA MUJER Y MINISTERIO PARA LAS ADMINISTRACIONES PÚBLICAS. (1993).** *Uso no sexista del lenguaje administrativo.* Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Madrid.

» **INSTITUTO DE LA MUJER. (2006)** *nombra.en.red* Ministerio de Asuntos sociales. Madrid.

» **LÓPEZ DÍEZ, Pilar. (2003).** *Utilización no sexista de la imagen en acciones de Marketing y Publicidad.* Proyecto Parekatuz. Diputación Foral de Bizkaia. **LLEDO CUNILL, Eulàlia. (2006)** *Las profesiones de la A a la Z.* Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Madrid.

» **MEDINA GUERRA, Antonia M. (coord.); AYALA CASTRO, Marta Concepción; GUERRERO SALAZAR, Susana. (2002).** *Manual de lenguaje administrativo no sexista.* Asociación de estudios históricos sobre la Mujer de la Universidad de Málaga y Ayuntamiento de Málaga. Málaga.

» **MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA (1988).** *Recomendaciones para el uso no sexista de la lengua.* MEC. Madrid.

» **AYUNTAMIENTO DE ALCOBENDAS.** *Mira de quién hablas: propuestas didácticas para una comunicación no sexista.* (1997). Alcobendas. Madrid.

# Webgrafía

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

» **RODRÍGUEZ HEVIA, Gloria. (2004).** Alternativas y soluciones no sexistas al lenguaje administrativo del Principado de Asturias. Instituto Asturiano de la mujer. Oviedo.

» **UNESCO. (1991).** Guidelines on non-sexist language. (Recomendaciones para un uso no sexista del lenguaje). Servicio de Lenguas y Documentos de UNESCO. París.

» **UNIDAD DE IGUALDAD DE GÉNERO del Gobierno de Cantabria. (2005).** Sugerencias para evitar el Sexismo en el lenguaje administrativo. Gobierno de Cantabria. Santander.

» **VARGAS, Ana; LLEDÓ, Eulalia; BENGOCHEA, Mercedes; MEDIAVILLA, Mercedes; RUBIO, Isabel; MARCO, Aurora; ALARIO, Carmen. (1999).** Lo femenino y lo masculino en el Diccionario de la Lengua de la Real Academia Española. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Madrid.

## WEBGRAFÍA

[www.ayto-malaga.es/pdf/Manual\\_no\\_sexista.pdf](http://www.ayto-malaga.es/pdf/Manual_no_sexista.pdf)

[www.balmaseda.net/balmanet/Mujer/mujer\\_lengua.htm](http://www.balmaseda.net/balmanet/Mujer/mujer_lengua.htm)

[www.bizkaia.net/ahaldun\\_nagusia/ca\\_igual.htm](http://www.bizkaia.net/ahaldun_nagusia/ca_igual.htm)

[www.e-leuis.net](http://www.e-leuis.net)

[www.elcastellano.org/nosex.html](http://www.elcastellano.org/nosex.html)

[www.emakunde.es/images/upload/lenguaje\\_c.pdf](http://www.emakunde.es/images/upload/lenguaje_c.pdf)

[www.emakunde.es/images/upload/lenguaje\\_e.pdf](http://www.emakunde.es/images/upload/lenguaje_e.pdf)

[www.fmujeresprogresistas.org/lenguaje\\_sexista.htm](http://www.fmujeresprogresistas.org/lenguaje_sexista.htm)

[www.fundacionmujeres.es](http://www.fundacionmujeres.es)

[www.getxo.net/cas/vivir/servsoc/dicciona.htm](http://www.getxo.net/cas/vivir/servsoc/dicciona.htm)

[www.ilo.org/public/spanish/region/ampro/cinterfor/temas/gender/fo\\_mujer/cosrica/gen\\_en.htm](http://www.ilo.org/public/spanish/region/ampro/cinterfor/temas/gender/fo_mujer/cosrica/gen_en.htm)

[www.nodo50.org/mujeresred/lenguaje.html](http://www.nodo50.org/mujeresred/lenguaje.html)

[www.portugalete.org/MANUAL\\_LENGUAJE.htm](http://www.portugalete.org/MANUAL_LENGUAJE.htm)

[www.sprachlabor.fu-berlin.de/adieu](http://www.sprachlabor.fu-berlin.de/adieu)

## Fuentes Institucionales

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

\* **I PLAN MUNICIPAL DE ACCIÓN POSITIVA PARA LAS MUJERES EN EL MUNICIPIO DE VITORIA-GASTEIZ.** (1999-2003).

\* **I PLAN FORAL para la igualdad de oportunidades entre MUJERES Y HOMBRES EN ÁLAVA,** dirigido a toda la población del Territorio Histórico (1999-2000).

\* **I, II, III, IV PLAN DE ACCIÓN POSITIVA para las mujeres en la Comunidad Autónoma de Euskadi,** en cuyo cumplimiento está implicada toda la Administración Vasca. Establece que el uso sexista del lenguaje excluye de la realidad a las mujeres, conformando por ello, comunicaciones incompletas, parciales y discriminatorias.

\* **I, II, III, IV PLAN PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES ENTRE MUJERES Y HOMBRES,** del Instituto de la Mujer/ Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

\* **INSTRUCCIÓN DEL LEHENDAKARI** dirigida a toda la Administración vasca para erradicar el uso sexista del lenguaje y de las imágenes, de 18 de marzo de 1994.

\* **Real Decreto 733/1995, de 5 de mayo,** sobre expedición de títulos académicos y profesionales correspondientes a las enseñanzas establecidas por la Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo (BOE nº 131, de 2 de junio de 1995)

\* **LEY 4/2005, de 18 de febrero, PARA LA IGUALDAD DE MUJERES Y HOMBRES** (BOPV, de 2 de marzo de 2005).

\* **LEY ORGÁNICA 3/2007, de 22 de marzo, PARA LA IGUALDAD EFECTIVA DE MUJERES Y HOMBRES** (BOE n. 71 de 23 de marzo de 2007)

\* **Creación de La Comisión NOMBRA desde el Ministerio de Asuntos sociales** para trabajar creando modelos de referencia y recomendaciones generales de utilización de las formas del femenino y del masculino (1995).

## Fuentes Institucionales

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

### UNIÓN EUROPEA

\* **RECOMENDACIÓN N° R(90)4 del Comité de Ministros del Consejo de Europa a los Estados Miembros** sobre la eliminación del sexismo en el lenguaje, de 21 febrero 1990.

\* **RESOLUCIÓN del Parlamento europeo del 14 de Octubre de 1987** solicitando a las agencias de publicidad la eliminación de las prácticas y métodos publicitarios que atentan contra la dignidad de las mujeres.

\* **I, II, III, IV, y V PROGRAMA DE ACCIÓN COMUNITARIO para la Igualdad de Oportunidades de Mujeres y Hombres de la Comisión Europea.**

### ÁMBITO INTERNACIONAL

#### UNESCO:

\* **RESOLUCIÓN 14.1.** Aprobada por la Conferencia General de la UNESCO en su 24a reunión, apartado 1) párrafo 2). 1987.

\* **RESOLUCIÓN 109 aprobada por la Conferencia General de la UNESCO en su 25a reunión, párrafo 3).**1989.

#### ONU:

\* **CONVENCIÓN de las Naciones Unidas en 1979** para la eliminación de todas las formas de discriminación sobre la mujer.

\* **IV CONFERENCIA MUNDIAL de las mujeres en Beijing** donde se establece que el objetivo de la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres es una cuestión fundamental para el logro del desarrollo, el avance social y la consolidación de la estabilidad y la democracia en todas las sociedades (1995).

Demos la palabra a  
**LA IGUALDAD**

*Todas estas recomendaciones no son posibles en todos los contextos, pero se trata de optar por la más adecuada, sin cambiar lo que se quiere transmitir y visualizando a las mujeres en la comunicación oral o escrita.*

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Abogados (los)	Bufete Despacho Abogacía
Acreedor	La parte acreedora
Agredidos (los)	Las víctimas
Administrativos (los)	El personal administrativo Los administrativos y las administrativas Las administrativas y administrativos Administración
Adolescentes (los)	Adolescencia Los y las adolescentes Las y los adolescentes Adolescentes

Adultos (los)	Las adultas y adultos Las adultas y los adultos La personas adultas La población adulta Mayores de edad (venta de tickets, etc.)
Afectados de (los)	Colectivo afectado. Población afectada. Personas afectadas.
Aficionados al deporte (los)	Colectivo aficionado al deporte Personas aficionadas al deporte
Alcaldes (los)	Alcaldías Las alcaldesas y los alcaldes
Alcohólicos (los)	Alcoholismo Los alcohólicos y las alcohólicas Personas alcohólicas Población alcohólica Alcohólicos/as

# Glosario

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Alumnos (los)	Alumnado Estudiantes(sin determinante) El/la alumno/a La clase Las y los estudiantes Los y las participantes en el curso
Amas de casa	Amos y amas de casa Amas y amos de casa Las amas y los amos de casa
Ambos	Uno y otra Una y otro Tanto una como otro Tanto el uno como la otra Él y ella Ella y él
Amigos (los)	Amistades Los amigos y las amigas Las amigas y los amigos

Ancianos (los)	Las ancianas y los ancianos Personas ancianas Personas de edad Personas mayores Vejez
Aquel que	La persona que Quien Quienquiera que
Aquellos	Tales Quienes Quienquiera
Aquellos que	Las personas que Quienes Quienesquiera que
Artesanos (los)	Las artesanas y los artesanos El colectivo artesano Quienes se dedican a la artesanía
Asalariados (los)	Las asalariadas y asalariados Los asalariados y las asalariadas Quienes perciben un salario
Asociados (los)	Los asociados y las asociadas
Atletas (los)	Atletismo Los y las atletas

# Glosario

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Autores (los)	Autoría Las autoras y los autores
Auxiliares (los)	Los y las auxiliares
Barba (por)	Por persona Por cabeza
Becarios (los)	Las becarias y los becarios Personas becadas Personas con beca Quienes han conseguido la beca
Becarios (número de)	Número de becarias/os Número de becarias y becarios
Cabezas de familia (los)	Los titulares de familia Las y los cabezas de familia La o el cabeza de familia
Cada uno	Cada cual

Candidatos (los)	Candidaturas Quienes optan a... Quienes han presentado su candidatura Las candidatas y los candidatos
Ciudadanos (los)	Ciudadanía Ciudadanos y ciudadanas Las ciudadanas y los ciudadanos El conjunto de la sociedad Quienes residen en ...
Clientes (los)	Cliencia Clientes (sin determinante)
Colaboradores (los)	Las colaboradoras y los colaboradores Colaboración
Componentes (los)	Los y las componentes Quien(es) componen
Coordinadores (los)	Las coordinadoras y los coordinadores Coordinación
Consumidores (los)	Las consumidoras y los consumidores Quienes consumen

# Glosario

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Cuántos	Cuánta gente Cuántas personas El número de gente La cifra de personas
Del mismo/ de los mismos	Su /sus
Delegados (los)	Las delegadas y los delegados Delegación / delegaciones
Demandados (los)	Las personas demandadas La parte demandada
Demandantes (los)	Quienes demanden o demandan La parte demandante
Demás (los)	Las demás personas Las y los demás La gente El resto de la gente

Cada uno	Cada cual
Candidatos (los)	Candidaturas Quienes optan a... Quienes han presentado su candidatura Las candidatas y los candidatos
Ciudadanos (los)	Ciudadanía Ciudadanos y ciudadanas Las ciudadanas y los ciudadanos El conjunto de la sociedad Quienes residen en ...
Clientes (los)	Cientela Clientes (sin determinante)
Colaboradores (los)	Las colaboradoras y los colaboradores Colaboración
Componentes (los)	Los y las componentes Quien(es) componen
Coordinadores (los)	Las coordinadoras y los coordinadores Coordinación
Consumidores (los)	Las consumidoras y los consumidores Quienes consumen

# Glosario

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Del mismo/de los mismos	Su /sus
Delegados (los)	Los delegados y las delegadas Delegación/delegaciones
Demandados (los)	Las personas demandadas La parte demandada
Demandantes (los)	Quienes demanden o demandan La parte demandante
Demás (los)	Las demás personas Las y los demás La gente El resto de la gente
Derechos del Hombre	Derechos Humanos
Desempleados (los)	Personas desempleadas Personas en situación de desempleo Personas en paro Desempleados y desempleadas Las desempleadas y desempleados Personas demandantes de empleo

Desempleados (número de)	Índice de desempleo Tasa de desempleo
Desplazados (los)	Las desplazadas y los desplazados Población desplazada Personas desplazadas
Destinatario(s) (el, los)	A quienes se dirige Destinatarios/as Los destinatarios y las destinatarias Público al que está dirigido Público objetivo Colectivo diana Se dirige a La destinataria o destinatario La persona destinataria
Diputados (los)	La Cámara baja El Parlamento El Congreso Los diputados y las diputadas

# Glosario

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Director(es) (el, los)	Dirección Directoras y directores El equipo directivo El director o la directora
Dirigentes (los)	La clase dirigente Los y las dirigentes
Diseñadores (los)	Diseñadoras y diseñadores Equipo que diseña Personas que diseñan Quiénes diseñan
Discapacitados (los)	Personas con discapacidad Diversidad funcional
El	Cada Cualquier
El cual	Quién Que
Electores (los)	Electorado Censo electoral Los electores y las electoras

El que	Quien Que La persona que Quienquiera que
Emigrantes (los)	Los y las emigrantes La población emigrante Emigración
Empleadas/os de hogar	Servicio doméstico Empleo doméstico
Empleadores (los)	Quiénes emplean Las empleadoras y los empleadores
Empleados (los)	Personal Plantilla
Empresarios (los)	Empresariado Empresarias y empresarios Las empresarias y empresarios La clase empresarial La patronal El mundo empresarial
Enfermeras (las)	Personal de enfermería Los enfermeros y las enfermeras

# Glosario

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Enfermos (los)	Las enfermas y los enfermos Personas enfermas Población enferma Personas o población con la enfermedad de... Enfermedad
Entrevistadores (los)	Las personas que entrevistan Quienes entrevistan Las entrevistadoras y entrevistadores
Estimado(s)	Estimada/o Estimados/as
Estimado(s) señor(es)	Estimada señora o Estimado señor (como corresponda, si se sabe) Estimadas señoras y señores Estimados señores y señoras Estimadas/os señoras/es
Espectadores (los)	Público asistente Público que asiste a

Esposa /esposo	La cónyuge El cónyuge
Estudiantes (los)	Estudiantes Las y los estudiantes Los y las estudiantes Alumnado
Excluidos sociales	Excluidas y excluidos sociales Personas que son excluidas socialmente Población excluida social Personas en riesgo o situación de exclusión social
Funcionarios (los)	Funcionario Personal funcionario
Habitantes (los)	Los y las habitantes Quienes habitan La población
Hijos (los)	Prole Descendencia Hijos e hijas Las hijas e hijos

# Glosario

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Hombres (los)	Personas Seres humanos Humanidad Género humano Especie humana Gente Público Mujeres y hombres Hombres y mujeres
Hombres de la calle	Ciudadanía Gente de la calle Personas de a pié
Inmigrantes (los)	La población inmigrante Las personas inmigrantes Las y los inmigrantes La inmigración
Interesado(s) (el, los)	Las personas interesadas El/la interesado/a Las/los interesadas/os La parte interesada

Intermediario (el)	La parte intermediaria La persona intermediaria El/la intermediario/a
Jefes (los)	Jefatura Los jefes y jefas
Joven (el) Jóvenes (los)	Juventud Gente joven Colectivo juvenil La o el joven Las y los jóvenes Personas jóvenes Jóvenes
Empleados (los)	Personal Plantilla
Empresarios (los)	Empresariado Empresarias y empresarios Las empresarias y empresarios La clase empresarial La patronal El mundo empresarial
Enfermeras (las)	Personal de enfermería Los enfermeros y las enfermeras

# Glosario

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Jueces (los)	Judicatura Jueces y juezas Las y los jueces
Le, les	A él y ella / a ellos y ellas
Lectores (los)	El público lector Las lectoras y los lectores
Limpiadoras (las)	Personal de limpieza
Licenciados (los)	Licenciadas y licenciados Las licenciadas y los licenciados Las personas licenciadas Las personas con licenciatura Quienes se licencian
Lo	Él y ella
Los (pronombre)	Él y ella Ella y él
Los (artículo)	Cada Cualquier
Los cuales	Quiénes Que

Los que	Las personas que Quiénes Que Quienesquiera que
Maestras (las)	Las maestras y los maestros Los maestros y maestras
Marginados (los)	Colectivos marginados Clases marginadas Personas marginadas
Mayores (los)	Las y los mayores Las personas mayores
Médicos (los)	Gabinete médico Personal médico Las médicas y los médicos
Miembros (los)	Las personas miembros Las y los miembros Los y las miembros

# Glosario

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Muchos	Multitud de Infinidad de Infinitud de Gran cantidad de Un gran número de Una gran parte de Un buen número de
Mujeres y niños	Mujeres adultas y población infantil
Mujeres, niños y ancianos	Adultas, población infantil y anciana
Nacido en	Natural de
Niños (los)	Infancia Niñez Chiquillería Criaturas Descendencia Niños y niñas Las niñas y los niños Niño o niña

Notarios (los)	Las notarías y los notarios Notaría
Oyentes (los)	Audiencia Público oyente Quienes escuchan
Padres (los)	Padres y madres Madres y padres Progenitores Ascendientes Ascendencia
Participantes (los)	Quienes participan Los y las participantes
Pocos	Una minoría de
Políticos (los)	La clase política Los estamentos políticos
Presidentes (los)	Presidencia Las presidentas y los presidentes
Productores (los)	Producción Quienes producen La empresa productora

# Glosario

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Profesionales (los)	Las y los profesionales Profesionales El personal experto El equipo profesional La profesión
Profesores (los)	Profesorado Enseñantes Las y los enseñantes Las profesoras y los profesores
Profesores, padres y alumnos	La comunidad educativa (y familiar) La comunidad escolar (y familiar)
Psicólogos (los)	Gabinete de psicología Psicología Las psicólogas y los psicólogos Equipo psicológico
Receptores (los)	Recepción Quienes reciben
Redactores (los)	Redacción Quienes redactan Los redactores y las redactoras

Representados (los)	Las representadas y los representados Representados/as La parte representada
Representantes (los)	Las y los representantes Representantes Representación Quienes representen
Reunidos (los)	Las personas reunidas Las personas asistentes Las personas presentes Asistencia
Secretarias (las)	Personal administrativo Trabajo administrativo Secretariado Secretaría
Socios (los)	Los socios y las socias Personas asociadas Personas socias
Solicitantes (los)	Solicitudes Quienes soliciten Quien haya solicitado Los y las solicitantes

# Glosario

Eman hitza  
**BERDINTASUNARI**

Quando se refiere a mujeres y hombres	<b>SE RECOMIENDA</b>
<b>SI SE QUIERE EVITAR</b>	
Técnicos (los)	Las técnicas y los técnicos Personal técnico Personas con perfil técnico Equipo técnico
Todos	Todo el mundo Todas las personas Todas y todos Ellas y ellos Ellos y ellas La totalidad
Trabajadores (los)	El personal Los recursos humanos El colectivo trabajador La plantilla El equipo humano Trabajadoras y trabajadores Personas en actividad laboral Personas que trabajan Mano de obra Quienes trabajan

Usuarios (los)	Usuarios y usuarias Personas que utilizan Quienes usan Quienes hacen uso de Personas usuarias Las usuarias y usuarios
Varios	Un grupo de Un conjunto de Gran variedad de Una variedad de Bastantes Suficientes
Vecinos (los)	Vecindario Vecindad Vecinas y vecinos
Vicepresidentes (los)	Las vicepresidentas y los vicepresidentes Vicepresidencia
Voluntarios (los)	Las voluntarias y los voluntarios Voluntariado