



# MANUAL PARA EL USO DEL LENGUAJE INCLUSIVO Y NO SEXISTA

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA  
CALIFORNIA SUR**

Coordinación para la Igualdad de Género



# ÍNDICE

• Presentación: Sobre este manual	3
• Introducción: El poder de las palabras	5
• Comencemos...	7
• Tratamiento de las diversidades humanas y comunidades en discriminación	8
• Comunidades en situación de discriminación	9
• Palabras sin género	11
• Quien y quienes	12
• Artículos y determinantes	13
• Pronombres	14
• Genéricos y neutros reales	15
• Sustantivos colectivos	16
• Formas que favorecen el lenguaje inclusivo	17
• Usos dobles y otras formas inclusivas	19
• Alternativas	20
• Concordancia en títulos, puestos y profesiones	23
• Simetría	24
• Otras consideraciones	30
• Bibliografía	31



# PRESENTACIÓN

3

## SOBRE ESTE MANUAL

La Universidad Autónoma de Baja California Sur a través de la Coordinación para Igualdad de Género, pone a disposición de la comunidad universitaria el **Manual para el Uso del Lenguaje Inclusivo y no Sexista** con la finalidad de establecer criterios mínimos para erradicar el uso sexista de la lengua en la expresión oral y escrita en nuestra institución, tanto en el ámbito académico como administrativo. Este es el primer esfuerzo realizado desde la UABCS para avanzar hacia el uso adecuado del lenguaje en la elaboración de la documentalía institucional.

El proceso de transformación de un lenguaje excluyente, sexista y discriminatorio por uno inclusivo y no sexista requiere del desarrollo de alternativas concretas y viables de cambio como las que ofrecemos en este manual. Elaborado con un enfoque didáctico permitirá facilitar el uso correcto de la lengua en nuestra comunidad. Se trata de una herramienta clara y sencilla que servirá de base para la realización de nuestras prácticas escritas y orales, que al transformarse, eliminarán de documentos, oficios, informes, circulares, convocatorias, carteles, materiales didácticos y mensajes, expresiones sexistas y discriminatorias. Con ello, habremos dado un paso fundamental para la institucionalización del lenguaje inclusivo que sin duda alguna, contribuirá a la igualdad de género.



# PRESENTACIÓN

4

## SOBRE ESTE MANUAL

Este manual se inscribe en el **Eje Estratégico 4. Gestión y Evaluación Institucional del Programa de Planeación y Desarrollo Institucional 2019-2023 de la UABCS**, que entre sus objetivos pretende "...lograr la transversalización de la perspectiva de género en la Universidad en favor de la construcción de una cultura de cambio de las formas de pensamiento y acción social para favorecer la igualdad entre mujeres y hombres".

En paralelo, forma parte de la **Estrategia 2 del Plan de Trabajo de la Coordinación para la Igualdad de Género, 2020-2023** que contempla la participación de la comunidad universitaria en la transformación y la creación de una cultura libre de violencias de género, con la finalidad promover la participación estudiantil, personal docente y administrativo de la UABCS y sus extensiones, en el diseño de acciones vinculadas a la transformación y eliminación de los estereotipos sexistas y de la cero tolerancia social hacia las violencias de género, tal y como se desprende de la siguiente línea de acción: "Establecer mecanismos para el diseño y desarrollo de programas de cambio social en la UABCS como medidas de prevención de la violencias de géneros en el ámbito universitario, eliminación de estereotipos de género y el uso de lenguaje inclusivo."

Finalmente, ponemos a su disposición esta valiosa herramienta y les conminamos a incorporar el lenguaje inclusivo y no sexista en la vida cotidiana de la academia y la administración universitaria.

Coordinación para la Igualdad de Género de la UABCS, octubre 2021.



# INTRODUCCIÓN

5

Un punto de partida en la reflexión sobre el lenguaje inclusivo nos remite al poder del lenguaje y el papel determinante de la comunicación en la construcción de nuestras realidades y nuestros propios pensamientos. El español es nuestra herramienta para organizar, entender y crear cosmovisiones; es con la palabra la manera en que construimos conocimiento y significados y, con esta misma, los eliminamos. Cuando nombramos o dejamos de nombrar algo, le damos existencia y se la quitamos, porque en la enunciación está la creación y, aquello que no se nombra, simplemente no existe. De ahí esta reflexión y la búsqueda de alternativas lingüísticas que nos permitan incluir y dar visibilidad a través de la generación de espacios discursivos igualitarios.

## El poder de las palabras

Para ello, es importante entender las posibilidades que nos da nuestra lengua. El español nos da la oportunidad de crear, contener, figurar, extender y contraer; no es la lengua un ente restrictivo, lo es quien la ejerce y con la intención que le acaece. Cuando nos resistimos a estas posibilidades, bajo el escudo de la economía del lenguaje o la norma, es más un tema de actitud que de gramática. El español tiene las bondades suficientes para visibilizar, incluir y aclarar, desde su léxico y semántica, una representación más justa y alineada a los cambios culturales que promovemos hoy en día y que dirigimos hacia la transición conciente a un mundo más justo, equitativo e inclusivo, que pasa por la propia enunciación de la transición.



# PRESENTACIÓN

6

El lenguaje inclusivo no es sobre la palabra y las cosas, es sobre la palabra y las personas. Cuando hablamos de incluir desde las palabras, incluimos a las personas, no a objetos o conceptos abstractos; el mar y las gaviotas no resienten la falta de representatividad, como el efecto que tiene un niño sobre identificado, o una niña invisibilizada en los discursos. La pierna, el pie, el piso, la pisa no contienen a una persona; no es por ese camino el ejercicio del lenguaje inclusivo. El ejercicio que nos enriquece es aquel que apunta a la claridad semántica sobre las personas a quienes nos queremos referir. Por ello, como una respuesta complementaria a las necesidades de integración y justicia social, se ha creado este manual con el objetivo de ser una guía práctica para la comunidad universitaria.

Aquí presentamos alternativas más inclusivas para la comunicación en mensajes institucionales, documentos y todas aquellas prácticas escritas y orales que representen en el ejercicio de la lengua nuestra forma de actuar y ver el mundo. Por supuesto, es largo el camino de la transición y faltan otras estrategias como el lenguaje de accesibilidad para también dar atención y recursos a personas con problemas de comunicación. Sin afán de confundir, hacemos hincapié en la diferencia que existe entre un lenguaje inclusivo, el cual pretende visibilidad y hacer que todas las personas formen parte de una experiencia y, el lenguaje de accesibilidad, que se refiere a la provisión de herramientas de comunicación a personas con algún tipo de discapacidad, por ejemplo, a través de la lengua de señas o el braille.

**Dra. Selene I. Vergara Segura**



7

Comencemos con esta invitación a dar lugar a las identidades y hagamos de nuestra comunidad universitaria y los contextos subyacentes un lugar seguro y equitativo.

1

2

3

4

5





En función al respeto de los derechos humanos y la inclusión de las diversidades humanas y comunidades, personas o grupos en situación de discriminación se presentan, a continuación, alternativas para su enunciación.



## NO INCLUSIVO

Los indígenas  
Minorías étnicas

Los adultos mayores  
Ancianos

Negros, negritos  
Morenitos  
Personas de color  
Prietos

Las minorías sexuales  
Homosexuales

## INCLUSIVO

Pueblos y comunidades indígenas  
Pueblos y comunidades originarias  
población indígena  
Personas indígenas  
Personas (mayas) (mixtecas) (huicholes) (...)

Personas adultas mayores

Poblaciones afrodescendientes  
Personas Afrodescendientes  
Personas Afromexicanas

Diversidad sexual

La población LBGTTTI+  
Persona que vive en diversidad sexual o sexo  
genérica  
Personas homosexuales y lesbianas  
Gays, Bisexuales, Travestis, Transexuales,  
Transgénero, Intersexuales, Asexuales.

## NO INCLUSIVO

Discapacitados  
Incapacitados  
Personas con capacidades diferentes

Menores/menor  
Niños

Indigentes  
Niños de la calle  
Vagabundos

Presidiario  
Recluso  
Prisionero

## INCLUSIVO

Personas con discapacidad  
Personas que viven con discapacidad (visual)  
(auditiva) (intelectual) (psicosocial) (motriz)

Personas menores de edad  
Personas menores de 18 años  
Niñas y niños  
Infancia  
Niñez

Personas en situación de calle  
Menores de edad en situación de calle  
Las y los niños en situación de calle  
Poblaciones callejeras

Persona privada de su libertad  
Interno, interna



Para hacer el ejercicio de un lenguaje inclusivo podemos sustituir u omitir palabras que se refieren a personas y que expresan un género. Algunas de estas opciones para sustituir u omitir son las siguientes.

## ALTERNATIVA: QUIEN Y QUIENES

Se puede sustituir la palabra con género que se refiere a personas por un QUIEN o QUIENES.




### NO INCLUSIVO

 Aquellos que ya tengan su calificación, se pueden ir.

 El que quiera ir, puede apuntarse en la lista.

 Aquel que no tenga permiso firmado, no puede ir.

 Los interesados  
Los colaboradores

### INCLUSIVO

 Quienes ya tengan su calificación, se pueden ir.

 Quien quiera ir, puede apuntarse en la lista.

 Quien no tenga permiso firmado, no puede ir.

 Quien esté interesado  
Quienes colaboren

## ALTERNATIVA: OMISIÓN Y SUSTITUCIÓN

En algunos contextos se puede evitar el artículo masculino y determinantes de la oración.



### NO INCLUSIVO

 Los integrantes del comité

 Nosotros queremos ser el primer equipo

 Recuerde a los estudiantes que deben llegar a tiempo

 Los activistas continúan en la lucha

### INCLUSIVO

 Integrantes del comité

 Queremos ser el primer equipo

 Recuerde a sus estudiantes que deben llegar a tiempo

 Activistas continúan en la lucha

## ALTERNATIVA: DIVERSIDAD DE PRONOMBRES

Algunos pronombres tienen equivalentes más inclusivos como los presentes.



### NO INCLUSIVO



Varios



Todos



Los otros  
Los demás



Muchos

### INCLUSIVO



Un conjunto de  
Un grupo de  
Gran variedad de



Todas las personas



Las otras personas



Gran cantidad de  
Multitud de  
Un buen número de



El español tiene opciones de genéricos reales, neutros y formas que favorecen el lenguaje inclusivo.



## NO INCLUSIVO

Los profesores están invitados junto con sus esposas

Los estudiantes serán evaluados al final del semestre

Los alumnos deben entregar toda su documentación

Los paceños son hospitalarios y amistosos.

Los ciudadanos exigen que se les respeten sus derechos

## INCLUSIVO

El profesorado está invitado junto con sus parejas

El estudiantado será evaluado al final del semestre

El alumnado debe entregar toda su documentación

La gente de La Paz es hospitalaria y amistosa.

La ciudadanía exige que se le respeten sus derechos



## NO INCLUSIVO

Bienvenidos

Buenas tardes damas y caballeros

Buenos días chicos

Los jóvenes interesados en

Estamos dispuestos a dialogar

Muchos sacaron notas altas

Los invitados no pagan

## INCLUSIVO

Bienvenidos y bienvenidas  
Bienvenidas todas las personas

Buenas tardes a todas las personas presentes

Buenos días jóvenes

Jóvenes con interés en

Tenemos la disposición de dialogar

La mayoría sacó notas bajas  
Un buen número de estudiantes sacó notas altas  
Gran cantidad estudiantes sacó notas altas  
Multitud de estudiantes sacó notas altas

Las personas invitadas no pagan

## NO INCLUSIVO

Los niños son el futuro

Los habitantes de esta región merecen  
respeto

El hombre



## INCLUSIVO

Los niños y las niñas son el futuro  
La niñez es el futuro

La población de esta región merece  
respeto

Los seres humanos  
Los hombres y las mujeres  
La humanidad  
La especie humana  
Las personas



## DESDOBLAMIENTO FORMAL Y ESTRATEGIAS ALTERNATIVAS DE USO DE LAS Y LOS.

## NO INCLUSIVO

## INCLUSIVO

## INCLUSIVO

Los padres de familia



Familia



Las madres y los padres de familia



Los niños

La infancia  
La niñez

Las niñas y los niños



Los trabajadores de la universidad



La comunidad laboral de la universidad

Las personas que trabajan en la universidad



Los y las trabajadoras de la universidad



Los alumnos



El alumnado



Las y los alumnos



## NO INCLUSIVO

## INCLUSIVO

## INCLUSIVO

Los maestros



El profesorado



La plantilla docente



Los mexicanos



La población mexicana



Las mexicanas y los mexicanos



Los jóvenes

Las juventudes  
Las personas jóvenes

Los y las jóvenes



Los graduados



El alumnado graduado



Las graduados y los graduados



## NO INCLUSIVO

## INCLUSIVO

## INCLUSIVO

Los estudiantes



El estudiantado



El alumnado



Los tutores



La tutoría



El equipo tutor



Los ganaderos



El sector ganadero



La ganadería



Los voluntarios



El voluntariado



Las personas voluntarias





## CONCORDANCIA EN EL USO DE PROFESIONES, TÍTULOS Y PUESTOS



### NO INCLUSIVO

Candidatos

Servidores públicos

Los Investigadores

Los lectores



### INCLUSIVO

Candidaturas

Personas servidoras públicas  
Servidoras y servidores públicos

Personal investigador

Quienes leen

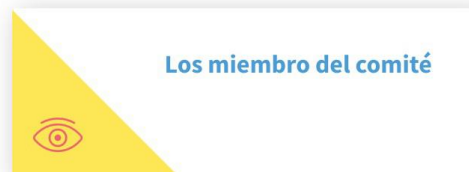


## ALTERNATIVA: TÍTULOS, PUESTOS Y PROFESIONES

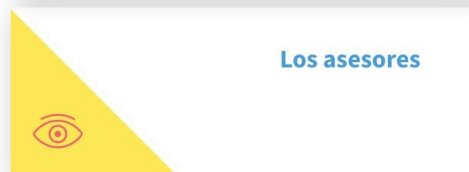
La palabra -equipo- o -personal- y -grupos proporciona una alternativa más inclusiva.



### NO INCLUSIVO



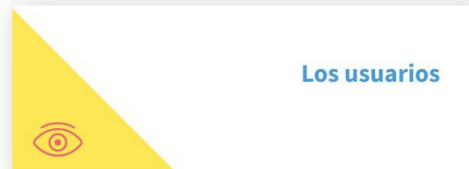
Los miembros del comité



Los asesores



Los coordinadores



Los usuarios

### INCLUSIVO



Integrantes del comité



El equipo asesor



Equipo de coordinación



El grupo de usuarios  
Usuarios y usuarias

## ALTERNATIVA: TÍTULOS, PUESTOS Y PROFESIONES

Si hay una mujer en el puesto, permitamos la concordancia, y viceversa.




### NO INCLUSIVO



Los profesores  
Los docentes



El médico



El presidente



Las enfermeras

### INCLUSIVO



El profesorado  
El cuerpo docente  
La plantilla docente  
El equipo docente



La médica



La presidenta  
La presidencia



El personal de enfermería  
Los y las enfermeras

# ALTERNATIVA: CONCORDANCIA EN USO DE PROFESIONES, TÍTULOS Y PUESTOS

Busquemos la  
simetría



## NO INCLUSIVO

	Un fiscal
	El patrón
	El ingeniero
	El guía

## INCLUSIVO

	Una fiscal
	La patrona
	La ingeniera
	La guía

## ALTERNATIVA: CONCORDANCIA EN USO DE PROFESIONES, TÍTULOS Y PUESTOS

Busquemos la  
simetría



### NO INCLUSIVO

Un fiscal



El patrón



El ingeniero



El guía



### INCLUSIVO

Una fiscal



La patrona



La ingeniera



La guía



## ALTERNATIVA: CONCORDANCIA EN USO DE PROFESIONES, TÍTULOS Y PUESTOS

Si hay una mujer en el puesto, busquemos la concordancia. Una palabra puede contener diferentes acepciones, puede referirse a la persona, a la rama de estudio o cualquier otro significado sin problema.



### NO INCLUSIVO



El químico



El físico



El piloto



El capitán

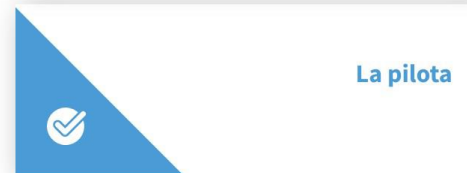
### INCLUSIVO



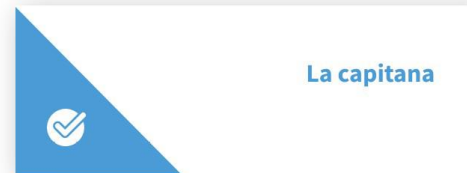
La química



La física



La pilota



La capitana

## OTRAS CONSIDERACIONES

**Tratamientos con simetría:** se refiere a aplicar los mismos criterios de tratamiento tanto a hombres como mujeres, por ejemplo, si se hace énfasis en alguna cualidad o características, entonces se debe cuidar aplicarlo para ambos sexos. Es decir no se hace referencia al físico o algún aspecto sentimental o emocional de una una mujer, si en contraste no se hace con un hombre en un mismo contexto.

**Deconstruir estereotipos:** por ejemplo, en formas utilizadas como -las mujeres de la limpieza-, o -las enfermeras del hospital-. Una alternativa más inclusiva sería: -el personal de limpieza-, o -el personal de enfermería del hospital-.

**Subordinación en la estructura:** se recomienda evitar algunas formas que colocan a la mujer como un apéndice del hombre como en: -el profesor y su esposa- y -los ciudadanos y sus familias-. En otros casos, se agrupan junto con la infancia o se colocan en orden jerárquico como en: -Asistieron 10 personas: 2 hombres, 3 mujeres y 5 niños-.

**Tener en vez de estar:** algunas formas desde el estar, se pueden sustituir por tener, por ejemplo: -Estamos interesados en trabajar por mejorar la educación-. Esta misma idea puede plantearse de manera inclusiva: -Tenemos interés en trabajar por mejorar la educación-.

**Cuidar la claridad:** la combinación de otros recursos como masculinos genéricos + barras + arrobas + X puede generar confusión y complicaciones al momento de la lectura.



## BIBLIOGRAFÍA



- Alario, C., et al. (1995). Nombra. La representación del femenino y el masculino en el lenguaje. Subdirección General de Estudios y Documentación del Instituto de la Mujer.
- Asociación Dual. (20 de julio de 2021). Lenguaje inclusivo y lenguaje sexista. Symetrías. <https://symetrias.com/lenguaje-inclusivi-y-lenguaje-sexista/>
- Arruti, L. (12 de diciembre de 2019). Cómo utilizar un lenguaje neutro en tus textos. Laumedia. <https://laumedia.es/como-utilizar-un-lenguaje-neutro-en-tus-textos/>
- Contigo podemos hacer mucho más. (s.f.). Manual de estilo para una comunicación inclusiva y no sexista. <https://www.ecologistasenaccion.org/wp-content/uploads/2020/03/documento-lenguaje-inclusivo.pdf>
- García, S. (8 de junio de 2021). Lenguaje inclusivo y lenguaje de accesibilidad. Observatorio de Innovación, Tecnológico de Monterrey. <https://observatorio.tec.mx/edu-news/lenguaje-accesibilidad-inclusivo>
- Guía para el uso del lenguaje inclusivo desde un enfoque de Derechos Humanos y perspectiva de género. (2017). Sistema para el desarrollo integral de la familia Ciudad de México.
- Guía de lenguaje inclusivo de género. (2016). Consejo Nacional de la Cultura y las Artes (CNCA)
- Meana, T. (2004). Porque las palabras no se las lleva el viento... Por un uso no sexista de la lengua. Ayuntamiento de Quart de Poblet.
- Naciones Unidas. (5 de julio de 2019). Orientaciones para el empleo de un lenguaje inclusivo en cuanto al género en español. <https://www.un.org/es/gender-inclusive-language/guidelines.shtml>
- Ocho ejemplos prácticos de como aplicar el lenguaje inclusivo al hablar o escribir. (2011). Fundación BBV. <https://www.bbva.com/es/ocho-ejemplos-practicos-de-como-aplicar-el-lenguaje-inclusivo-al-hablar-o-escribir/>







El "Manual uso del lenguaje inclusivo y no sexista" está dirigido a la comunidad universitaria: profesorado, alumnado y personal administrativo de la Universidad Autónoma de Baja California Sur.

La Paz, Baja California Sur, octubre 2021.



Manual para el uso de lenguaje inclusivo y no sexista, Cuadernillo CIGE núm. 1, octubre del 2021. La Paz, Baja California Sur, México  
Universidad Autónoma de Baja California Sur  
Secretaría General/Coordinación para la Igualdad de Género (CIGE)