



MANUAL

PARA EL USO DEL LENGUAJE INCLUYENTE Y NO SEXISTA

Dirigido al personal de la administración pública estatal y municipal

MANUAL

PARA EL USO DEL LENGUAJE INCLUYENTE Y NO SEXISTA

Dirigido al personal de la administración pública estatal y municipal



Nombrar, visibilizar e incluir a las personas dignamente es un tema de justicia.

CONAVIM

ÍNDICE

OBJETIVO	7
PRESENTACIÓN	9
GENERALIDADES	13
SEXISMO	15
FUNDAMENTOS LEGALES APLICADOS EN LA MATERIA	19
INSTRUMENTOS INTERNACIONALES	19
INSTRUMENTOS NACIONALES	21
INSTRUMENTOS ESTATALES	23
USO DEL LENGUAJE INCLUYENTE Y NO SEXISTA	27
I. SUSTANTIVOS COLECTIVOS	27
II. TÍTULOS ACADÉMICOS, OCUPACIONES Y CARGOS	29
III. ARTÍCULOS	30
IV. PRONOMBRES	31
V. DIAGONALES Y PARÉNTESIS EN VOCATIVOS	33
VI. ARROBA (@)	33
VII. FORMAS DE CORTESÍA	34
VIII. PALABRAS CON CONNOTACIÓN SEXISTA	34
IX. DESAGREGACIÓN DE DATOS POR SEXO	35
X. USO DE IMÁGENES NO SEXISTAS	36
XI. LENGUAJE GESTUAL	37
XII. EVITAR LENGUAJE DISCRIMINATORIO Y OFENSIVO	38
XIII. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES EN FEMENINO Y MASCULINO	42

XIV. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES GENÉRICAS	46
XV. ABREVIATURAS	56
XVI. EJERCICIOS	57
XVII. CONCLUSIONES	63
GLOSARIO	65
FUENTES DE CONSULTA	69



OBJETIVO

Familiarizar al personal de servicio público en sus diversos ámbitos con las estrategias del lenguaje incluyente y no sexista que ofrece la lengua española y servir como auxiliar en la erradicación paulatina y permanente del lenguaje excluyente en la comunicación escrita, oral, visual y gestual con el propósito de contribuir a la igualdad entre mujeres y hombres.





PRESENTACIÓN

Las desigualdades con base en el género aún existen en todos los países, en todos los grupos sociales y son relevantes en todas partes (ONU Mujeres, 2018). Las mujeres, quienes son más de la mitad de la población mundial, han sido y son discriminadas y violentadas por razón de su sexo a lo largo de la historia; reciben un trato desigual y son segregadas al considerarlas inferiores a los hombres. Por tal motivo, los Estados que integran el Sistema de Naciones Unidas, incluido México, se han comprometido a adoptar medidas para erradicar los usos excluyentes del lenguaje.

Nada de lo que decimos en cada momento de nuestra vida es neutro (CONAVIM, 2011); es decir, de manera sutil, esta discriminación se manifiesta a través de la lengua, ya que esta refleja el pensamiento, la cultura, los principios y valores de una sociedad, por lo que todas las palabras tienen una lectura de género que transmiten y refuerzan los estereotipos y roles atribuidos a mujeres y hombres. El uso del lenguaje sexista y excluyente de ninguna manera puede ser intrascendente, ya que mientras se incurra en él no podremos conformar una sociedad igualitaria.

El postulado básico de esta transformación es nombrar lo diferente, lo silenciado históricamente, al promover valores de respeto y no discriminación entre los seres humanos y hacia lo femenino de manera específica.

Para lograr la igualdad real y sustantiva entre hombres y mujeres es imperativo que el personal del servicio público desarrolle sus actividades de tal forma que no fomente la continuidad de la discriminación entre mujeres y hombres.



La administración estatal actual está comprometida y es responsable en ser incluyente con los distintos grupos de población que la sociedad tiene, principalmente indígenas, personas adultas mayores, personas con discapacidad, niñas, niños, adolescentes, personas de la diversidad sexual, migrantes y mujeres, quienes son discriminadas doblemente por pertenecer a alguno de estos grupos vulnerables. Es importante no solo incluirles en las actividades que competen a la comunidad, sino referirnos de manera adecuada para evitar más de un término equivocado que dañe su integridad y autoestima.

El presente Manual, además de ser una herramienta auxiliar en el proceso de la comunicación escrita para evitar el uso sexista y excluyente del lenguaje, es una modificación y actualización a la edición de 2014. En esta ocasión se agrega información sobre lenguaje incluyente, cuyo objetivo es contribuir a hacer evidente no solo lo femenino y masculino, sino visibilizar a otros grupos de la población poco reconocidos o excluidos.

Asimismo, se abordan ejemplos e información acerca del uso de imágenes no sexistas y lenguaje gestual, ya que así como existe sexismo en el lenguaje escrito, también puede observarse en otros tipos, como el oral, gestual y visual.

Además, con el propósito de denominar y reconocer a las mujeres en las diferentes profesiones, cargos y oficios, se proponen algunas formas incluyentes en femenino y masculino, así también se agrega una lista con un grupo de palabras que, gramaticalmente, tendrán un género masculino o femenino independientemente del sexo de la persona o personas aludidas, en estos casos, el sexo



de la persona de referencia es indicado por el artículo o adjetivo que le acompañan.

Derivado de lo anterior, se incorpora una lista con abreviaturas que tienen como referente el femenino; no obstante, algunas no admiten variaciones respecto al género, por lo que será el contexto el que determine su empleo.

Al final del documento se encuentran algunos ejercicios con la intención de que las personas puedan autoevaluar y empezar a aplicar sus conocimientos sobre el uso del lenguaje incluyente y no sexista.





GENERALIDADES

Los atributos asociados a las distintas expresiones de género y su vínculo con lo masculino o femenino han creado situaciones de desigualdad en todo el mundo, especialmente para las mujeres. La perspectiva de género, llamada también enfoque de género, se basa en la teoría de género con el fin de enfocar, analizar y comprender las características que definen a mujeres y hombres de manera específica, así como sus semejanzas y diferencias.

Desde esa perspectiva, se analizan las posibilidades vitales de unas y otros, el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros; también se estudian los conflictos institucionales y cotidianos que deben encarar y las múltiples maneras en que lo hacen.

En el campo de la redacción de textos, el uso del lenguaje incluyente busca que la comunicación considere necesidades específicas de mujeres y hombres, es decir, establecer sinergias para lograr la igualdad.

La problemática en la que se encuentran las mujeres no había sido vista como un asunto de derechos humanos, pues se atribuía su origen a la falta de desarrollo y a la no consolidación de las democracias, esto es, se reducía a un problema que los gobiernos y las propias mujeres debían resolver.

Sin embargo, diversos estudios e informes basados en evidencias, presentados ante instancias internacionales de derechos humanos, mostraron una abrumadora realidad



mundial: las mujeres no tienen las mismas condiciones que los hombres para participar en la vida privada y pública, debido a que las situaciones de discriminación sexual y violencia les impiden ejercer plenamente sus derechos políticos, civiles, culturales, económicos, entre otros.

Resulta indudable que la discriminación sexual se presenta en la vida privada y pública: en la familia, la escuela, el trabajo, los medios de comunicación e instituciones gubernamentales, entre otros; situación que se ve reflejada en la historia, el derecho, el pensamiento científico, filosófico, religioso, político y, por supuesto, en el lenguaje.



SEXISMO¹

El sexismo se refiere a todas aquellas prácticas y actitudes que promueven el trato diferenciado de las personas en razón de su sexo, del cual se asumen características y comportamientos con los que se espera que los hombres y las mujeres actúen de forma cotidiana. Las prácticas sexistas afectan sobre todo a las mujeres, dada la vigencia de creencias culturales que las consideran inferiores o desiguales a los hombres por naturaleza.

El sexismo es el conjunto de prácticas sociales que mantienen a un sexo en situación de subordinación y explotación, valorando positivamente a uno de ellos. El género que sufre el menosprecio sistemático en todos los ámbitos de la vida y las relaciones humanas es el femenino.

El sexismo puede incluir diferentes creencias y actitudes:

- La creencia de que un sexo es superior o inferior al otro.
- La actitud de misoginia o misandria.
- La actitud de imponer una noción de masculinidad (género) a las mujeres (sexo).
- El menosprecio o la ocultación de las mujeres.
- La burla o la descalificación hacia la apariencia o conducta de mujeres y hombres.
- Referencias que aluden de manera despectiva a la sexualidad de las mujeres o de los hombres.

¹Texto adaptado del Banco Interamericano de Desarrollo, Cuadernos de Unidades Didácticas para la Igualdad.



Es conveniente distinguir entre el sexismo lingüístico y el social. El **sexismo lingüístico** refiere a la emisión de un mensaje que, debido a su **forma**, es discriminatorio por razón de sexo; mientras que en el **social**, la discriminación radica en el **fondo**, no en la forma.

Una vez esclarecido este punto, trataremos el sexismo léxico, que es la utilización de ciertas palabras aisladas con carácter discriminatorio. Este campo puede dividirse a su vez en doce aspectos:

1. Tratamientos de cortesía
2. Pares incorrectos
3. Duales aparentes
4. No mencionar a las mujeres
5. Nombres y apellidos
6. Vacíos léxicos
7. Vocablos ocupados
8. Insultos
9. Chistes y refranes
10. Palabras androcéntricas
11. Cargos
12. Oficios y profesiones.

En el lenguaje, la distinción entre lo femenino y lo masculino en sí misma no es indicativa de sexismo ni de discriminación, ya que en ocasiones resulta necesario nombrar por separado a las mujeres de los hombres. De hecho, el uso del género gramatical cambia de un idioma a otro.

El uso no sexista en el lenguaje supone dejar de utilizar el masculino como genérico para designar lo masculino y lo femenino. Esto implica visibilizar a las mujeres en el



uso de palabras e imágenes y, además, identificar las acciones que realizan mujeres y hombres como partes equilibradas, sin predominio de alguna sobre la otra.

En el proceso del conocimiento, las palabras y mensajes aportan conceptos y promueven un cambio de actitudes, es decir, el uso del lenguaje no es neutral, tiene consecuencias en la comunicación cotidiana, que pueden traducirse en discriminación, sexismo, subordinación e inequidad, al no usarlo con un sentido inclusivo. De ahí la pertinencia del correcto uso del lenguaje, con la incorporación de la perspectiva de género para frenar la cultura discriminatoria y evitar estigmas y prejuicios en las palabras.





FUNDAMENTOS LEGALES APLICADOS EN LA MATERIA

INSTRUMENTOS INTERNACIONALES

Con el propósito de lograr un mayor desarrollo social y construir una relación más equitativa entre las personas, algunos sectores sociales y políticos han entendido la relación que hay entre lenguaje y relaciones humanas, entre lenguaje y violencia.

Gracias a esta comprensión sobre la importancia y trascendencia del lenguaje, se han ido creando y modificando leyes, reglamentos y normas para incluir como una condición obligatoria en la construcción de la igualdad sustantiva, el uso incluyente y no sexista del lenguaje. Así, contamos ya con diferentes documentos, normas y artículos en los que aparece la prohibición u obligación de emplear un lenguaje que no sea discriminatorio, estereotipado, sexista o excluyente.

CEDAW

Convención sobre la
Eliminación de Todas
las Formas de
Discriminación
contra la Mujer

ARTÍCULO 5

Los Estados Partes tomarán todas las medidas apropiadas para:

- a) Modificar los patrones socioculturales de conducta de hombres y mujeres, con mira a alcanzar la eliminación de los prejuicios y las prácticas consuetudinarias y de cualquier otra índole que estén basados en la idea de la inferioridad o superioridad de cualquiera de los sexos o en funciones estereotipadas de hombres y mujeres.



BELÉM DO PARÁ

Convención
Interamericana para
Prevenir, Sancionar y
Erradicar la Violencia
contra la Mujer

ARTÍCULO 6

El derecho de toda mujer a una vida libre de violencia incluye, entre otros:

- a) El derecho de la mujer a ser libre de toda forma de discriminación, y
- b) El derecho de la mujer a ser valorada y educada libre de patrones estereotipados de comportamiento y prácticas sociales y culturales basadas en conceptos de inferioridad o subordinación.

UNESCO

Oficina de las
Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia
y la Cultura

Resolución 14.1 aprobada por la Conferencia General de la UNESCO, en su vigésima cuarta reunión, apartado 1, párrafo 2:

Exhorta a evitar el empleo de términos que se refieren a un solo sexo, salvo si se trata de medidas positivas a favor de las mujeres.

ONU Mujeres

Organización de las
Naciones Unidas
(Mujeres)

La incorporación de la perspectiva de género es una estrategia universalmente aceptada para promover el empoderamiento de la mujer y lograr la igualdad entre los géneros mediante la transformación de las estructuras de desigualdad.

Declaración y
Plataforma de Acción
de Beijing

Capítulo III. [...] se exhorta a los gobiernos, a la comunidad internacional y a la sociedad civil, inclusive a las organizaciones no gubernamentales y el sector privado, a que adopten medidas estratégicas en las siguientes esferas decisivas de especial preocupación: [...] Estereotipos sobre la mujer y desigualdad de acceso y participación de la mujer en todos los sistemas de comunicación, especialmente en los medios de difusión.



CEPAL

Programa de Acción
Regional para las
Mujeres de América
Latina y el Caribe,
1995-2001

El Programa de Acción refleja las prioridades de los países miembros de América Latina y el Caribe. En este programa se plantea de manera precisa la preocupación por el lenguaje sexista:

Área VII: Reconocimiento de la pluralidad cultural de la región.

Objetivo estratégico VII.6 Eliminar las expresiones sexistas del lenguaje y contribuir a la creación de un discurso que exprese la realidad de las mujeres.

Acción estratégica VII.6.a Promover la adopción de medidas destinadas a eliminar las expresiones sexistas en el lenguaje y contribuir a la creación de un discurso que exprese la realidad de las mujeres, especialmente en los currículos y material educativo.

Fuente: elaboración propia con base en Inmujeres (2008).

INSTRUMENTOS NACIONALES

CEPEUM

Constitución Política
de los Estados
Unidos Mexicanos

ARTÍCULO 1

Establece la prohibición de toda discriminación motivada por origen étnico o nacional, el género, la edad, las discapacidades, entre otras.

ARTÍCULO 4

Determina que el hombre y la mujer son iguales ante la ley.

LFPED

Ley Federal para
Prevenir y Eliminar
la Discriminación

ARTÍCULO 1

De conformidad con la Constitución Federal se preverá y eliminará toda distinción, exclusión, restricción, o preferencia que, por acción u omisión, con intención o sin ella, no sea objetiva, racional ni proporcional y tenga por objeto o resultado obstaculizar, restringir, impedir, menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y libertades.



LGIMH

Ley General para la
Igualdad entre
Mujeres y Hombres

ARTÍCULO 42

- IV. Promover la utilización de un lenguaje con perspectiva de género en la totalidad de las relaciones sociales, y
- V. Velar por que los medios de comunicación transmitan una imagen igualitaria, plural y no estereotipada de mujeres y hombres en la sociedad, promuevan el conocimiento y la difusión del principio de igualdad entre mujeres y hombres y eviten la utilización sexista del lenguaje. [...]

LINM

Ley del Instituto
Nacional de
las Mujeres

ARTÍCULO 4

El objeto general del Instituto es promover y fomentar las condiciones que posibiliten la no discriminación, la igualdad de oportunidades y de trato entre los géneros; el ejercicio pleno de todos los derechos de las mujeres y su participación equitativa en la vida política, cultural, económica y social del país.

**NMX-R-025-SC-
FI-2015**

Norma Mexicana para
la Igualdad Laboral
entre Mujeres y
Hombres

Establece los requisitos para obtener la certificación de las prácticas para la igualdad laboral entre mujeres y hombres.

LGAMVLV

Reglamento de la
Ley General de Acceso
de las Mujeres a una
Vida Libre
de Violencia

ARTÍCULO 10

- IV. Fomentar que los medios de comunicación promuevan el respeto a la dignidad de las mujeres y eviten el uso de lenguaje e imágenes que reproduzcan estereotipos y roles de género que refuerzan y naturalizan la Violencia contra las Mujeres;
- V. Generar mecanismos para que la comunicación institucional se realice con un lenguaje incluyente y con perspectiva de género.



LGDNNA

Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes

ARTÍCULO 37

Para garantizar la igualdad sustantiva, las autoridades del Estado y sus Municipios deberán:

- I. Transversalizar la perspectiva de género en todas sus actuaciones y procurar la utilización de un lenguaje incluyente en sus documentos oficiales.

Fuente: elaboración propia con información de Inmujeres (2018: 194-206).

INSTRUMENTOS ESTATALES

Constitución Política del Estado Libre y Soberano de México

ARTÍCULO 5

En el Estado de México todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en los tratados internacionales en los que el Estado mexicano sea parte, en esta Constitución y en las leyes que de ésta emanen, por lo que gozarán de las garantías para su protección, las cuales no podrán restringirse ni suspenderse salvo en los casos y bajo las condiciones que la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos establece.

CPPEM
Código de Procedimientos Penales para el Estado de México

ARTÍCULO 15

Todas las personas son iguales ante la ley y deben ser tratadas conforme a las mismas reglas. Las autoridades deberán tomar en cuenta las condiciones particulares de las personas y del caso, pero no pueden fundar sus decisiones sobre la base de la nacionalidad, género, origen étnico, entre otros.



LAVLEM

Ley de Acceso de las
Mujeres a una Vida
Libre de Violencia del
Estado de México

ARTÍCULO 1

Tiene por objeto la prevención, atención, sanción y erradicación de la violencia contra las mujeres para garantizar el acceso de las mujeres a una vida libre de violencia que favorezca su desarrollo y bienestar conforme a los principios de igualdad y de no discriminación, que garanticen el desarrollo integral de las mujeres.

Capítulo II. Del Programa Integral para la Igualdad de Trato y Oportunidades entre Mujeres y Hombres y para Prevenir, Atender, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres.

ARTÍCULO 37

El Programa deberá ser elaborado por el Sistema Estatal y coordinado por el Ejecutivo Estatal a través del CEMYBS y es el mecanismo que contiene las acciones que, en forma planeada y coordinada, deberán realizar las dependencias, los organismos auxiliares y los organismos autónomos del Estado, en el corto, mediano y largo plazo.

LITOMHEM

Ley de Igualdad de Trato
y Oportunidades entre
Mujeres y Hombres
del Estado
de México

ARTÍCULO 7

Fracción IV. Impulsar el uso de un lenguaje no sexista en los ámbitos público y privado.

LDNNAEM

Ley de los Derechos de
Niñas, Niños y
Adolescentes del
Estado de México

ARTÍCULO 21

Niñas, niños y adolescentes tienen derecho al mismo trato y acceso de oportunidades para el reconocimiento y goce de los derechos contenidos en la presente Ley, a fin de lograr su desarrollo integral. Con el fin de garantizar la igualdad sustantiva entre niñas, niños y adolescentes, las autoridades estatales y municipales, en el ámbito de sus respectivas competencias, deberán realizar las siguientes acciones:

- I. Transversalizar la perspectiva de género en todas sus actuaciones y procurar el uso de un lenguaje no sexista en sus documentos oficiales.



**Ley para la Protección,
Integración y Desarrollo
de las Personas con
Discapacidad del
Estado de México**

ARTÍCULO 4

Para los efectos de esta Ley, son principios rectores para la integración de políticas públicas, los siguientes:

- a) La equidad;
- b) La justicia social;
- c) El respeto de la dignidad;
- d) La autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas;
- e) La no discriminación;
- f) La participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad;
- g) El respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas;
- h) La igualdad de oportunidades; y
- i) La accesibilidad.

**Ley del Adulto Mayor
del Estado de México**

ARTÍCULO 5

Son derechos de los adultos mayores, además de aquellos que les reconozcan otras leyes, los siguientes:

- VII Recibir trato digno y apropiado de las autoridades estatales y municipales en el ejercicio y respeto de sus derechos.

**Ley de Derechos y
Cultura Indígena del
Estado de México**

ARTÍCULO 8

Corresponde al Ejecutivo Estatal, a través de sus dependencias y organismos auxiliares:

- II. Asegurar que los integrantes de las comunidades indígenas gocen de todos los derechos y oportunidades que la legislación vigente otorga al resto de la población de la entidad.

**Ley de Apoyo a Migrantes
del Estado de México**

ARTÍCULO 8

Son medidas de apoyo y protección a migrantes las siguientes:

- III. Ser sujeto de un trato respetuoso, oportuno y con calidad.



Ley para Prevenir,
Combatir y Eliminar
Actos de
Discriminación en el
Estado de México

ARTÍCULO 20

Son atribuciones del Consejo:

- XXIII. Promover el uso no sexista del lenguaje e introducir formas de comunicación incluyentes en el ámbito público y privado.

Fuente: Periódico Oficial, *Gaceta del Gobierno del Estado de México*.



USO DEL LENGUAJE INCLUYENTE Y NO SEXISTA

I. SUSTANTIVOS COLECTIVOS

Se tiende a confundir el género masculino con la totalidad de las personas para darle un valor universal. Para evitarlo se recomienda utilizar sustantivos colectivos² que son las palabras que designan ambos sexos con la finalidad de evitar expresiones sexistas.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

El hombre descubrió el fuego

Los ciudadanos

Los niños mexicanos

Expresión inclusiva

La humanidad descubrió
el fuego

La ciudadanía

La niñez mexicana

- Adjetivos sin marca de género en lugar de sustantivos.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

El desempleo entre los jóvenes

La huelga de los estudiantes

Los problemas de los vecinos

Los profesores

Expresión inclusiva

El desempleo juvenil

La huelga estudiantil

Los problemas vecinales

El profesorado

² El sustantivo colectivo expresa un conjunto de individuos de la misma especie.



- **Recurrir a la doble forma femenino-masculino cuando sea conveniente y necesario.**

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Bienvenidos todos

Hombres que trabajan en el
servicio público

Día del Niño

Los niños tienen derechos

Expresión inclusiva

Bienvenidas todas y todos
Bienvenidas y bienvenidos

Mujeres y hombres que
trabajan en el servicio público

Día de la Niña y del Niño

Los niños y las niñas
tienen derechos

- **Sustantivos con forma única para referir a seres de uno u otro sexo.**

Los sustantivos comunes en cuanto al género son aquellas palabras que tienen una sola forma para designar a uno y otro sexo, y cuyo género es especificado por los artículos y adjetivos que le acompañan.

Ejemplos:

- **El/la estudiante**
 - **El/la víctima**
 - **Un buen/una buena profesional**
 - **El/la representante**
 - **El/la titular**
- **Uso de la palabra *persona*. Anteponer la palabra *persona* para evitar el masculino.**



Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Adulto

Beneficiario

Interesado

Expresión inclusiva

Persona adulta

Persona beneficiaria

Persona interesada

II. TÍTULOS ACADÉMICOS, OCUPACIONES Y CARGOS

Se debe evitar la utilización de los títulos académicos y las ocupaciones en masculino cuando éstos se refieran a mujeres. Se utilizarán los sustantivos en femenino cuando se trate de una mujer y en masculino cuando se trate de un hombre.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

La ingeniero

La arquitecto

La juez

Expresión inclusiva

La ingeniera

La arquitecta

La jueza

Respecto a los cargos, se evitará el uso del género masculino y se recurrirá al uso de sustantivos que refieran más bien a las áreas de los cargos para dar un sentido neutro; es decir, se recurrirá a las construcciones metonímicas³, para no dar a entender que los cargos sólo son ocupados por hombres.

³ La metonimia es una figura retórica que consiste en designar algo con el nombre de otra cosa tomando el efecto por la causa y viceversa.



Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Convocar a los jefes
de departamento

Se reunirán los gerentes
del banco

Enviar los documentos a cada
uno de los directores

Expresión inclusiva

Convocar a las jefaturas
de departamento

Se reunirán las gerencias
del banco

Enviar los documentos a cada
una de las direcciones

III. ARTÍCULOS

Utilizar los artículos *el, la, las, los*, para incluir a ambos géneros sin repetir el sustantivo. Es recomendable alternar el orden de los artículos y cuidar la concordancia entre el último artículo y el sustantivo.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Los trabajadores deben
permanecer en su sitio
de trabajo

Los usuarios morosos
recibirán una sanción

Los estudiantes deben
permanecer en el salón
de clases

Los adolescentes deben
asistir a la conferencia

Expresión inclusiva

Las y los trabajadores deben
permanecer en su sitio
de trabajo

Los y las usuarias morosas
recibirán una sanción

Las y los estudiantes deben
permanecer en el salón
de clases

Las y los adolescentes deben
asistir a la conferencia



IV. PRONOMBRES⁴

Utilizar los pronombres personales, posesivos, reflejos, indefinidos, relativos y átonos permitirá sustituir el sustantivo masculino.

Ejemplos:

Personales: yo, tú, ustedes.

Expresión no inclusiva

Entre todos atenderán a las personas beneficiarias

Expresión inclusiva

Ustedes atenderán a las personas beneficiarias

Posesivos: nos, nuestro, nuestra, nuestras, su, sus, consigo, se.

Expresión no inclusiva

Esta institución cuenta con especialistas al servicio de los usuarios

Es bueno para el bienestar del hombre

Expresión inclusiva

Esta institución cuenta con especialistas a su servicio

Es bueno para nuestro bienestar

Reflejos: se, te, nos.

Expresión no inclusiva

El trabajador solicitará licencia cuando exista una enfermedad grave

El contribuyente tendrá acceso si cumple con los siguientes requisitos

Expresión inclusiva

Se solicitará licencia cuando exista una enfermedad grave

Se tendrá acceso si se cumplen los siguientes requisitos

⁴ El pronombre es la palabra que sustituye al nombre.



Indefinidos: *alguien, cualquiera, nadie.*

Expresión no inclusiva

El que utilice las oficinas
deberá asegurarse de apagar
los equipos de cómputo

Expresión inclusiva

Cualquiera que utilice las
oficinas deberá asegurarse
de apagar los equipos
de cómputo

Relativos: *quien, quienes.*

Expresión no inclusiva

Los conductores de esta vía

El que suscribe

Expresión inclusiva

Quienes conduzcan por
esta vía

Quien suscribe

Átono: *les.*

Expresión no inclusiva

Los felicito por su
labor altruista

Expresión inclusiva

Les felicito por su
labor altruista

Usar el gerundio y el infinitivo. Sintácticamente es posible emplear los verbos en gerundio o infinitivo para evitar el empleo del masculino genérico.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Los que utilizan el lenguaje no
sexista evitan la discriminación
hacia las mujeres

Es necesario que el usuario
tenga una cuenta para
acceder al portal

Expresión inclusiva

Utilizando el lenguaje no
sexista evitamos la discrimina-
ción hacia las mujeres

Es necesario tener una cuenta
para acceder al portal



V. DIAGONALES Y PARÉNTESIS EN VOCATIVOS⁵

Cuando en un mensaje se desconozca si la persona destinataria es hombre o mujer, se recomienda usar diagonales o paréntesis en los vocativos. Sin embargo, se sugiere su uso sólo en textos cortos: formularios, solicitudes, cuestionarios, carteles o cualquier otro documento en donde se cuenta con poco espacio, ya que abusar de ellos en el texto formal resulta una lectura cansada y poco legible.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Interesado

Usuario

Expresión inclusiva

Interesada(o)

Usuaría/o

VI. ARROBA (@)

La arroba no es un signo lingüístico para designar a ambos géneros; por ello, su uso es incorrecto cuando se utiliza de esta manera. Para evitarla, se recomienda emplear sustantivos tanto femeninos como masculinos.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Funcionari@s

Maestr@s

Expresión inclusiva

Funcionarias y funcionarios

Maestras y maestros

⁵ El vocativo es un caso de declinación que sirve para nombrar a una persona o cosa personificada.



VII. FORMAS DE CORTESÍA

Cuando el contexto de las formas de cortesía lo permita, en la información de carácter oficial, se sugiere utilizar el término señora para llamar así a las mujeres sin distinción de edad o estado civil; asimismo, no debe utilizarse el apellido del cónyuge cuando se refiera a una mujer casada ni usarse la preposición *de*.

Ejemplos:

Expresión no inclusiva

Señora Sandra de García

Sr. García y esposa

Sr. y Sra. Pérez

Expresión inclusiva

Señora Sandra Gómez

Sr. García y Sra. Gómez

Alejandro Pérez y Érika Valdés

VIII. PALABRAS CON CONNOTACIÓN SEXISTA

Evitar la connotación peyorativa para estigmatizar a las personas debido a sus atributos físicos o morales en función de los estereotipos de género.

Ejemplos:

Estereotipos de género

Mujeres

Aventurera: prostituta

Mujer pública: prostituta

Soltera: quedada

Hombres

Aventurero: osado, valiente, arriesgado

Hombre público: el que interviene en los negocios, la política

Soltero: codiciado



Asimismo, evitar el uso de chistes, refranes y dichos excluyentes y sexistas que indiquen ideas desfavorables o que parten de prejuicios y estereotipos negativos hacia la mujer, incluso hacia el hombre:

Ejemplos:

- Calladita te ves más bonita.
- Mujer sin varón, ojalá sin botón.
- Mujer al volante, peligro constante.
- ¿Qué tienen en común las rubias y las botellas de cerveza? Que están vacías del cuello para arriba.
- ¿En qué se parecen los dinosaurios a los hombres inteligentes? En que los dos se extinguieron hace mucho.

IX. DESAGREGACIÓN DE DATOS POR SEXO

Separar los datos por sexo en estadísticas, informes e investigaciones, para evitar generalizaciones que imposibiliten ver la distinción que puede presentarse en situaciones concretas.

Ejemplos:

Datos del INEGI señalan que en el último año la Población Económicamente Activa de 15 años y más corresponde a 57.3 millones.

Datos del INEGI señalan que en el último año la Población Económicamente Activa de 15 años y más corresponde a 57.3 millones. Mientras que 78 de cada 100 hombres son económicamente activos, en el caso de las mujeres 45 de cada 100 están en esta situación.



X. USO DE IMÁGENES NO SEXISTAS

Las imágenes son parte también del lenguaje y reproducen o amplían la carga sexista en el uso del lenguaje. En la mayoría de los casos, las imágenes que se emplean en las instituciones públicas o privadas muestran relaciones desiguales, por ejemplo, una división del trabajo entre hombres y mujeres, en donde ubican al hombre en la economía, los deportes, la política, y a las mujeres en la casa o en empleos subordinados, o como cuidadoras; mujeres como objetos sexuales asociadas a la publicidad de todo tipo de productos; mujeres como las únicas responsables de la salud sexual y reproductiva, así como del cuidado de niñas, niños y otros integrantes de la familia; mujeres revictimizadas en situaciones de violencia o procuración de justicia; mujeres que compiten con otras mujeres por la seducción y aprobación masculina, preocupadas por su aspecto físico y desvalorizadas en su capacidad intelectual.

De forma reiterada se reproducen estereotipos que en la mayoría de los casos refuerzan relaciones desiguales y sesgos sexistas en las concepciones de lo humano. Por tanto, algunos criterios que nos pueden orientar en el uso no discriminatorio del material visual son:

- Presentar a mujeres y hombres participando en actividades de manera libre de estereotipos y de manera equitativa.
- Desasociar a las mujeres de papeles domésticos y presentarlas en el mundo público, la vida económica y la participación política.
- Mostrar a la mujer con deseos y voluntad propia.



- Presentar a mujeres y hombres en tareas domésticas, cuidando a las niñas, niños y demás integrantes de la familia.
- Incluir de manera equitativa a las mujeres y a los hombres en espacios profesionales prestigiados social y económicamente.
- Eliminar la presentación de las mujeres como recompensas del éxito masculino o de sus prácticas de consumo.
- No mostrar el cuerpo de las mujeres para atraer la atención.
- Exponer la diversidad de mujeres que existe.
- Evitar representar a la mujer con los tradicionales estereotipos de belleza.
- Colocar igual cantidad de mujeres y hombres de tal forma que se genere un equilibrio.
- Igualdad en la representación de mujeres y hombres en primer y segundo plano.
- Representar a ambos sexos con igualdad de características físicas (estatura, peso, fuerza, etc.)
- Evitar imágenes que hagan referencia a la violencia o maltrato; se debe cuidar la dignidad de las personas.

XI. LENGUAJE GESTUAL

La comunicación humana incluye o se acompaña, además de gestos, signos corporales y expresiones no verbales. Muchos de estos adquieren sentido en el contexto específico de la comunicación, sin embargo, es importante reparar en expresiones cargadas de sexismo y discriminación, tales como:

- Nombrar a la mujer en diminutivo.



- Uso y abuso de la imitación de tonos afeminados con el fin de ridiculizar y estigmatizar a las mujeres y a las personas homosexuales.
- La práctica masculina de evitar el contacto visual con las mujeres que integran un grupo mixto restando importancia a su participación.

Para combatir estas prácticas es necesario tomar conciencia y reflexionar sobre el uso del repertorio gestual al momento de transmitir nuestras ideas y opiniones en la interacción social cotidiana.

XII. EVITAR LENGUAJE DISCRIMINATORIO Y OFENSIVO

Nuestro lenguaje común en la mayoría de las ocasiones es sexista, pero también puede ser clasista, racista u homofóbico, lo cual ha provocado que se excluya y discrimine a otros grupos sociales. A continuación, se sugieren algunas posibilidades o alternativas de un uso más inclusivo del lenguaje:

Incorrecto	Correcto
Las minorías sexuales Homosexuales	Personas de la diversidad sexual Hombres gays
Marimacha Maricones	Personas con preferencias sexuales diferentes a las heterosexuales Lesbianas
Raros	Personas con orientación sexual diferente a la heterosexual
Afeminados Desviados Jotos Indefinidos	Persona homosexual/bisexual/trans-género/travesti/transsexual/intersexual Población LGBTQTTTQA



Incorrecto	Correcto
Los indios	Personas indígenas Los y las indígenas Los pueblos indígenas/originarios Las comunidades indígenas
Viejitos Abuelitos Ancianos Rucos	Las y los adultos mayores Personas adultas mayores
Los sidosos Enfermos/as de sida Enfermos/as de VIH	Personas que viven con VIH/SIDA Personas con VIH/SIDA
Ilegales Mojados Indocumentados Braceros Refugiados Exiliados Sin tierra	Personas en movilidad humana Personas migrantes Personas refugiadas Personas solicitantes de asilo Personas apátridas
Las sectas religiosas	Los grupos religiosos
Niños de la calle Indigentes Vagabundos Pordioseros Vagos Mendigós Limosneros	Niñas y niños en situación de calle Personas en situación de calle
Trata de blancas	Víctimas de trata de personas
Prostituta/o	Trabajador/a sexual
Mujeres de la vida galante Mujeres de la vida fácil	Personas trabajadoras sexuales



Incorrecto	Correcto
Los mazahuas	La población mazahua, la cultura mazahua
Los aztecas	El imperio azteca, la civilización azteca
Personas con capacidades diferentes	Personas con discapacidad
Los minusválidos	Persona con discapacidad motriz
Sordomudo, sordito	Persona con discapacidad auditiva Persona sorda
Invidente, cieguito	Persona con discapacidad visual
Retrasado mental, mongol, tonto, tarado	Persona con discapacidad intelectual
Loco, loquito, demente	Persona con discapacidad psicosocial
Pubertos Chavitos	Adolescentes Juventudes
Pequeños Chiquitos Chiquillos Mocosos Chamacos Nenes	Personas menores de 18 años Personas menores de edad Niñas/niños Infancia
Ninis	Personas sin acceso a educación ni empleo
Lenguaje para sordomudos Lenguaje de señas	Lengua de señas mexicana
Dialectos	Lenguas indígenas/originarias



incorrecto

Correcto

Criada

Chacha

Sirvienta/e

La gata

La mucama

La muchacha

Personas trabajadoras remuneradas
del hogar

Trabajador/a remunerado/a del hogar

Ama/o de casa

Personas trabajadoras

Trabajador/a no remunerado/a
del hogar

Recluso

Presidiario

Prisionero

Encarcelado

Personas privadas de la libertad

Personas de color

Negros/ Negritos

Morenitos

Prietas/Prietitos

Poblaciones afrodescendientes

Personas afrodescendientes

Personas afromexicanas



XIII. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES EN FEMENINO Y MASCULINO

Con el propósito de nombrar y visibilizar a las mujeres en el discurso oral y escrito, se propone a continuación una lista de opciones referente a las profesiones y ocupaciones en lenguaje incluyente.

	Femenino	Masculino
A	Albañila	Albañil
	Actuaria	Actuario
	Alcaldesa	Alcalde
	Anaquequera	Anaquequero
	Aprendiza	Aprendiz
	Asistenta	Asistente
	Ayudanta	Ayudante
	Asesora	Asesor
	Auditora	Auditor
	Azafata	Azafato
B	Bachillera	Bachiller
	Bibliógrafa	Bibliógrafo
	Bioclínica	Bioclínico
	Biógrafa	Biógrafo
	Bombero	Bombero
	Boletera	Boletero
	Baronesa	Barón
	Billetera	Billetero
	Biofísica	Biofísico
	Bióloga	Biólogo
	Botánica	Botánico
	Bodeguera	Bodeguero
	C	Cacica
Capataza		Capataz
Científica		Científico
Coautora		Coautor
Comisaria		Comisario
Concejala		Concejal
Condesa		Conde



	Femenino	Masculino
C	Capitana Cancillera Cantora Cirujana Contralora Consulesa Choferesa Coronela	Capitán Canciller Cantor Cirujano Contralor Cónsul Chófer Coronel
D	Decana Dependiente Dictadora Dibujanta Danzarina Detectiva Diplomática Duquesa	Decano Dependiente Dictador Dibujante Danzarín Detective Diplomático Duque
E	Economista Ejecutiva Eléctrica Electromecánica Edila Embajadora Escenógrafa Estadista	Economista Ejecutivo Eléctrico Electromecánico Edil Embajador Escenógrafo Estadista
F	Federativa Fiscala Financiera Física Funcionaria	Federativo Fiscal Financiero Físico Funcionario
G	Garrotera Gastrónoma Generala Gestora Gobernanta Gerenta Gobernadora	Garrotero Gastrónomo General Gestor Gobernante Gerente Gobernador



	Femenino	Masculino
G	Granadera Guerrillera	Granadero Guerrillero
H	Halterófila Herrera Hojalatera Horticultora	Halterófilo Herrero Hojalatero Horticultor
I	Ilustradora Inspectora Interventora Informática Inquisidora Interina Impresora Intendentia	Ilustrador Inspector Interventor Informático Inquisidor Interino Impresor Intendente
J	Jefa Jueza Jurisconsulta Jurisperita Jornalera Jurada	Jefe Juez Jurisconsulto Jurisperito Jornalero Jurado
L	Lideresa Legisperita Ludotecaria Legisladora Lugartenienta	Líder Legisperito Ludotecario Legislador Lugarteniente
M	Magistrada Marina Médica Ministra Matemática Mandataria Mariscala Marquesa Modista Mecánica	Magistrado Marino Médico Ministro Matemático Mandatario Mariscal Marqués Modisto Mecánico



	Femenino	Masculino
N	Negociadora	Negociador
	Nutrióloga	Nutriólogo
	Neurocirujana	Neurocirujano
	Notaria	Notario
	Neumóloga	Neumólogo
O	Obrera	Obrero
	Operaria	Operario
	Oficiala	Oficial
	Operadora	Operador
	Otorrinolaringóloga	Otorrinolaringólogo
P	Parlamentaria	Parlamentario
	Patóloga	Patólogo
	Patrona	Patrón
	Profetiza	Profeta
	Practicante	Practicante
	Primera ministra	Primer ministro
	Promotora	Promotor
	Programadora	Programador
	Politóloga	Politólogo
	Poetisa	Poeta
	Plomera	Plomero
	Pedagoga	Pedagogo
	Pensionaria	Pensionario
	Perita	Perito
	Presidenta	Presidente
	Procuradora	Procurador
	Proveedora	Proveedor
Publicitaria	Publicitario	
Prefecta	Prefecto	
Q	Quiropráctica	Quiropráctico
	Química	Químico
	Quinesióloga	Quinesiólogo
R	Recolectora	Recolector
	Regenta	Regente
	Rectora	Rector
	Redactora	Redactor
	Regidora	Regidor



	Femenino	Masculino
S	Sastra	Sastre
	Servidora pública	Servidor público
	Soberana	Soberano
	Subsecretaria	Subsecretario
	Socióloga	Sociólogo
	Síndica	Síndico
	Soldada	Soldado
	Supervisora	Supervisor
T	Técnica	Técnico
	Tutora	Tutor
	Trabajadora social	Trabajador social
U	Usuaría	Usuario
V	Validadora	Validador
	Vocera	Vocero
	Visitadora	Visitador

Fuente: elaboración propia con datos de Lledó Cunill (2012: 31-92), Inmujeres (2018: 210-298) y RAE (2019).

XIV. LISTA DE PROFESIONES Y OCUPACIONES GENÉRICAS

A		
Agente	La agente	El y la agente
	El agente	La y el agente
	Persona de la agencia	El o la agente
	Personal de la agencia	La o el agente
Almacenista	La almacenista	El y la almacenista
	El almacenista	La y el almacenista
	Persona de almacén	El o la almacenista
	Personal de almacén	La o el almacenista



Analista	La analista El analista Persona analista Personal analista	El y la analista La y el analista El o la analista La o el analista
Artista	La artista El artista Persona artista Personal artístico	El y la artista La y el artista El o la artista La o el artista
Articulista	La articulista El articulista	El y la articulista La y el articulista El o la articulista La o el articulista
Ascensorista	La ascensorista El ascensorista Persona ascensorista Personal ascensorista	El y la ascensorista La y el ascensorista El o la ascensorista La o el ascensorista
Atleta	La atleta El atleta Persona atleta Persona atlética	El y la atleta La y el atleta El o la atleta La o el atleta
Auxiliar	La auxiliar El auxiliar Persona auxiliar Personal auxiliar	El y la auxiliar La y el auxiliar El o la auxiliar La o el auxiliar

B

Basquetbolista	La basquetbolista El basquetbolista Profesional del basquetbol	El y la basquetbolista La y el basquetbolista El o la basquetbolista La o el basquetbolista
Beisbolista	La beisbolista El beisbolista Profesional del beisbol	El y la beisbolista La y el beisbolista El o la beisbolista La o el beisbolista
Botones	La botones El botones	El y la botones La y el botones El o la botones La o el botones



C

Cabo	La cabo El cabo	El y la cabo La y el cabo El o la cabo La o el cabo
Cantante	La cantante El cantante Quien canta	El y la cantante La y el cantante El o la cantante La o el cantante
Cazatalentos	La cazatalentos El cazatalentos	El y la cazatalentos La y el cazatalentos El o la cazatalentos La o el cazatalentos
Cerillo	La cerillo El cerillo	El y la cerillo La y el cerillo El o la cerillo La o el cerillo
Chef	La chef El chef	El y la chef La y el chef El o la chef La o el chef
Ciclista	La ciclista El ciclista Persona ciclista	El y la ciclista La y el ciclista El o la ciclista La o el ciclista
Cineasta	La cineasta El cineasta	El y la cineasta La y el cineasta El o la cineasta La o el cineasta
Comandante	La comandante El comandante	El y la comandante La y el comandante El o la comandante La o el comandante
Comisionista	La comisionista El comisionista Persona comisionista Personal comisionista	El y la comisionista La y el comisionista El o la comisionista La o el comisionista



Conferencista	La conferencista	El y la conferencista
	El conferencista	La y el conferencista
	Personal conferencista	El o la conferencista La o el conferencista
Conserje	La conserje	El y la conserje
	El conserje	La y el conserje
	Personal de consejería	El o la conserje La o el conserje
Corresponsal	La corresponsal	El y la corresponsal
	El corresponsal	La y el corresponsal
	Persona corresponsal	El o la corresponsal
	Personal corresponsal	La o el corresponsal

D

Dentista	La dentista	El y la dentista
	El dentista	La y el dentista
	Persona dentista	El o la dentista
	Personal dentista	La o el dentista
Docente	La docente	El y la docente
	El docente	La y el docente
	Persona docente	El o la docente
	Personal docente	La o el docente

E

Economista	La economista	El y la economista
	El economista	La y el economista
	Persona economista	El o la economista
	Profesionista de la economía	La o el economista
Edecán	La edecán	El y la edecán
	El edecán	La y el edecán
	Persona edecán	El o la edecán
	Personal edecán	La o el edecán
Electricista	La electricista	El y la electricista
	El electricista	La y el electricista
	Persona electricista	El o la electricista
	Personal electricista	La o el electricista



Especialista	La especialista	El y la especialista
	El especialista	La y el especialista
	Persona especialista	El o la especialista
	Personal especialista	La o el especialista
Estilista	La estilista	El y la estilista
	El estilista	La y el estilista
	Persona estilista	El o la estilista
	Personal estilista	La o el estilista
	Profesional del estilismo	
Estudiante	La estudiante	El y la estudiante
	El estudiante	La y el estudiante
	Estudiantado	El o la estudiante
	Sector estudiantil	La o el estudiante

F

Fisioterapeuta	La fisioterapeuta	El y la fisioterapeuta
	El fisioterapeuta	La y el fisioterapeuta
	Persona fisioterapeuta	El o la fisioterapeuta
	Personal de fisioterapia	La o el fisioterapeuta
Futbolista	La futbolista	El y la futbolista
	El futbolista	La y el futbolista
	Persona futbolista	El o la futbolista La o el futbolista

G

Gacetista	La gacetista	El y la gacetista
	El gacetista	La y el gacetista El o la gacetista La o el gacetista
Gendarme	La gendarme	El y la gendarme
	El gendarme	La y el gendarme
	Personal de gendarmería	El o la gendarme La o el gendarme
Guardia	La guardia	El y la guardia
	El guardia	La y el guardia
	Persona de guardia	El o la guardia
	Personal de guardia	La o el guardia



Guía	La guía	El y la guía
	El guía	La y el guía
	Persona guía	El o la guía
	Persona que guía	La o el guía

Guionista	La guionista	El y la guionista
	El guionista	La y el guionista
	Persona guionista	El o la guionista
	Personal guionista	La o el guionista

Gurú	La gurú	El y la gurú
	El gurú	La y el gurú
		El o la gurú
		La o el gurú

H

Homeópata	La homeópata	El y la homeópata
	El homeópata	La y el homeópata
	Persona homeópata	El o la homeópata
	Personal de homeopatía	La o el homeópata

L

Lavalozas	La lavalozas	El y la lavalozas
	El lavalozas	La y el lavalozas
	Persona lavalozas	El o la lavalozas
		La o el lavalozas

Legista	La legista	El y la legista
	El legista	La y el legista
	Persona legista	El o la legista
		La o el legista

M

Malabarista	La malabarista	El y la malabarista
	El malabarista	La y el malabarista
	Persona malabarista	El o la malabarista
	Personal malabarista	La o el malabarista

Mandamás	La mandamás	El y la mandamás
	El mandamás	La y el mandamás
	Persona mandamás	El o la mandamás



Manicurista	La manicurista El manicurista	El y la manicurista La y el manicurista El o la manicurista La o el manicurista
Maniobrista	La maniobrista El maniobrista Persona maniobrista	El y la maniobrista La y el maniobrista El o la maniobrista La o el maniobrista
Maratonista	La maratonista El maratonista Persona maratonista	El y la maratonista La y el maratonista El o la maratonista La o el maratonista
Masajista	La masajista El masajista Persona masajista Profesional del masaje	El y la masajista La y el masajista El o la masajista La o el masajista
Médium	La médium El médium	El y la médium La y el médium El o la médium La o el médium
Militar	La militar El militar El ejército Persona militar Personal militar	El y la militar La y el militar El o la militar La o el militar
Modelo	La modelo El modelo Persona modelo	El y la modelo La y el modelo El o la modelo La o el modelo
Motociclista	La motociclista El motociclista Persona motociclista Personal motociclista	El y la motociclista La y el motociclista El o la motociclista La o el motociclista



O

Oficinista	La oficinista	El y la oficinista
	El oficinista	La y el oficinista
	Persona oficinista	El o la oficinista
	Personal oficinista	La o el oficinista
Optometrista	La optometrista	El y la optometrista
	El optometrista	La y el optometrista
	Persona optometrista	El o la optometrista
	Personal optometrista	La o el optometrista
Orfebre	La orfebre	El y la orfebre
	El orfebre	La y el orfebre
	Persona orfebre	El o la orfebre
	Personal orfebre	La o el orfebre
Ortopedista	La ortopedista	El y la ortopedista
	El ortopedista	La y el ortopedista
	Persona ortopedista	El o la ortopedista
	Personal ortopedista	La o el ortopedista
	Profesionista de la ortopedia	

P

Pasante	La pasante	El y la pasante
	El pasante	La y el pasante
	Persona pasante	El o la pasante
	Personal pasante	La o el pasante
Pediatra	La pediatra	El y la pediatra
	El pediatra	La y el pediatra
	Profesionista de la pediatría	El o la pediatra La o el pediatra
Pedicurista	La pedicurista	El y la pedicurista
	El pedicurista	La y el pedicurista
	Persona pedicurista	El o la pedicurista
	Personal pedicurista	La o el pedicurista
Penalista	La penalista	El y la penalista
	El penalista	La y el penalista
	Personal penalista	El o la penalista
	Profesional del derecho penal	La o el penalista



Periodista	La periodista	El y la periodista
	El periodista	La y el periodista
	Persona periodista	El o la periodista
	Personal del periodismo	La o el periodista
Piloto	La piloto	El y la piloto
	El piloto	La y el piloto
		El o la piloto
		La o el piloto
Pinche	La pinche	El y la pinche
	El pinche	La y el pinche
		El o la pinche
		La o el pinche
Policía	Policía	El y la policía
		La y el policía
		El o la policía
		La o el policía
Profesionista	La profesionista	El y la profesionista
	El profesionista	La y el profesionista
	Persona profesionista	El o la profesionista
	Personal profesionista	La o el profesionista
Psiquiatra	La psiquiatra	El y la psiquiatra
	El psiquiatra	La y el psiquiatra
	Personal psiquiatra	El o la psiquiatra
	Personal de la psiquiatría	La o el psiquiatra
Publicista	La publicista	El y la publicista
	El publicista	La y el publicista
	Persona publicista	El o la publicista
	Personal publicista	La o el publicista

R

Recepcionista	La recepcionista	El y la recepcionista
	El recepcionista	La y el recepcionista
	Persona recepcionista	El o la recepcionista
	Personal recepcionista	La o el recepcionista
Representante	La representante	El y la representante
	El representante	La y el representante
	Persona representante	El o la representante
	Personal representante	La o el representante



Responsable	La responsable	El y la responsable
	El responsable	La y el responsable
	Persona responsable	El o la responsable
	Personal responsable	La o el responsable

S

Sobrecargo	La sobrecargo	El y la sobrecargo
	El sobrecargo	La y el sobrecargo
	Persona sobrecargo	El o la sobrecargo
	Personal de sobrecargo	La o el sobrecargo

T

Taxista	La taxista	El y la taxista
	El taxista	La y el taxista
	Persona conductora de taxi	El o la taxista
Telefonista		La o el taxista
	La telefonista	El y la telefonista
	El telefonista	La y el telefonista
	Persona telefonista	El o la telefonista
Terapeuta	Personal telefonista	La o el telefonista
	La terapeuta	El y la terapeuta
	El terapeuta	La y el terapeuta
	Persona terapeuta	El o la terapeuta
Titular	Personal terapeuta	La o el terapeuta
	La titular	El y la titular
	El titular	La y el titular
	Persona titular	El o la titular
	Personal titular	La o el titular

V

Vigilante	La vigilante	El y la vigilante
	El vigilante	La y el vigilante
	Persona de vigilancia	El o la vigilante
	Personal de vigilancia	La o el vigilante



Vocal

La vocal
El vocal

El y la vocal
La y el vocal
El o la vocal
La o el vocal

Fuente: elaboración propia con datos de Inmujeres (2018: 210-306).

XV. ABREVIATURAS

Las abreviaturas son la representación gráfica de una o más palabras con una o algunas de sus letras. La finalidad: ahorrar tiempo y espacio en el escrito. El uso de las abreviaturas y la frecuencia de su utilización dentro de un texto dependerán del texto mismo (Seco, 1998: 9, 13).

Respecto a las abreviaturas de palabras que tengan como referente a mujeres, siempre que sea posible se emplearán abreviaturas en femenino. Dado que algunas no admiten variaciones en cuanto al género y se aplican tanto al femenino como al masculino, será el contexto el que aclare las posibles ambigüedades.

Abreviaturas en femenino y masculino

Palabra	Abreviatura	
	f.	m.
Abogada(o)	Abgda.	Abgdo.
Actuaria(o)	Act.	Act.
Arquitecta(o)	Arqta.	Arq.
Asistente	Asist.	Asist.
Auxiliar administrativa(o)	Aux. Admtva.	Aux. Admtvo.
Ciudadana(o)	C.	C.
Contadora(or) pública(o)	C.P.	C.P.
Coordinadora(or)	Coordra.	Coord.
Directora(or)	Dira.	Dir.
Doctora(or)	Dra.	Dr.



Palabra

Abreviatura

	f.	m.
Economista	Ec./Econ.	Ec./Econ.
Editora(or)	Ed.	Ed.
Enfermera(o)	Enfra.	Enfro.
Funcionaria(o) pública (o)	F.P.	F.P.
Gerenta(e)	Gta.	Gte.
Hermana(o)	Hna.	Hno.
Ingeniera(o)	Ingra.	Ing.
Licenciada(o)	Lda./Lcda.	Ldo./Lcdo.
Maestra(o)	Mtra.	Mtro.
Profesora(or)	Profa.	Prof.
Psicóloga(o)	Psica.	Psic.
Secretaria(o)	Sria.	Srio.
Señora(or)	Sra.	Sr.
Servidora(o) pública(o)	S.P.	S.P.
Técnica(o)	Tec.	Tec.

Fuente: elaboración propia con datos de la Academia Mexicana de la Lengua, Fundéu BBVA y Seco (1998).

XVI. EJERCICIOS

Selecciona la opción correcta a los planteamientos que a continuación se te presentan:

1. Son todas aquellas prácticas y actitudes que promueven el trato diferenciado de las personas en razón de su sexo.
a. Sexismo social **b.** Sexismo lingüístico **c.** Sexismo
2. Consiste en la emisión de un mensaje que, debido a su forma es discriminatorio por razón de sexo.
a. Sexismo social **b.** Sexismo lingüístico **c.** Sexismo



3. Consiste en la emisión de un mensaje que, debido a su fondo, es discriminatorio por razón de sexo.
 - a. Sexismo social
 - b. Sexismo lingüístico
 - c. Sexismo

4. Tipo de lenguaje que incluye signos corporales y expresiones no verbales.
 - a. Gestual
 - b. Sexista
 - c. Inclusivo

5. Práctica que permite separar los datos por sexo en estadísticas, informes e investigaciones, para evitar generalizaciones que imposibiliten ver la distinción que puede presentarse en situaciones concretas.
 - a. Desagregación de datos por sexo
 - b. Barras y paréntesis
 - c. Desdoblamiento

6. Se sugiere su uso sólo en textos cortos: formularios, solicitudes, cuestionarios, carteles o cualquier otro documento con espacio muy restringido.
 - a. Desagregación de datos por sexo
 - b. Barras y paréntesis
 - c. Desdoblamiento

Solución: 1. (c), 2. (b), 3. (a), 4. (a), 5. (a) y 6. (b)

El siguiente texto corresponde a un fragmento del periódico *La Jornada*, señala con un círculo la o las palabras que cambiarías para convertir el mensaje de forma incluyente y no sexista:

Niños y jóvenes con capacidades diferentes muestran sus habilidades en la fotografía

FABIOLA PALAPA QUIJAS



Los pacos han aprendido que no sólo se trata de manejar una cámara, sino de capturar una imagen con la mente, el corazón y la vista, explica la socióloga Patricia Priego.

Niños y jóvenes integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización, entre cuyas actividades se imparte el taller Fotógrafo viajero, a cargo de la socióloga Patricia Priego.

Una ampolla en la palma de la mano, una hoja verde, la cáscara de una naranja, una flor en la tierra, un maíz, una joven colgada en una tela, un llavero, las cuerdas de un violín, unos patos en el lago, un ojo, una nariz, cuadros en el piso, una banca y un limón, son algunas de las fotografías que presentan los integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización (Pacos), incluidas en la muestra colectiva Reflejos de colores.

Periódico La Jornada
Viernes 4 de marzo de 2016, p. 5

Ejemplo:

Niñas, niños y jóvenes con capacidades diferentes discapacidad muestran sus habilidades en la fotografía

FABIOLA PALAPA QUIJAS

Las y los pacos han aprendido que no sólo se trata de manejar una cámara, sino de capturar una imagen con la mente, el corazón y la vista, explica la socióloga Patricia Priego.

Niñas, niños y jóvenes integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización, entre cuyas actividades se imparte el taller Fotógrafo viajero, a cargo de la socióloga Patricia Priego.

Una ampolla en la palma de la mano, una hoja verde, la cáscara de una naranja, una flor en la tierra, un maíz, una joven colgada en una tela, un llavero, las cuerdas de un violín, unos patos en el



lago, un ojo, una nariz, cuadros en el piso, una banca y un limón, son algunas de las fotografías que presentan **los** integrantes del Programa de Atención a la Comunidad Orientada a la Socialización (Pacos), incluidas en la muestra colectiva Reflejos de colores.

Periódico La Jornada
Viernes, 4 de marzo de 2016, p. 5

La imagen que a continuación se muestra corresponde a un Formato Único de Registro (FUR) en el que se les solicitan datos a las personas que buscan ser beneficiarias de algún programa social. Observa detenidamente los campos que requiere y subraya aquellos que no estén siendo incluyentes:

1. DATOS PERSONALES							
1.1 Nombre del solicitante							
<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width:33%; height: 20px;"></td> <td style="width:33%; height: 20px;"></td> <td style="width:33%; height: 20px;"></td> </tr> <tr> <td style="font-size: 8px;">Apellido paterno</td> <td style="font-size: 8px;">Apellido materno</td> <td style="font-size: 8px;">Nombre(s)</td> </tr> </table>					Apellido paterno	Apellido materno	Nombre(s)
Apellido paterno	Apellido materno	Nombre(s)					
2. DATOS SOCIOECONÓMICOS							
2.1 ¿Cuántas familias habitan en la vivienda? (en caso de que viva más de una familia en la vivienda, aplicar un cuestionario por familia)	2.2 ¿Es usted el jefe(a) del hogar?						
<input type="checkbox"/> Una <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No, especifique parentesco _____						
2.3 ¿Habla alguna lengua indígena?	2.4 Estado civil						
<input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Sí, ¿cuál? _____	<input type="checkbox"/> Soltero(a) <input type="checkbox"/> Casado(a) <input type="checkbox"/> Divorciado(a) <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Viudo(a) <input type="checkbox"/> Separado(a)						
2.5 ¿Cuántos hijos tiene?	2.6 Tiempo de radicar en el Estado de México						
<input type="checkbox"/> Ninguno <input type="checkbox"/> Uno <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres	<input type="checkbox"/> Menos de 1 año <input type="checkbox"/> De 1 a 10 años <input type="checkbox"/> De 11 a 20 años <input type="checkbox"/> Más de 20 años						
2.6 Grado máximo de estudios							
<input type="checkbox"/> Ninguno, no sabe leer ni escribir <input type="checkbox"/> Ninguno, pero sabe leer y escribir <input type="checkbox"/> Preescolar <input type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Secundaria <input type="checkbox"/> Bachillerato, preparatoria o equivalente <input type="checkbox"/> Técnico <input type="checkbox"/> Licenciatura <input type="checkbox"/> Maestría <input type="checkbox"/> Doctorado							
2.7 Situación laboral							
<input type="checkbox"/> No trabaja <input type="checkbox"/> No estudia, ni trabaja <input type="checkbox"/> Estudiante <input type="checkbox"/> Ama de casa <input type="checkbox"/> Activo(a), actualmente se encuentra trabajando <input type="checkbox"/> Jubilado(a) <input type="checkbox"/> Pensionado(a) <input type="checkbox"/> Presenta alguna limitación física o mental que le impiden trabajar <input type="checkbox"/> Desempleado(a), actualmente no se encuentra trabajando, pero está en busca de un trabajo							



Solución:

1. DATOS PERSONALES									
1.1 Nombre del solicitante									
Apellido paterno			Apellido materno			Nombre(s)			
2. DATOS SOCIOECONÓMICOS									
2.1 ¿Cuántas familias habitan en la vivienda? (en caso de que viva más de una familia en la vivienda, aplicar un cuestionario por familia)					2.2 ¿Es usted el jefe(a) del hogar?				
<input type="checkbox"/> Una <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres					<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No, especifique parentesco _____				
2.3 ¿Habla alguna lengua indígena?			2.4 Estado civil						
<input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Sí, ¿cuál? _____			<input type="checkbox"/> Soltero(a) <input type="checkbox"/> Casado(a) <input type="checkbox"/> Divorciado(a) <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Viudo(a) <input type="checkbox"/> Separado(a)						
2.5 ¿Cuántos hijos tiene?			2.6 Tiempo de radicar en el Estado de México						
<input type="checkbox"/> Ninguno <input type="checkbox"/> Uno <input type="checkbox"/> Dos <input type="checkbox"/> Tres <input type="checkbox"/> Más de tres			<input type="checkbox"/> Menos de 1 año <input type="checkbox"/> De 1 a 10 años <input type="checkbox"/> De 11 a 20 años <input type="checkbox"/> Más de 20 años						
2.6 Grado máximo de estudios									
<input type="checkbox"/> Ninguno, no sabe leer ni escribir <input type="checkbox"/> Ninguno, pero sabe leer y escribir <input type="checkbox"/> Preescolar <input type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Secundaria <input type="checkbox"/> Bachillerato, preparatoria o equivalente <input type="checkbox"/> Técnico <input type="checkbox"/> Licenciatura <input type="checkbox"/> Maestría <input type="checkbox"/> Doctorado									
2.7 Situación laboral									
<input type="checkbox"/> No trabaja <input type="checkbox"/> No estudia, ni trabaja <input type="checkbox"/> Estudiante <input type="checkbox"/> Ama de casa <input type="checkbox"/> Activo(a), actualmente se encuentra trabajando <input type="checkbox"/> Jubilado(a) <input type="checkbox"/> Pensionado(a) <input type="checkbox"/> Presenta alguna limitación física o mental que le impiden trabajar <input type="checkbox"/> Desempleado(a), actualmente no se encuentra trabajando, pero está en busca de un trabajo									

Expresiones sexistas

Nombre del solicitante

¿Cuántos hijos tiene?

Alternativas incluyentes

- Nombre de la persona solicitante
- Nombre de la o el solicitante

¿Cuántas hijas e hijos tiene?

Relaciona las oraciones de la columna izquierda con la alternativa que se utilizó para incorporar el lenguaje incluyente y no sexista ubicada en la columna de la derecha:

- | | |
|---|---|
| A. Quien reúna todos los requisitos, tendrá mayores oportunidades de participar en alguno de los programas. | () Determinantes gramaticales femeninos y masculinos |
| B. Nombrar, visibilizar e incluir a las personas dignamente es un tema de justicia, por lo que utilizando el lenguaje incluyente y no sexista evitamos la discriminación. | () Sustantivos colectivos |



- C. Las y los mexicanos han avanzado mucho en la investigación. () Si eres mujer, nómbrate
- D. El profesorado tiene derecho a disponer de autonomía. () No utilizar a las mujeres como pertenencia del hombre
- E. Se les dará prioridad a las personas derechohabientes. () Emplear quien, quienes, cualquiera
- F. Una no es la misma después de estudiar la perspectiva de género. () Uso del infinitivo y del gerundio
- G. El Sr. Quiroz y la Sra. Zepe- () Usar persona o personas para evitar el masculino
da asistieron a la ceremonia.

Solución:

- (C) Determinantes gramaticales femeninos y masculinos
- (D) Sustantivos colectivos
- (F) Si eres mujer, nómbrate
- (G) No utilizar a las mujeres como pertenencia del hombre
- (A) Emplear quien, quienes, cualquiera
- (B) Uso del infinitivo y del gerundio
- (E) Usar persona o personas para evitar el masculino



XVII. CONCLUSIONES

El uso del lenguaje incluyente y no sexista es esencial en la construcción de la igualdad sustantiva y la no discriminación, ya que nombra y visibiliza de manera digna a grupos que históricamente han sido discriminados. Se sugiere emplearse en todos los documentos escritos que se producen en las instituciones públicas, así como en aquellos textos que se utilicen en productos comunicativos, impresos o electrónicos, para televisión y radio, cuya función es hacer difusión.

En tal sentido, corresponde a la administración pública, en el marco de la puesta en marcha de las políticas de igualdad de oportunidades, implementar y operar diferentes estrategias de trato igualitario entre mujeres y hombres.

El empleo no sexista e incluyente del lenguaje se presenta como una oportunidad excepcional para hacer tangibles las relaciones igualitarias entre la ciudadanía y la administración pública. Una oportunidad para reducir espacios de desigualdad y también porque la administración debe demostrar su implicación y liderazgo en materia de igualdad de oportunidades.

Mujeres y hombres deben nombrarse cuando se hace referencia a situaciones de las que son parte. No hacerlo implica “desaparecer” a unas personas para enaltecer a otras.

Nada cuesta agregar o modificar lo que decimos o escribimos, o bien, usar palabras que realmente sean incluyentes de ambos sexos sin necesidad de recurrir a términos que nos remiten sólo a lo masculino.



El presente documento no pretende ser exhaustivo, sino sugerir alternativas básicas para que lo que escribamos o exponga sea más respetuoso de la diversidad de las personas y les muestre dignidad.



GLOSARIO

Bifobia: Rechazo, discriminación, burlas y otras formas de violencia hacia las personas y prácticas bisexuales.

Androcentrismo: consiste en plantear el mundo desde lo masculino tomando al hombre como parámetro o modelo de lo humano, lo que imposibilita ver lo femenino y aceptar la existencia autónoma de personas del sexo femenino.

Comunicar: es el proceso oral, visual, escrito, gestual o corporal con el que la humanidad establece un diálogo y pone en común códigos e ideas.

Discriminación: ideología que clasifica a las personas en diversos grupos y les da un trato distinto y frecuentemente desigual en cuanto a sus derechos y obligaciones.

Discriminación sexual: es la negación, exclusión, distinción, menoscabo, impedimento o restricción de los derechos humanos de las personas por razón de su sexo. Es imputable a personas físicas, morales o entes públicos con o sin intención, dolosa o culpable, por acción u omisión y tiene por efecto anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos y libertades fundamentales, así como la igualdad de las personas.

Discriminación contra la mujer: es toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo, que tenga por objeto o resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad de la mujer y el hombre, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera.

Equidad: principio ético de justicia emparentado con la idea de igualdad social, el reconocimiento y valoración de las diferencias sociales y de la individualidad, para llegar a un equilibrio entre ambas dimensiones.



Equidad de género: es el tratamiento diferente para corregir desigualdades en términos de derechos, beneficios, obligaciones y oportunidades; este principio permite identificar el comportamiento de mujeres y hombres.

Estereotipos: es la imagen o idea aceptada comúnmente por una sociedad dentro de una cultura específica, sobre los atributos o cualidades que determinan a un grupo de personas, sin considerar las características, capacidades y sentimientos particulares de cada persona.

Género: abarca los estereotipos, roles, actitudes, valores y símbolos que identifican el comportamiento de las mujeres y los hombres, así como las relaciones que entre ellos se construyen a través de la socialización.

Igualdad: consiste en tener el mismo valor para no ser considerados ni por debajo ni por encima de otra persona.

Igualdad de género: principio a través del cual se reconoce que las necesidades y características de mujeres y hombres son valoradas y tomadas en cuenta de la misma manera, de modo que sus derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de su sexo, eliminando así toda forma de discriminación por dicho motivo.

Igualdad sustantiva: se refiere a las mismas oportunidades y posibilidades reales de gozar y ejercer sus derechos humanos que tienen las personas independientemente de su género, origen racial o étnico, sus condiciones físicas, económicas, sociales o culturales.

Lenguaje: conjunto de elementos de comunicación que refleja los valores, visiones, concepciones y el pensamiento de una sociedad que le da significado a las palabras y a las imágenes.

Lenguaje sexista: es una forma de exclusión que refuerza la situación de discriminación hacia las mujeres al fomentarles una imagen errónea que desestima su contribución a la sociedad y



su presencia en todos los ámbitos, por lo que se les representa incompletas, o bien, se les define en correlación con los hombres, su sexualidad y sus funciones reproductivas.

Lenguaje no sexista: es el uso de aquellas expresiones de la comunicación humana tendientes a visibilizar a ambos sexos, particularmente a las mujeres, eliminando la subordinación, la humillación y el uso de estereotipos.

Lenguaje incluyente: se utiliza para dirigirse a la amplia diversidad de identidades culturales refiriendo con ello a la igualdad, la dignidad y el respeto que merecen todas las personas sin importar su condición humana sin marcar una diferencia en la representación social de las poblaciones históricamente discriminadas evitando definir las por sus características o condiciones.

Machismo: fenómeno sociocultural que exalta los valores considerados masculinos como la hombría, la virilidad y el poder, expresados con violencia y fuerza, que genera una creencia y actitud de superioridad y dominio sobre las mujeres.

Misoginia: odio, menosprecio y aversión hacia las mujeres por el sólo hecho de ser mujeres.

Misandria: odio o menosprecio hacia los hombres.

Perspectiva de género: es una visión científica sobre la sociedad, la cual permite enfocar, observar y analizar las diferencias, semejanzas y relaciones entre hombres y mujeres. Su metodología y mecanismos permiten identificar, cuestionar y valorar la discriminación, la desigualdad, la exclusión y la violencia contra las mujeres. Tiene por finalidad que los estudios, acciones, proyectos de desarrollo, las leyes y las políticas públicas tomen en cuenta las relaciones de género para crear condiciones de cambio que permitan avanzar en la construcción de la igualdad de género.

Roles: son el conjunto de funciones, tareas, responsabilidades



y prerrogativas que se generan como expectativas y exigencias sociales hacia las personas dentro del entorno en que viven.

Sexismo: es la discriminación de personas de un sexo en contraposición al otro; histórica y culturalmente es la creencia en la superioridad del sexo masculino, resultado de una serie de privilegios para mantener al sexo femenino a su servicio, entendido como algo natural.

Sexo: se refiere a las diferencias biológicas entre los seres humanos que distinguen a mujeres y hombres.

Socialización: proceso mediante el cual aprendemos a pensar, sentir y comportarnos como mujeres u hombres según las normas, creencias, roles y valores sociales que cada cultura dicta para cada sexo.

Violencia contra las mujeres: es cualquier acción u omisión contra el género femenino que le cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte, tanto en el ámbito privado como en el público.



FUENTES DE CONSULTA

- Academia Mexicana de la Lengua. Disponible en: <https://www.academia.org.mx/>, consultado en diciembre de 2015.
- Banco Interamericano de Desarrollo BID (2008). Cuaderno de Unidades Didácticas para la Igualdad. Disponible en: <https://publications.iadb.org>, consultado en 2014.
- Código de Procedimientos Penales para el Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 14 de marzo de 2016). Disponible en: <http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/cod/vig/codvig004.pdf>, consultado en julio de 2019.
- Congreso de la Unión de los Estados Unidos Mexicanos (2006). Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres, en Diario Oficial de la Federación, 2 de agosto, México.
- _____(2003). Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación, en Diario Oficial de la Federación, 11 de junio, México.
- Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social CEMYBS (2014). *Guía para el uso no sexista del lenguaje*, Toluca, Estado de México.
- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (2009). 10 recomendaciones para el uso no sexista del lenguaje, Col. “Textos del caracol”, 2ª ed., CONAPRED, México. Disponible en: https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/11.2_Diez_recomendaciones_para_el_uso_no_sexista_del_lenguaje_2009.pdf, consultado en julio de 2019.
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (última reforma 2016). Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/htm/1.htm>, consultado en julio de 2019.
- Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres CONAVIM (2018). *Manual para el uso de un lenguaje incluyente y con perspectiva de género*. Disponible en: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/183695/>



Manual_Lenguaje_Incluyente_con_perspectiva_de_g_nero-
octubre-2016.pdf, consultado en mayo de 2019.

_____ (2016). *Líneas de comunicación interna para el uso de lenguaje incluyente y no sexista*. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/183696/Lineas_de_Comunicacion_interna_para_el_uso_de_lenguaje_incluyente.pdf, consultado en junio de 2019.

DIF CDMX (2017). *Guía para el uso del lenguaje inclusivo desde un enfoque de derechos humanos y perspectiva de género*, DIF CDMX, México. Disponible en: <https://dif.cdmx.gob.mx/storage/app/uploads/public/59b/948/565/59b948565102b180947326.pdf>, consultado en julio-agosto 2019.

Fundéu BBVA. Buscador Urgente de Dudas. Disponible en: <https://www.fundeu.es/>, consultado en diciembre de 2015.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos CNDH (2017). *Guía para el uso de un lenguaje incluyente y no sexista*. Disponible en: <http://www.cdhezac.org.mx/TRANSPARENCIA/vinculos/GuiaLenguajeIncluyente.pdf>, consultado en mayo de 2019.

Instituto Nacional de las Mujeres (2008). *Compilación de los principales instrumentos internacionales sobre derechos humanos de las mujeres*, 4ª ed., Inmujeres, México.

_____ (2008). *Guía metodológica para la sensibilización en género: una herramienta didáctica para la capacitación en la Administración Pública*. Disponible en: cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100973.pdf, consultado en junio de 2019.

_____ (2018). *Manual de Comunicación no sexista. Hacia un lenguaje incluyente*. Disponible en: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101265.pdf, consultado en mayo de 2019.

La Jornada (2016). Niños y jóvenes con capacidades diferentes muestran sus habilidades en la fotografía. Disponible en: <https://www.jornada.com.mx/2016/03/04/cultura/a05n1cul>, consultado en agosto de 2019.



Lledó Cunill, Eulàlia (s/f). *Las profesiones de la A a la Z. En femenino y en masculino*, Instituto de la Mujer (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales), Madrid, Serie Lenguaje, núm. 4, en línea:
<http://www.mujaresenred.net/IMG/pdf/lasprofesiones.pdf>, consultado en noviembre de 2015.

Ley del Adulto Mayor del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 16 de agosto de 2016). Disponible en:
<http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig138.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley de Apoyo a Migrantes del Estado de México. Disponible en:
<https://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig220.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley de Derechos y Cultura Indígena del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 6 de agosto de 2015). Disponible en:
<http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig090.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 7 de junio de 2018). Disponible en:
<https://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig098.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley para Prevenir, Combatir y Eliminar Actos de Discriminación en el Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 5 de diciembre de 2017). Disponible en:
<http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig025.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Ley para la Protección, Integración y Desarrollo de las Personas con Discapacidad del Estado de México (Última reforma publicada en el Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno” el 14 de agosto de 2019). Disponible en:



<http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig189.pdf>, consultado en agosto de 2019.

Menéndez Menéndez, María Isabel (2006). *Lenguaje administrativo no sexista, Serie Unidad de igualdad de género*, vol. 7, Instituto Andaluz de la Mujer, Sevilla.

Organización de las Naciones Unidas (1981). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer*. Disponible en: www.ohchr.org, consultado en 2019.

_____. Mujeres (2018). *Las mujeres están por debajo de los hombres en todos los indicadores del desarrollo sostenible*. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2018/02/1427081>, consultado en 2019.

Real Academia Española (2001). *Diccionario de la Lengua Española*, 22ª ed., Espasa Calpe, Madrid.

Reglamento de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (Última reforma 2014).
Disponible en:
diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGAMVLV.pdf, consultado en julio-agosto de 2019.

Seco, Manuel (1998). *Diccionario de dudas y dificultades de la lengua española*, Madrid, Espasa Calpe.

SEGOB, CONAPRED, CONAVIM, Inmujeres (2015). Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje. Guías básicas, CONAPRED, México. Disponible en: https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/GuiaBasica-Uso_Lenguaje_INACCSS.pdf, consultado en julio-agosto de 2019.

Valdés Betancourt, Teresa (2010). “Lenguaje incluyente”, Ponencia. Primer Congreso Nacional del Modelo de Equidad de Género y Séptima entrega de certificados, Inmujeres, México, 26 de octubre.

El mejor termómetro para medir el grado de civilización de un pueblo es la situación de sus mujeres.

Norberto Bobbio



LÍNEA SIN VIOLENCIA

800 108 40 53

24 horas • 365 días • Confidencial • Gratuita

LÍNEA 911

Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social

Avenida José María Morelos y Pavón núm. 809 poniente,
col. La Merced, C.P. 50080, Toluca, Estado de México.
Tel.: 722 213 89 15.

www.cemybs.edomex.gob.mx

