



## RECOMENDACIONES PARA USO de lenguaje inclusivo y no sexista

El lenguaje inclusivo y no sexista hace referencia a toda expresión verbal o escrita, que utiliza preferiblemente vocabulario neutro, o bien hace evidente el masculino y el femenino, evitando generalizaciones del masculino, para situaciones o actividades donde aparecen mujeres y hombres. (Consejo Nacional de las Artes: Guía de Lenguaje inclusivo de Género, año 2016. Pág. 4.)

El uso no sexista del lenguaje es la utilización de expresiones lingüísticamente correctas sustitutivas de aquellas que, aun siendo correctas o no, ocultan lo femenino o lo sitúan en un plano secundario o de menor valor respecto al masculino. (Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer)

Por su parte, el sexismo es un conjunto de valores, interpretaciones, comportamientos, acciones, y/o actitudes, que legitiman la superioridad o inferioridad sexual y el lenguaje es sexista cuando la forma de expresión verbal, escrita o gráfica, produce distinciones jerárquicas y excluyentes entre personas, en razón de su sexo y/o género.

Como afirma la lingüista Eulalia Lledó, “el lenguaje no es sexista en sí mismo, sí lo es su utilización. Si se utiliza correctamente también puede contribuir a la visibilización de la mujer”.

Estas orientaciones ofrecen formas para emplear un lenguaje inclusivo, en todo tipo de situaciones y formas de comunicarnos.

Les invitamos a reflexionar en cuanto a la importancia de cuidar nuestras expresiones, respetando la pluralidad y considerando la diversidad de identidades de género.

## RECOMENDACIONES

### para un correcto uso de lenguaje inclusivo

El sistema lingüístico ofrece diversas posibilidades para evitar la discriminación en su uso, utilizando términos y conceptos neutros, que incluyan a toda la humanidad:

**Cuando nos referimos al género humano,**  
se puede sustituir por términos colectivos neutrales.

LO QUE NO SE DEBE USAR	LO QUE SE DEBERÍA USAR
"La cultura nos pertenece a todos, y su construcción..."	"La cultura le pertenece a toda la ciudadanía, y su construcción..."
"El origen del hombre..."	"El origen de la especie humana..."
"Todos los hombres son iguales ante la ley..."	"Todas las personas son iguales ante la ley..."
"La cultura da al hombre la capacidad de reflexión sobre sí mismo."	"La cultura da a la humanidad la capacidad de reflexión sobre sí misma."
"Es bueno para el bienestar del hombre."	"... de la humanidad, los seres humanos, la gente, las personas." "Es bueno para nuestro bienestar"

**Cuando nos referimos a grupos de personas,**  
se puede sustituir por sustantivos metonímicos genéricos.

LO QUE NO SE DEBE USAR	LO QUE SE DEBERÍA USAR
"...el universo de beneficiarios es..."	"...el universo de la población beneficiaria es..."
"Los jóvenes chilenos lograron despertar a todo un pueblo"	"la juventud chilena logró despertar a todo un pueblo"
"Seis de los estudios chilenos de diseño más innovadores del país, compuestos por jóvenes diseñadores..."	"Seis de los estudios chilenos de diseño más innovadores del país, compuestos por jóvenes diseñadoras y diseñadores..."
"... sistema de relaciones laborales entre directivos y funcionarios..."	"... sistema de relaciones laborales entre las personas pertenecientes al estamento directivo y personas funcionarias..."
"... en caso que sus proyectos sean seleccionados, los postulantes deberán..."	"... en caso que sus proyectos sean seleccionados, las personas postulantes deberán..."
"... los criterios con que se eligieron a los nueve ganadores"	"... los criterios con que se eligieron a cada persona ganadora"

**Se puede sustituir el uso de “el, los, aquel, aquellos”,**  
seguidos del relativo “que”, por “quien, quienes, cada”.

LO QUE NO SE DEBE USAR	LO QUE SE DEBERÍA USAR
El que suscribe	Quien suscribe
Aquellos que vinieron a clases	Quienes vinieron a clases
Los que no cumplan los requisitos	Quienes no cumplan los requisitos

**Sustituir el artículo “uno”,**  
por “alguien” o “cualquiera”.

LO QUE NO SE DEBE USAR	LO QUE SE DEBERÍA USAR
Cuando uno lee las instrucciones...	Cuando alguien lee las instrucciones... Cuando cualquiera lee las instrucciones...
Cuando uno asiste al laboratorio...	Cuando alguien asiste al laboratorio... Cuando cualquiera asiste al laboratorio...

**Evitar el uso de adverbios con marca de género.**

En ocasiones, cuando los sustantivos son neutros se puede omitir el artículo.

LO QUE NO SE DEBE USAR	LO QUE SE DEBERÍA USAR
Pocos estudiantes no cuentan con beca	La minoría de estudiantes no cuentan con beca
Muchos fueron convocados al Seminario	Se convocó a mucha gente al Seminario
Más de la mitad de los docentes asistieron a la capacitación	La mayoría de docentes asistió a la capacitación. Más de la mitad del cuerpo docente...
Los jefes de servicio	Jefaturas de servicios
El profesional deberá saber...	Cada profesional deberá saber...

**Evitar el uso de “las /los” para incluir a las personas.**

No es necesario usarlos siempre, ya que existen palabras que incluyen a todas las personas. Por ejemplo:

USEMOS	EN VEZ DE
La población infante, infancia	Los niños y las niñas
Las personas jóvenes	Las mujeres y los hombres jóvenes
La juventud, la adolescencia	Los/as jóvenes, los/as adolescentes
La población	Los hombres y las mujeres

USEMOS	EN VEZ DE
La comunidad universitaria	Los estudiantes, funcionarios/as y académicos/as
Las personas participantes	Las mujeres y los hombres participantes
La comunidad estudiantil	Las y los estudiantes
Las personas trabajadoras	Las trabajadoras y trabajadores
La población santiaguina	Los y las santiaguinas
Personas en situación de discapacidad	Las y los discapacitados
Solicitante, representante, profesionales	El/la solicitante, el representante, los profesionales

### Cambiar la redacción y la forma verbal.

Por ejemplo:

USEMOS	EN VEZ DE
Intentando entenderse entre sí sin querer imponerse	Intentando entenderse entre ellos sin querer imponerse
Analizamos los problemas a los que nos enfrentamos	Analizamos los problemas a los que nos vemos enfrentados

### ACERCA DE LOS USOS SEXISTAS

El sexismo implica la desvalorización, en mayor o menor grado de las mujeres, por el sólo hecho de serlo. Incluso el lenguaje sexista, es una manifestación de violencia simbólica.

Por ejemplo:

USEMOS	EN VEZ DE
Uso de diminutivos para hablar de las mujeres	Aunque es más difícil encontrarlo en un escrito formal, puede que se use en relaciones laborales más o menos formales o en el momento de atender al público. Ejemplo: "jovencita", "señorita". La solución pasa por no utilizarlas.
Uso innecesario de la palabra mujer acompañando a sustantivos femeninos	Se trata de evitar la redundancia que supone utilizar expresiones como "mujeres arquitectas", queda inscrito el sexo de quien se está hablando. La solución pasa por eliminar el término mujeres.

**RECUERDA** Un lenguaje no sexista:

- Incluye y hace visibles a los sexos
- Valora por igual a hombres y mujeres
- Da palabra a todas las personas
- No nos confunde con su mensaje
- Evita estereotipar a las mujeres según roles tradicionales
- Evita expresiones verbales que den la idea de minorización de la mujer respecto del hombre
- Evita reflejar androcentrismo

La regla de la inversión nos ayuda a detectar el sexismo lingüístico, si hay un término en masculino, cámbialo a su correspondiente femenino y viceversa. Si como resultado obtienes una frase extraña, es que estamos ante algún tipo de sexismo.

Por último, no olvidemos incluir a todas las identidades de género, el lenguaje inclusivo y que represente la diversidad, debe alcanzar también a aquellas personas que no se sienten identificadas con la división binaria hombre – mujer. Comprender la utilización de lenguaje inclusivo nos ayudará a lograr una sociedad más igualitaria.

**Te invitamos a:**

- Evitar expresiones discriminatorias
- Eliminar los masculinos presuntamente genéricos
- Visibilizar el género cuando lo exija la situación comunicativa
- No visibilizar el género cuando no lo exija la situación comunicativa



**REDES DE APOYO**

Si tienes dudas y/o sugerencias, puedes escribirnos a:  
[programageneroyequidad@utem.cl](mailto:programageneroyequidad@utem.cl)

¡Seamos parte de los cambios que la UTEM necesita!

**#ComunidadUTEMUnida #BuenaspracticassUTEM**