

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 1 de 19

INTRODUCCIÓN

Con el paso del tiempo la comunicación ha ido cambiando, madurando y adquiriendo una estructura gramatical que es reflejo del mundo y su entorno. De ahí que el lenguaje es un instrumento particular y característico de cada persona como reflejo y portavoz del contexto social y cultural e histórico en el que se encuentra; sin embargo, así como es un elemento de gran riqueza, también es una de las manifestaciones más importantes de la desigualdad y de invisibilización de toda forma femenina denominado sexismo lingüístico que se materializa cuando el lenguaje es discriminatorio al visibilizar solo a un grupo en específico y no a un colectivo diverso.

El lenguaje como elemento que más influye en la formación del pensamiento de una sociedad manifiesta notablemente la desigualdad al ocultar a la mujer en su uso cotidiano; pensando en lo anterior, de ninguna manera puede ser considerado intrascendente este tema ya que mientras se siga utilizando de esta manera en el habla, la escritura, no se haga consciente y se mantenga la naturalización de su uso, no se conseguirá conformar una comunidad igualitaria pues es la forma más sutil a través de la cual se transmite este tipo de discriminación, reflejando y reproduciendo estereotipos y roles de en la sociedad y que posibilita la violencia hacia las mujeres y niñas.

El uso del lenguaje incluyente es uno de los logros del movimiento feminista para la institucionalización y cambio cultural a favor de la igualdad sustantiva entre hombres y mujeres y al cual esta administración ha adoptado y reconocido a fin de alcanzarla, a través de la adopción y comunicación.

En sí, la lengua española no es sexista, aunque si lo es el modo en la que le damos uso; de ahí que la única forma de cambiar un lenguaje sexista, excluyente y discriminatorio es sensibilizando y haciendo visible el contexto del que deriva, así como ofrecer alternativas concretas y herramientas viables para promover y facilitar su utilización.

De lo anterior deriva el presente lineamiento que justamente busca dar elementos y ser una guía para la utilización del lenguaje incluyente y no sexista en los Institutos Tecnológicos, Centros y Unidades en todos los aspectos de la comunicación interna y externa.

Toda copia en PAPEL es un "Documento No Controlado" a excepción del original.
Este documento es propiedad intelectual del TecNM queda prohibido su reproducción parcial y/o total.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 2 de 19

OBJETIVO

Impulsar y promover la utilización del lenguaje incluyente y no sexista en la comunicación interna y externa por parte de la comunidad que conforma las oficinas centrales, los institutos tecnológicos, centros y unidades, dando una herramienta que facilite la comprensión y conocimiento de su uso a fin de erradicar el sexismo lingüístico y los elementos que fomentan la discriminación y la desigualdad entre los géneros promoviendo roles y estereotipos tradicionales atribuidos a mujeres y hombres, que van en contra de una cultura de inclusión

USO DE ARTÍCULOS, SUSTANTIVOS Y PRONOMBRES

Al aplicar la perspectiva de género en la lengua se usan siempre los artículos las y los para referirse a niñas y niños; señoras y señores; alumnas y alumnos, o cuando se trate de maestras y maestros. Para evitar que este recurso se multiplique a tal grado que resulte inoperante conviene utilizar palabras de carácter colectivo que eviten el uso del masculino.

Los artículos se pueden utilizar para enunciar la diferenciación de género son repetir el sustantivo. Es recomendable alternar y cuidar la concordancia entre el último artículo con el sustantivo:

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Los trabajadores deben permanecer en su sitio de trabajo...	Los y las trabajadoras deben permanecer en su sitio de trabajo...
Los estudiantes deberán enviar sus tareas...	Las y los estudiantes deberán enviar sus tareas...
El emprendedor	La persona emprendedora

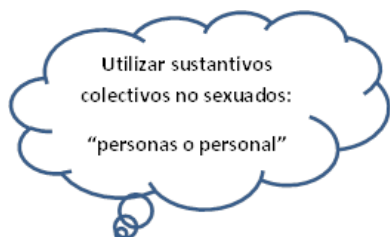
	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 3 de 19

Evitar el uso de artículos masculinos: como el, los o aquellos seguidos del relativo; se sugiere emplear quien o quienes.

Expresión no incluyente	Expresión incluyente
Los que traigan la tarea	Quienes traigan la tarea
Los demás	El resto del alumnado El resto de las personas

SUSTANTIVOS

Para hablar o referirse a colectivos o grupos formados por mujeres y hombres sin incurrir en un uso sexista o discriminatorio.



Expresión sexista	Alternativa no sexista
Las secretarías...	El personal secretarial...
Los derechos del hombre...	Los derechos humanos...
Los trabajadores...	El personal...

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 4 de 19

Por lo que a la forma de las palabras se refiere, salvo excepciones, en español los sustantivos de género masculino terminan en -o, -e o en consonante, mientras que los femeninos lo hacen en -a o en consonante.

Masculinos en -o/-e	Masculinos en consonante (especialmente en -j, -l, -n)	Femeninos en -a	Femeninos en consonante (especialmente en -d, -z)
<i>aceite abogado coche hermano perro maestro monje</i>	<i>camión colegial doctor marqués melón patrón reloj</i>	<i>aceitera abogada hermana perra maestra monja veterinaria</i>	<i>actriz bondad caridad emperatriz institutriz sociedad verdad</i>

En algunos casos, son dos palabras de distinta raíz las que se oponen en pareja, una designa al varón o animal macho y otra a la mujer o animal hembra como se muestra en la tabla siguiente.

Masculino	Femenino
<i>Caballo Mancho Padre yerno</i>	<i>Yegua Hembra Madre nuera</i>

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 5 de 19

Un reducido número de sustantivos forman el **femenino en -isa, -esa, -ina**. Estas terminaciones suelen corresponder a formas masculinas acabadas en consonantes o en vocal que no sea -o.

Masculino Femenino	
<i>alcalde</i>	<i>alcaldesa</i>
<i>barón</i>	<i>baronesa</i>
<i>héroe</i>	<i>heroína</i>
<i>poeta</i>	<i>poetisa</i>
<i>sacerdote</i>	<i>sacerdotisa</i>

Por otra parte, tampoco existe siempre una relación entre el género y la desinencia de una palabra: mujer, por ejemplo, no presenta una terminación reconocible como propia del género femenino, aunque la palabra aluda a un ser de sexo femenino; problema es una palabra que termina en -a, como la mayoría de las voces de género femenino, y sin embargo, es un sustantivo masculino; mano tiene una desinencia que se suele atribuir al género masculino y, en cambio, es un sustantivo femenino.

PRONOMBRES

Otro uso no sexista del lenguaje lo podemos realizar al sustituir el genérico masculino por los pronombres “nos”, “nuestro”, “nuestra”, “nuestros” o “nuestras”, tal y como se muestra a continuación:

Expresión sexista	Alternativa no sexista
Es bueno para el bienestar del hombre...	Es bueno para el bienestar de la humanidad...
	Es bueno para nuestro bienestar...

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 6 de 19

MORFOLÓGICAMENTE el uso de pronombres, adjetivos y nombre (sin anteponerles determinantes) que no varían en lo que se refiere al género, nos permite hablar o escribir sin invisibilizar ni ocultar a nadie.

En cualquier caso, lo que resulta fácilmente comprobable es que el género gramatical es una marca de concordancia entre las palabras y responde a circunstancias de la lengua, por tanto, no siempre hace referencia al sexo. Por ejemplo, los pronombres él/ella o aquel/aquella tienen género masculino y femenino y no apuntan necesariamente al sexo.

USO DE GÉNERICOS

Se ha comentado lo suficiente sobre el masculino como pretendido genérico. A continuación se proponen una serie de ejemplos para aclarar qué son exactamente los genéricos. Pero brevemente queremos hacer referencia a otro malentendido: el uso del masculino como neutro.

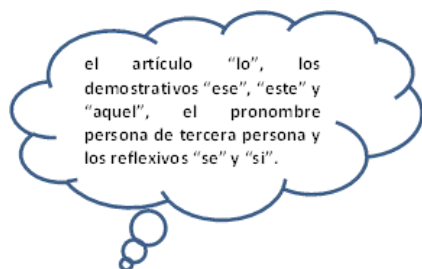
Mucha gente confunde neutro con genérico o con indeterminado o indefinido. Antes de pasar a ver los genéricos queremos matizar que, el neutro es en nuestra lengua inexistente para sustantivos.

Genero neutro:

1. m. Gram. En algunas lenguas indoeuropeas, el de los sustantivos no clasificados como masculinos ni femeninos y el de los pronombres que los representan o que designan conjuntos sin noción de persona. En español no existen sustantivos neutros, ni hay formas neutras especiales en la flexión del adjetivo; solo el artículo, el pronombre personal de tercera persona, los demostrativos y algunos otros pronombres tienen formas neutras diferenciadas en singular.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 7 de 19

En nuestra lengua sólo existe, como NEUTRO:



NO RECOMENDADO	RECOMENDADO
Los docentes nunca están conformes con el horario	Nunca se está conforme con el horario
Los estudiantes tienen seguro estudiantil	En el Tecnológico se tiene seguro estudiantil
Esos nunca colaboran	Ese grupo nunca colabora
El que quiera la prestación de lentes que se forme	Quien quiera la prestación de lentes, que se forme

Creemos que lo más adecuado para dar un significado real a la representación de las personas y recuperar la visibilidad de las mujeres en la sociedad, es utilizar el femenino y el masculino. Es decir nombrar a niñas y niños, mujeres y hombres de la misma manera que nombramos a las personas cuando queremos dejar patente a quién nos referimos. Generalmente no decimos "se reunieron los presidentes para hablar de..." sino que decimos "se reunieron el presidente de Chile y el presidente de Costa Rica" o "se reunió el sr. Ruiz, representante de... con el sr. Meléndez, representante de...."

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 8 de 19

Pero está bien, ante las resistencias y ante los argumentos de que es pesado y engorroso decir las señoras diputadas y los señores diputados, tenemos en nuestra lengua otras alternativas que podemos utilizar y que no invisibilizan. Y que son realmente incluyentes. Se trata de los genéricos. Ojo, genérico no es “los hombres”. Eso es masculino plural y representa sólo a un colectivo: el de los hombres. Ejemplos:

Genéricos reales son:
<i>La niñez en lugar de los niños</i> <i>La población en lugar de los habitantes</i> <i>La ciudadanía en lugar de los ciudadanos</i> <i>La descendencia en lugar de los hijos</i> <i>El personal en lugar de los trabajadores</i> <i>El personal docente en lugar de los profesores</i> <i>El electorado en lugar de los votantes</i> <i>La juventud en lugar de los jóvenes</i> <i>La humanidad en lugar de los hombres</i>

Redacción excluyente No recomendada	Alternativa incluyente Recomendada
Los indígenas tendrán créditos	La población indígena tendrá créditos
Los jóvenes que deseen estudiar	La juventud que desee estudiar
Los votantes del D.F. tienden a	El electorado del D.F. tiende a
Los ciudadanos se manifestaron	La ciudadanía se manifestó
Los michoacanos no quieren que	La población michoacana no quiere que
Los interesados en participar	Las personas interesadas en participar

Toda copia en PAPEL es un “Documento No Controlado” a excepción del original.
 Este documento es propiedad intelectual del TecNM queda prohibido su reproducción parcial y/o total.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 9 de 19

Los mayores de edad recibirán una	Las personas mayores recibirán una
Los niños tendrán servicio médico	La infancia tendrá servicios de salud

USO DE NOMBRES ABSTRACTOS DE ACCIONES O CUALIDADES

Los nombres abstractos pueden tener dos acepciones; por ejemplo, el vocablo tutoría puede referirse a la acción tutorial o a las personas que ejercen dicha actividad. En algunos casos se pueden emplear estos nombres para generalizar, ejemplo: “va a haber una promoción para cubrir tres jefaturas de servicio, el requisito es tener un diplomado en” en vez de “*se exige ser diplomado en*”.

Más opciones

Es muy común que, incluso sin saber el género de las personas a las que nos referimos, usemos el masculino o lo que es más incoherente aún, que sabiendo que se trata de una mujer o de un grupo de mujeres utilicemos el masculino en adjetivos, profesiones o cargos:

Recomendable		Lo inadecuado
Asesoría	en lugar de	Asesores/ el asesor
Tutoría	en lugar de	Tutores/ el tutor
Jefatura	en lugar de	Los jefes/ el Jefe
La dirección	en lugar de	El director/ los directores
La coordinación	en lugar de	El coordinador/ los coordinadores

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Código: TecNM-GIG-LI-01 Revisión: 0
		Página 10 de 19

Cambiar el verbo de la tercera persona del singular a la segunda persona del singular:



Anteponer la palabra persona a la expresión incluyente.

Se coloca la palabra persona delante de la particularidad para evitar un trato discriminatorio.

Expresión no incluyente	Expresión incluyente
Discapacitado	Persona con discapacidad
Emprendedor	Persona emprendedora

Para documentos abiertos

Es evidente la vacilación que se aprecia en los documentos administrativos a la hora de nombrar cargos y puestos diversos. Esto ocurre tanto si se trata de documentos cerrados donde hay un nombre a continuación (La Jefe del Servicio, Lucía Álvarez); como si se trata de documentos abiertos que pueden referirse a mujeres y varones (Visto Bueno: El Jefe del Servicio).

La propuesta de uso en este caso es sencilla. Nuestra lengua tiene marca de género, por tanto, cuando los cargos y puestos estén ocupados por una mujer la mención de sus titulares debe hacerse en femenino: La jefa de departamento, la directora de área, la integrante del comité.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 11 de 19

- Si no sabemos a quién va dirigido, tenemos dos opciones:

1. A la Jefatura / A la Dirección de área/ A la asesoría del departamento/ A la Secretaría/ A la Coordinación ...
2. A El/La Jefe/Jefa de área / A La/El Directora/Director de área...

- Si sabemos a quién nos dirigimos es mucho más fácil. Porque en este caso no habrá ningún problema en poner: A la Jefa de área, Mercedes...

- Lo que se hace a veces de manera errónea es poner el nombre de la mujer y a continuación el cargo en masculino. Se solicita no hacer nunca esto. Si se trata de una mujer, el cargo debe estar en femenino.

La misma forma se debe utilizar para quien firme el documento.

Es incorrecto firmar: Victoria Aldame. Subdirector (parece que estamos firmando por ausencia, en nombre de otro).

Para documentos cerrados

Generalmente son documentos concretos, puntuales que se envían a personas de las que conocemos su cargo y si se trata de hombre o mujer. Así que aquí no hay justificación.

Si es mujer el cargo o puesto que ocupe deberá ir en femenino. Y el tratamiento deberá ser del mismo nivel que se le daría si fuese hombre.

Uso de títulos académicos

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Código: TecNM-GIG-LI-01 Revisión: 0
		Página 12 de 19

La lengua también ha de reflejar concretamente en la diferenciación del uso del masculino o femenino en la designación de profesiones, ocupaciones y titulaciones para las que se venía empleando únicamente el masculino.

El hecho de que a algunas personas les resulten extraños términos como “Ingeniera” o “Arquitecta” no se debe a que sean incorrectos, sino a la práctica inexistencia hasta la época actual de mujeres que ocupasen estos cargos o profesiones.

No hay que tener miedo a utilizar el femenino en la denominación de las profesiones, aunque a veces nos resulte extraño el término, el uso continuado lo hará familiar a nuestro oído.

Un error generalizado es mencionar los títulos académicos y las ocupaciones en masculino. Evite el uso del masculino cuando se refieran a las mujeres.

Expresión sexista	Alternativa no sexista
La ingeniero Isabel Gómez...	La ingeniera Isabel Gómez...
Isabel Gómez, asesor del Director...	Isabel Gómez, asesora del Director...

Uso de diagonales y paréntesis

Conviene evitar este recurso porque dificulta la lectura fluida, pueden emplearse en cambio términos genéricos. Resulta útil en algunos casos concretos si no hay otra posibilidad, como cuando falta espacio en una lista de cargos (director/a, operario/a, secretario/a, jefe/a).

Otra opción es emplear genéricos (dirección, operaciones, secretaría, jefatura).

Expresión sexista	Alternativa no sexista
El interesado:	El/la interesado/a:
Estimado:	Estimado(a):

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 13 de 19

Uso de la arroba

No utilice la arroba - @ - para designar de manera indistinta a hombres y/o mujeres; no es un signo lingüístico y en términos de un lenguaje incluyente nuestro idioma es rico en vocablos para recrear la igualdad y equidad entre las personas.

Uso incorrecto	Alternativa no sexista
Funcionari@s...	Funcionarias y funcionarios...
Director@s...	Directores y Directoras...
Maestr@s...	Las y los maestros...

Ejemplos de usos comunes excluyentes y de nuevos usos incluyentes.

Usos comunes excluyentes	Nuevos usos incluyentes
La evolución del hombre a lo largo de la historia	La evolución del ser humano a lo largo de la historia; La evolución de la humanidad a lo largo de la historia
Los maestros, profesores, alumnos están invitados; Los maestros del Tecnológico	Toda la comunidad escolar está invitada a; El profesorado de esta escuela; El personal docente del Tecnológico;
Todos los alumnos traerán para mañana	Todo el alumnado traerá para mañana; Las alumnas y los alumnos traerán para mañana
Las secretarias estarán disponibles	El personal secretarial estará disponible
Los adolescentes pasan por etapas críticas	Las y los adolescentes pasan por etapas críticas; En la adolescencia se pasa por etapas críticas;
Los jóvenes inscritos	Las y los jóvenes que se hayan inscrito;
Todos los jóvenes son	La juventud es

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 14 de 19

Los alumnos recibirán a sus padres	Las alumnas y los alumnos recibirán a sus madres y padres Las y los alumnos recibirán a sus madres y padres
Los coordinadores se encargarán de	Las coordinaciones se encargarán de
Todos están incluidos	Todas las personas están incluidas
Los empleados deben presentarse en el auditorio	El personal deberá presentarse en el auditorio
Los interesados en el curso	Quienes tengan interés en el curso

Otra de lenguaje incluyente en el ámbito gramatical implica ordenar las palabras conforme a los siguientes criterios:

- Alfabético: ayuda a definir que género va primero. “ El profesor y la profesora”.
- De acción afirmativa: nombra a las mujeres primero para hacerlas presentes ante la invisibilidad de las que han sido sujetas históricamente.
- De alternancia a lo largo del texto es un recurso poco usual.

Algunos términos como docente, son neutros por definición y su uso no revela sexismo.

RECOMENDACIONES

En las siguientes recomendaciones se recuperan los recursos proporcionados previamente para identificar y transformar un lenguaje sexista en un lenguaje incluyente.

Piense en lo que quiere expresar y en el medio con lo que hará	Si se va a expresar alguna idea con base en un texto y éste se va a leer en voz alta, no use la arroba ni la diagonal.
Tenga en cuenta la extensión y el tipo de mensaje	Considere que las repeticiones resultan más molestas en un mensaje largo que en un texto corto
Establezca modelo de textos de uso habitual	Revise y actualice los textos para comprobar que sean inclusivos
Sea una persona crítica en cuanto a sus visiones del mundo	Cuestione hasta qué punto el sexo que tiene una persona, su educación y sus circunstancias sociales y personales, no

Toda copia en PAPEL es un “Documento No Controlado” a excepción del original.
Este documento es propiedad intelectual del TecNM queda prohibido su reproducción parcial y/o total.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 15 de 19

	son elementos que influyen para que su lenguaje sea sesgado y propicie sexismo. Para determinarlo puede aplicar la regla de inversión, es decir, cambiar en alguna frase el término que corresponde a la mujer y observar si sigue siendo pertinente.
Utilice referencias que puedan adecuarse a los diferentes sexos	Use docentes, la persona, la juventud. Evite el vocablo hombre como genérico, pues es ambiguo.
Alterne la estrategia de emplear palabras neutras con la de usar pares íntegros o abreviados	Considere el tipo de texto. Si se usan mucho las palabras neutras resultan incómodas. Los pares abreviados son inconvenientes para su lectura; úselos solamente en textos breves.
Use su imaginación teniendo en cuenta la extensión de los textos y su efecto.	Use los genéricos, elimine los artículos, redacte la frase en otra forma.
Tenga en cuenta el orden de los pares.	No coloque siempre el masculino adelante, pues no hay razón alguna para ello.
Al referirse a profesiones use los femeninos correspondientes.	Al referirse a profesiones emplee los femeninos correspondientes aunque al principio le parezcan raros.
No se refiera a una interlocutora de forma distinta que aun interlocutor.	No use diminutivos o mote ("damita, "mujercita", o bonita) frente al nombre o apellido de una mujer, c
Procure no referirse a las mujeres como un grupo aparte	Determine su intención comunicativa. No nombre a las mujeres como objetos poseídos por los hombres, refiérase a ellas en forma personal. Es mejor decir: Lucía, que la mujer de Paco. Luis y Ana, que Luis y señora.
Vigile que los pares que utiliza sean realmente simétricos	Puede elegir la estrategia de evitar los términos peyorativos, o bien trate de usarlos insistiendo en su significado positivo para recuperar la simetría. Evite tanto como pueda emplear el vocablo "señorita".
Evite el masculino universal y haga uso de un lenguaje incluyente	Emplee un lenguaje incluyente valiéndose de la duplicación del morfema de género cuando sea necesaria (un compañero y una compañera, actores y actrices, amigos y

Toda copia en PAPEL es un "Documento No Controlado" a excepción del original.
Este documento es propiedad intelectual del TecNM queda prohibido su reproducción parcial y/o total.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 16 de 19

	amigas), o de los paréntesis, o la barra para abreviar: por ejemplo, el niño (a); el niño/a. Las estadísticas revelan que el número de mujeres que practica la docencia y el de niñas que asiste al tecnológico es mayor que el de hombres, de ahí que merezcan un lugar en el texto.
Use genéricos	Use el género (persona, ser humano, población, alumnado, juventud, comunidad escolar, personal docente, humanidad, grupo). En lugar de un adulto, use una persona adulta, en lugar de el hombre, use la humanidad; en vez de el ser humano, seres humanos.
Atienda a que el uso de colectivos no siempre obvia la inclusión de las mujeres.	Use nombres colectivos sin marca de género y utilice también ambos morfemas de género, como en alumnas y alumnos (en lugar de sólo de alumnos); madres y padres (en lugar de padres), tratando de alternar de manera equitativa el orden (unas veces va) primero el masculino y otras el femenino). Decir niños y niñas no es repetir, sino nombrar termina con el ocultamiento y el menosprecio implícitos en el uso del masculino universal.
Nombre de la carrera, cargos y profesiones con un lenguaje incluyente	Utilice ingeniera, maestra, doctora, licenciada, diputada, carpintería, jueza.
Use pronombres relativos	Use quien, en lugar <i>el</i>. Por ejemplo: "estará en la escolta quien tenga el mejor promedio", en lugar de "el que tenga mejor promedio".
Incorpore formas genéricas	Use gente, personas y formas mixtas; diríjase al <i>alumnado</i> y al conjunto de seres humanos.
Aumente la presencia de colectivos femeninos	Aumente la representación de colectivos mixtas con diversidad de género, edad y ocupación, cuyos integrantes interactúen de manera constructiva. Reduzca la presencia de colectivos masculinos.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 17 de 19

ACCIONES:

Es preciso poner en marcha acciones que impulsen el desarrollo de estrategias dirigidas a evitar el uso excluyente de la lengua; promover cambios que conduzcan al empleo de un lenguaje incluyente, utilizar palabras de carácter colectivo que eviten el uso exclusivo del masculino universal.

- ✓ **Corregir el enfoque androcéntrico de nuestra expresión.**
 En la graduación los invitados y sus mujeres.../En la graduación, las personas invitadas...
- ✓ **Crear referentes femeninos (cuidando el estilo).**
 Por un lado el padre y por el otro la madre, ambos pueden contribuir. Todos, niñas y niños...
- ✓ **Nombrar correctamente a las mujeres y a los varones.**
 El señor Sánchez y la señorita Pili/El señor Sánchez y la señora González.
- ✓ **Romper estereotipos.**
 Eso es cosa de niñas, la aspiradora de mamá, el coche de papá...
- ✓ **Utilizar términos genéricos o colectivos para sustituir palabras marcadas sexualmente.**
 Se necesitan señoras de la limpieza/Se necesita personal de limpieza.
- ✓ **Adquirir estrategias para neutralizar la imagen negativa que de la mujer transmite la lengua...**

No es tan difícil. Es una cuestión de claridad en el lenguaje y de voluntad personal, de coherencia y concordancia entre el significado de nuestras palabras y el significante o lo que realmente queremos comunicar.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 18 de 19

GLOSARIO

Androcentrismo: Organización del orden simbólico, sus estructuras económicas y socioculturales a partir de la idea del hombre como sujeto central y dominante.

Discriminación: 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, cuando se base en uno o más de los siguientes motivos: el origen étnico o nacional, el color de piel, la cultura, el sexo, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, económica, de salud o jurídica, la religión, la apariencia física, las características genéticas, la situación migratoria, el embarazo, la lengua, las opiniones, las preferencias sexuales, la identidad o filiación política, el estado civil, la situación familiar, las responsabilidades familiares, el idioma, los antecedentes penales o cualquier otro motivo; También se entenderá como discriminación la homofobia, misoginia, cualquier manifestación de xenofobia, segregación racial, antisemitismo, así como la discriminación racial y otras formas conexas de intolerancia.

Género: Conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales y políticas construidas en cada cultura y momento histórico, tomando como base la diferencia sexual; a partir de ello se construyen los conceptos de “masculinidad” y feminidad”, los cuales establecen normas y patrones de comportamiento, funciones, oportunidades, valoraciones y relaciones entre mujeres y hombres.

Lenguaje accesible: Es aquel que está dirigido a mejorar la información y comunicación del centro de trabajo hacia el personal que lo conforma, haciéndola clara, abierta, fluida, concisa y de fácil entendimiento con la finalidad de eliminar cualquier barrera en la comunicación.

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 la 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.

	Lineamientos para la incorporación de lenguaje incluyente en documentos oficiales	Código: TecNM-GIG-LI-01
		Revisión: 0
	Referencia: NMX-R-025-SCFI-2015 Requisito No. 5.3.3.4.5	Página 19 de 19

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.

Sexismo: Es la discriminación hacia las personas de un sexo por considerarlo inferior al otro. Alude a un conjunto de nociones, expresiones y prácticas sociales que, con base en la diferencia sexual, legitiman y afianzan la desigualdad social entre las personas.

Violencia: Cualquier acción u omisión que cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte, y que se puede presentar tanto en el ámbito privado como en el público.