

Guía para el uso de un lenguaje inclusivo y no estigmatizante

Plan de Igualdad, Diversidad e Inclusión 2023-2027

Actualizado en julio de 2024

IrsiCaixa

Índice

Introducción	1
Recomendaciones generales	1
Uso del género cuando lo conocemos	1
Estrategias y ejemplos a la hora de mencionar colectivos mixtos y/o si no queremos especificar el género del individuo	2
Otros recursos	4
A la hora de iniciar un correo electrónico	4
A la hora de crear un formulario	4
Tratamiento	4
No olvides que...	5
Recomendaciones a la hora de hablar sobre VIH y temas relacionados	5
Términos clave a evitar	5
Términos estigmatizantes y alternativas	6
Consulta bibliográfica	7

Introducción

IrsiCaixa, de acuerdo con su compromiso por avanzar en la **igualdad entre géneros**, así como eliminar los estigmas a la hora de comunicar sobre cualquier enfermedad (p.e. VIH), quiere promover el uso de un lenguaje inclusivo y no estigmatizante.

Desde sus orígenes (1995), la institución ha abogado sin ningún tipo de discriminación por la formación igualitaria, la innovación y la transferencia de conocimiento, la promoción de la salud y el bienestar, y la comunicación entre la comunidad científica y la sociedad. Con la convicción de que **la lengua es una herramienta fundamental** a la hora de impulsar todos estos aspectos, IrsiCaixa ha elaborado una guía que recoge orientaciones y recursos específicos para escoger una manera inclusiva y no estigmatizante a la hora de transmitir cualquier mensaje. Esta acción supone un paso más en la defensa de la igualdad de oportunidades entre colectivos, y en la eliminación de las discriminaciones.

La guía pretende ser una herramienta útil para la sociedad, en especial la comunidad científica, ofreciendo estrategias lingüísticas inclusivas y no estigmatizantes que se puedan utilizar cotidianamente. El objetivo de esta guía, pues, es resolver cualquier duda que se pueda presentar a la hora de redactar un texto o preparar una presentación oral, ofreciendo recursos lingüísticos que promuevan la inclusión. No obstante, la adopción de estas nuevas formas de expresión se debe hacer de manera natural, **sin comprometer la coherencia de los redactados**.

En esta línea, animamos a todas las personas a utilizar esta guía como apoyo a la hora de expresarse de manera inclusiva y no estigmatizante en sus mensajes. Con el fin de facilitar su uso, la elaboración de la guía ha sido basada en la síntesis y concisión. De esta manera, se busca animar al máximo número de personas de la comunidad a utilizar este recurso.

Recomendaciones generales

Es importante tener presente, desde el principio de una redacción o una presentación oral, la inclusión y la no discriminación. De este modo evitaremos correcciones, y mantendremos más fácilmente la coherencia, precisión y estilo del mensaje.

Uso del género cuando lo conocemos

Siempre que conozcamos el género del individuo, haremos uso del género gramatical correspondiente. Por ejemplo:

Género gramatical femenino	Género gramatical masculino
La investigadora	El investigador
La técnica de laboratorio	El técnico de laboratorio
La estudiante	El estudiante
La directora	El director
La gerente	El gerente
La gestora	El gestor
La secretaria	El secretario
La alumna	El alumno
La administradora	El administrador
La supervisora	El supervisor
La responsable	El responsable
La encargada	El encargado
La médico	El médico
La enfermera	El enfermero
La profesora	El profesor
La abogada	El abogado

Estrategias y ejemplos a la hora de mencionar colectivos mixtos y/o si no queremos especificar el género del individuo

A la hora de referenciar colectivos mixtos, es decir, grupos de personas en los que hay mujeres y hombres, o en el caso de que no queramos especificar el género del individuo, hablaremos de personas o individuos. A continuación, encontraréis una manera correcta para mencionar una pluralidad de personas de determinados colectivos de manera no sexista:

Proponemos	En vez de
Persona, individuo, parte	Hombre
Género humano, humanidad, gente	Hombres
Gente mayor	Ancianos
Juventud	Jóvenes
Criatura	Niño
Infancia, niñez	Niños
Bebé	Recién nacido
Todo el mundo	Todos
Dirección	Director
El profesorado, el equipo docente	Profesores
Alumnado	Alumnos
Personal, plantilla	Trabajadores
Líder de grupo	Investigador principal
Gerencia	Gerente
Comunidad científica, personal científico	Científicos
Cuerpo, equipo o personal médico	Médicos

Proponemos	En vez de
Ciudadanía	Ciudadanos
Clase política	Políticos
Con la colaboración de	Colaboradores

El uso de la palabra *persona* permite usar un neutro útil en el lenguaje administrativo:

Proponemos	En vez de
La persona interesada	El interesado
La persona beneficiaria, la persona becada	El becario
La persona que firma	El firmante
La persona responsable de secretaría	La secretaria

Es importante no masculinizar o feminizar ciertas categorías profesionales:

Proponemos	En vez de
Personal de limpieza	Mujeres de la limpieza
Personal investigador	Investigadores
Personal técnico	Técnicos de laboratorio
Profesionales de secretaría	Secretarías
Personal sanitario	Médicos y enfermeras
Responsables de dirección	Directores
Personal de conserjería	Conserje
Personal de mensajería	Repartidor

Cuando redactemos nuestros textos, los siguientes ejemplos nos pueden resultar útiles:

Especificando el género	No especificando el género
El responsable del servicio Se pedirá a los candidatos seleccionados una carta de motivación	La persona responsable del servicio Se pedirá una carta de motivación
Lo hará el encargado de esa sección Todos los que quieran usar el aparato deberán hacer una reserva	Lo hará quién se encargue de esa sección Cualquiera que quiera usar el aparato deberá hacer una reserva
Los investigadores estarán obligados a presentar un informe	El personal investigador tendrá la obligación de presentar un informe
Los alumnos tendrán que estudiar para el examen	El alumnado tendrá que estudiar para el examen
Varios ponentes harán su presentación El seminario está dirigido a los profesionales sanitarios	Diferentes ponentes harán su presentación El seminario está dirigido a profesionales del ámbito sanitario

Si por cualquier motivo no pudiéramos diferenciar por género, pondremos primero el masculino y después el femenino si la mayoría de personas que forman parte del colectivo mencionado son hombres, y pondremos primero el femenino y después el masculino si la mayoría son mujeres. En caso de desconocerlo, iremos alternando el orden de preferencia a lo largo del texto. Por ejemplo:

Mayoría mujeres	Mayoría hombres
Las investigadoras e investigadores encargados del estudio	Los y las portavoces de cada grupo de investigación

Otros recursos

A la hora de iniciar un correo electrónico

Proponemos	En vez de
Hola a todo el mundo	Hola a todos
A quien corresponda	Estimado/a
Os damos la bienvenida	Bienvenidos

A la hora de crear un formulario

Proponemos	En vez de
Nombre:	Sr./Sra.:
Apellidos y nombre:	El/la solicitante:
Lugar de nacimiento:	Nacido/a en:
Domicilio:	Domiciliado/a en:
Con el grado de:	Graduado/a en:
País de origen:	Originario/a de:

Tratamiento

Es frecuente ver como a los hombres se les aplica el tratamiento “señor”, mientras que a las mujeres se les aplica el tratamiento “señora” o “señorita” según su edad y estado civil. Para evitar esta discriminación hacia el género femenino, ofrecemos los siguientes ejemplos:

Proponemos	En vez de
La señora López	La señorita López
El señor Gutiérrez y las señoras López y Díaz	El señor Gutiérrez, la señorita López y la señora Díaz

No olvides que...

- **Los adjetivos no deben doblarse, siempre deben concordar con el sustantivo más cercano:**
 - ☹ Las investigadoras afiliadas y los investigadores afiliados al centro.
 - ☺ Las investigadoras y los investigadores afiliados al centro.
 - ☺ Los investigadores y las investigadoras afiliadas al centro.

- **Los artículos pueden doblarse:**
 - ☺ Los investigadores y las investigadoras del equipo.
 - ☺ Las investigadoras y los investigadores del equipo.

- **También puede omitirse el segundo artículo:**
 - ☺ Las trabajadoras y trabajadores del equipo.
 - ☺ Los trabajadores y trabajadoras del equipo.

Recomendaciones a la hora de hablar sobre VIH y temas relacionados

A continuación, se enumeran algunas sugerencias de lenguaje para comunicar sobre el VIH y temas relacionados. Estas sugerencias, propuestas por el *National Institute of Allergy and Infectious Diseases* (NIAID), pretenden eliminar de nuestros mensajes cualquier lenguaje estigmatizante hacia el VIH y temas relacionados.

Términos clave a evitar

Usa esto...	...En vez de esto	Porque...
Personas que viven con el VIH, personas con VIH	Personas positivas/ infectadas por VIH	
Adquirir	Infectarse	La palabra "infección" carga con el estigma de ser contagioso.
Transmisiones de VIH, nuevos casos de VIH	Nuevas infecciones por VIH	
Persona participante/voluntaria	Sujeto, paciente	"Sujeto" es deshumanizante. Además, hay participantes que no son pacientes.
Eliminación/erradicación del VIH	Cura esterilizante	El término "esterilizante" tiene una connotación negativa
Transmisión perinatal/vertical	Transmisión materna, de madre a hijo/a	Los términos preferidos no culpabilizan a la mujer.

Usa esto...	...En vez de esto	Porque...
Población afectada, con incidencia alta, con más probabilidad de...	Población de riesgo	La población no posee un riesgo inherente.
Población clave, priorizar/involucrar una población	Población diana	Los términos preferidos enfatizan enfoques participativos y orientados a la comunidad para acabar con una epidemia, en vez de enfoques paternalistas y verticales.
Población con pocos recursos, desatendida por [recurso/servicio específico], que experimenta discriminación/racismo/transfobia	Población de difícil acceso	“Difíciles de acceder” culpa al conjunto de individuos y comunidades en cuestión. Los términos preferidos ponen la responsabilidad en el sector de la salud en vez de las comunidades. Mencionar los sistemas y estructuras específicas que causan la falta de compromiso es mejor que no concretar por qué una población es de difícil acceso.

Términos estigmatizantes y alternativas

Usa esto...	...En vez de esto	Porque...
Orientación sexual	Preferencia sexual	“Preferencia” sugiere que la orientación sexual se puede escoger.
Sexo sin preservativo	Sexo sin protección, práctica sexual de riesgo	Los términos preferidos son más específicos, precisos y eliminan el juicio.
Tiene varias parejas sexuales	Promiscuo/a	Hay que evitar la “promiscuidad” y sus derivados, ya que es un juicio de valor innecesario.
Preservativo interno	Preservativo femenino	Algunos hombres transgénero y personas no binarias pueden usar preservativos internos por vía vaginal, y todo el mundo puede usar preservativos internos para el sexo anal.
Preservativo externo	Preservativo masculino	Algunas mujeres transgénero y personas no binarias pueden usar preservativos externos para las relaciones sexuales, y todo el mundo puede cortar los

		preservativos externos para crear barreras bucales.
Probabilidad, posibilidad	Riesgo	Los términos preferidos ayudan a reducir la pasividad.
Personas con hepatitis o tuberculosis concomitante	Personas/participantes coinfectados con tuberculosis y hepatitis	"Coinfectar" y sus derivados cargan con el mismo estigma que "infectar".
Mpox	Viruela del mono	El nombre de la enfermedad se cambió oficialmente porque preocupaba que el nombre original fuese discriminatorio y racista. Mpox no debe empezar en mayúscules excepto que inicie una frase.

Consulta bibliográfica

Institut d'Estudis Catalans.

Guías para el uso no sexista del lenguaje. Instituto de la Mujer y para la Igualdad de Oportunidades, Gobierno de España.

Guia per a l'ús no sexista del llenguatge a la Universitat Autònoma de Barcelona Servei Lingüístic de Comissions Obreres de Catalunya.

HIV Language guide. National Institute of Allergy and Infectious Diseases (NIAID).