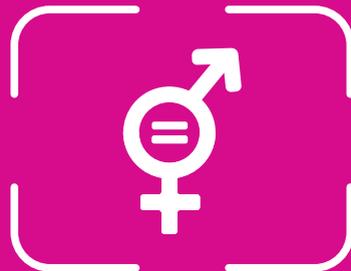
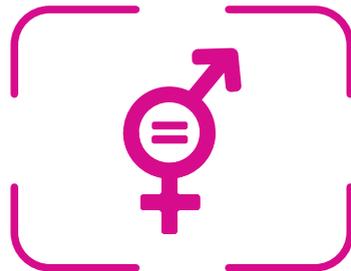


# Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista





# Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista



## **Instituto Nacional Electoral**

### **Consejero Presidente**

Dr. Lorenzo Córdova Vianello

### **Consejeras y Consejeros Electorales**

Mtra. Norma Irene De la Cruz Magaña

Dr. Uuk-kib Espadas Ancona

Dra. Adriana Margarita Favela Herrera

Mtro. José Martín Fernando Faz Mora

Carla Astrid Humphrey Jordan

Dr. Ciro Murayama Rendón

Mtra. Dania Paola Ravel Cuevas

Mtro. Jaime Rivera Velázquez

Dr. José Roberto Ruiz Saldaña

Mtra. Beatriz Claudia Zavala Pérez

### **Secretario Ejecutivo**

Lic. Edmundo Jacobo Molina

### **Titular del Órgano Interno de Control**

Lic. Jesús George Zamora

### **Director Ejecutivo de Capacitación Electoral y Educación Cívica**

Mtro. Roberto Heycher Cardiel Soto

### **Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista**

Primera edición, 2021

D.R. © 2021, Instituto Nacional Electoral

Viaducto Tlalpan núm. 100, esquina Periférico Sur

Col. Arenal Tepepan, 14610, México, Ciudad de México

Impreso en México

Distribución gratuita. Prohibida su venta

# Índice

Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista .....	7
Presentación .....	8
Términos y definiciones .....	11
Grupos poblacionales históricamente discriminados y cómo nombrarlos .....	13
Consideraciones previas .....	15
Recomendaciones prácticas para el uso del lenguaje incluyente y no sexista .....	17
Soluciones no recomendables.....	25
Propuestas para una comunicación incluyente y no sexista.....	27
Personas indígenas y afromexicanas .....	31
Para el caso de personas con discapacidad .....	33
Para el caso de personas de la diversidad sexual y de género .....	35
Cierre.....	41
Referencias .....	43



# Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista

**Sé que la lengua corriente  
está llena de trampas.  
Pretende ser universal, pero  
lleva, de hecho, las marcas de los  
hombres que la han elaborado.  
Refleja sus valores,  
sus pretensiones, sus prejuicios.**

*Simone de Beauvoir*

# Presentación

El lenguaje es un sistema de comunicación que se asume como natural; en el habla cotidiana, muy pocas veces se cuestiona su alcance e importancia. Sin embargo, como señala Edward Sapir: "sólo hace falta un momento de reflexión para convencernos de que esta naturalidad de la lengua es una impresión ilusoria".

A través del lenguaje las personas nombramos lo que vemos en el mundo en función de los valores determinantes en la sociedad. Las palabras, por tanto, denominan las cosas, los valores, las emociones y las diferencias.<sup>1</sup> No obstante, el lenguaje no sólo nombra, sino que posiciona o invisibiliza lo que se nombra o no, e igualmente puede estigmatizar o dar poder y así reforzar las desigualdades y revictimizar.

Las lenguas no son inertes, sino instrumentos en construcción constante, ya que si una lengua no se transforma para responder a las necesidades de la sociedad que la utiliza, está condenada a convertirse en una lengua muerta. Por lo anterior, el lenguaje debe ser un instrumento flexible, se encuentra en evolución constante y puede adaptarse a las necesidades o deseos cambiantes de una sociedad que busca ser más igualitaria.

Por tanto, la lengua española es una lengua viva que cambia continuamente e incorpora nuevas palabras y expresiones; en este sentido, "no tiene ningún problema en crear palabras para adaptarse

---

<sup>1</sup> Citado por Cristina Pérez Fraga, "El género como metáfora sexual", en *Jornadas las mujeres y los medios de comunicación*, Madrid, Dirección General de la Mujer, Consejería de Sanidad y Servicios Sociales y Comunidad de Madrid, 1997.

a la nueva realidad social, tal es el caso de todo el nuevo lenguaje que ha generado el uso de Internet (e-mail, web, chat, aplicaciones, redes sociales, plataformas informáticas, etcétera) o los cambios que ha supuesto la incorporación de mujeres a cargos o profesiones que antes tenían vetadas o de difícil acceso (ministra, presidenta, jueza, ejecutiva, entre otras). Éstos son ejemplos de un cambio en los usos del lenguaje, y de cómo lo que en otra época se consideraba un error gramatical hoy aparece como algo cotidiano y aceptable”.<sup>2</sup>

En sí mismo, el español no es sexista como sistema de habla y escritura; existen términos y múltiples recursos para incluir a mujeres y a hombres sin prejuicio ni omisión de unas y otros. Lo que es sexista no es el lenguaje sino el uso del español, un uso consolidado, aceptado y promovido por la sociedad.

En síntesis, el lenguaje es una construcción social e histórica que varía de una cultura a otra; que se aprende, se enseña y modifica constantemente, y se vuelve uno de los agentes de socialización más importantes al momento de conformar nuestro pensamiento. La forma en que usamos la lengua no es neutra y tiene un valor simbólico enorme, al no nombrar a las mujeres o hacerlo mediante formas androcéntricas y sexistas,<sup>3</sup> quienes junto con otros grupos poblacionales han sido invisibilizados y discriminados desde el lenguaje.

---

2 Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres, *Manual para el uso no sexista del lenguaje*, México, Conavim, 2011, disponible en <http://www.semear.gob.mx/redes/igualdad/uso%20no%20sexista.pdf>

3 El lenguaje androcéntrico y sexista es el que muestra inferioridad, subordinación y explotación de lo femenino, mientras que lo masculino es colocado como el centro y la medida de todas las cosas. Existen varios ejemplos de lo mencionado en expresiones cotidianas orales y escritas tales como: “¡vieja el último!”, “es la esposa de...”, “prefiero tener una hija para que me cuide”, “la historia del hombre”, entre otras.



# Términos y definiciones

## Lenguaje incluyente

Se utiliza para dirigirse a la diversidad de identidades culturales haciendo con ello referencia 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.

---

## 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. Es el lenguaje exento de calificativos o expresiones basadas o referidas explícitamente al sexo, al género y a la sexualidad.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Las definiciones son utilizadas en diversos manuales para evitar el uso sexista del lenguaje, como en el *Manual para el uso no sexista del lenguaje* de la Conavim.



# Grupos poblacionales históricamente discriminados y cómo nombrarlos

- Las mujeres
- Las niñas y los niños
- Las y los jóvenes
- Personas adultas mayores
- Personas, pueblos y comunidades indígenas (personas mayas, personas mixtecas, personas tzeltales, etcétera)
- Personas, grupos y comunidades de atención prioritaria (antes referidas como personas en condiciones de vulnerabilidad)
- Personas con discapacidad
- Personas privadas de su libertad
- Personas de la diversidad sexual y de género; población o personas LGBTTTIQ+ (lésbico, gay, bisexual, travesti, transexual, transgénero, intersexual, *queer*, entre otras)
- Grupos religiosos (personas musulmanas, personas judías, personas cristianas, etcétera)
- Personas migrantes, refugiadas y solicitantes de asilo
- Personas o población en situación de calle
- Personas, grupos y comunidades en situación de pobreza

La cultura, apariencia física, opiniones, filiación política, estado civil, situación familiar, idioma, antecedentes penales, condición de salud, entre otros factores, también pueden ser motivo de discriminación, por lo que en la escritura se debe tener en mente en todo momento que estas características no definen a las personas.



# Consideraciones previas

- Se nos ha hecho creer que al nombrar a un grupo mixto de personas en masculino estamos nombrando también a las mujeres que están ahí. Esto es falso.

El uso del genérico en masculino no es neutro ni es universal, toda vez que invisibiliza a las mujeres. En español no existen sustantivos neutros<sup>5</sup> ni hay formas neutras especiales en la flexión del adjetivo; sólo el artículo, el pronombre personal de tercera persona, los demostrativos y algunos otros pronombres tienen formas neutras diferenciadas en singular.<sup>6</sup> Ejemplo: “nunca se está conforme con el transporte” y “ese grupo nunca colabora”.

- No se debe confundir el género gramatical con el sexo al que designan las palabras. En español, las palabras tienen género y número; estos dos accidentes gramaticales no siempre coinciden con el sexo y el número de las palabras a las que designan. Por ejemplo, la humanidad es una palabra de género gramatical femenino y número singular, pero que se refiere a una colectividad de mujeres y hombres.
- Las palabras no pueden significar algo diferente de lo que nombran. Siguiendo con el mismo ejemplo, el conjunto de la humanidad está formado por mujeres y hombres, pero en ningún caso la palabra *hombre* representa a la mujer. Para que las mujeres estén representadas es necesario nombrarlas.

---

5 En nuestra lengua sólo existen, como neutros, el artículo “lo”, los demostrativos “eso”, “esto” y “aquello”, el pronombre personal de tercera persona “ello” y los reflexivos “se” y “sí”.

6 Conavim, *Manual para el uso no sexista del lenguaje*, op. cit.



# Recomendaciones prácticas para el uso del lenguaje incluyente y no sexista

## Usar dos sustantivos y/o dos artículos, incluyendo masculino y femenino:

- Los licenciados y las licenciadas
- Las y los votantes
- La o el Vocal
- Directores y directoras
- Ciudadanas y ciudadanos
- Supervisoras y supervisores electorales
- Vocales ejecutivos y ejecutivas
- Presidente y presidenta de mesa directiva de casilla
- Gobernador y gobernadora
- Alcalde y alcaldesa
- Secretario y secretaria
- Observadora y observador electoral

---

## Usar sustantivos epicenos:<sup>7</sup>

- La ciudadanía
- El electorado
- El personal
- La población
- La niñez
- La humanidad
- El alumnado
- El campesinado
- El público
- El funcionariado
- El voluntariado
- La comunidad
- El sector empresarial
- La sociedad

---

<sup>7</sup> Son palabras a las que corresponde un solo género gramatical para referir indistintamente a uno u otro sexo. Así, por un lado tenemos sustantivos con género gramatical masculino y, por otro, con género gramatical femenino. Ver Instituto Nacional de las Mujeres, *Manual de comunicación no sexista*, 2015, disponible en [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101265.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101265.pdf)

## Usar sustantivos abstractos:<sup>8</sup>

- La presidencia
- La candidatura
- La vocalía
- La jefatura
- La dirección
- Las coordinaciones
- Las diputaciones
- Las regidurías
- Las sindicaturas
- La tutoría

---

## Usar neutros:<sup>9</sup>

- Congresistas
- Votantes
- Estudiantes
- Acompañantes
- Solicitantes
- Titulares

En estos casos se sugiere incluir previamente los artículos “las y los”; si es posible y la frase no pierde el sentido deseado, omitir el artículo.

---

8 Son sustantivos abstractos aquellos nombres que no designan una realidad material. Ver en Conavim, *Manual para el uso no sexista del lenguaje*, op. cit.

9 Estos ejemplos son utilizados como “sustantivos neutros” en el *Manual de lenguaje incluyente y no sexista* de Oxfam México, disponible en [https://www.oxfamMexico.org/sites/default/files/Oxfam\\_manualDeLenguaje%20\(2\).pdf](https://www.oxfamMexico.org/sites/default/files/Oxfam_manualDeLenguaje%20(2).pdf). Al respecto, la RAE refiere que neutro es aquel *género que no es ni masculino ni femenino*. En lo que se refiere a la utilización de sustantivos sustenta que éstos “no pueden tener en español género neutro, a diferencia de lo que sucede en otras lenguas, como el latín o el alemán. En español sólo tienen formas neutras los demostrativos (esto, eso, aquello), los cuantificadores (tanto, cuanto, cuánto, mucho, poco), el artículo definido o determinado (lo) y los pronombres personales de tercera persona (ello, lo)”. Ver en <https://www.rae.es/terminos-linguisticos-incluidos-en-el-diccionario-panhispanico-de-dudas>

## Sustituir pronombres por otros que no impliquen género específico:

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
Los que juzgan o los impartidores de justicia	Quienes juzgan o quienes imparten justicia
Los que no cumplan los requisitos	Quienes no cumplan con los requisitos
El supervisor emitirá su opinión	Quien supervise emitirá su opinión
Los votantes deberán presentar	Cada votante deberá presentar
Aquellos que asistieron a la casilla	Quienes asistieron a la casilla
Tras la planeación, los administradores iniciarán el proceso	Tras la planeación, quienes administren iniciarán el proceso
Al servicio de los usuarios	Al servicio de las personas usuarias
Lo invitamos a opinar	Les invitamos a opinar
Los nombraremos	Les nombraremos

**Usar términos en femenino cuando se refieran a mujeres que ostentan algún título, cargo, ocupación o función:**

- La consejera
- La presidenta
- La escrutadora
- La jueza
- La coordinadora
- La jefa
- La médica
- La asesora
- La observadora
- La vocal

Cuando se define en masculino a una mujer profesionalista, se está promoviendo:

- La invisibilización de las mujeres que desempeñan determinada profesión.
- La excepcionalidad que confirma que no es algo normal para las demás mujeres.
- Reservar el género masculino para determinadas actividades remuneradas o prestigiadas.
- Que se siga pensando que una profesión no se puede nombrar en femenino porque no es “normal” que sea ejercida por una mujer.

## Agregar la palabra “persona” o “personal”:

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
Usuarios	Personas usuarias
Beneficiarios	Personas beneficiarias
Candidatos	Personas candidatas
Adultos mayores	Personas adultas mayores
Denunciante	Persona que denuncia
Proveedores	Personas proveedoras
Servidor público	Persona servidora pública
Servidores públicos	Personal del servicio público
Gestor	Persona gestora
Solicitante	Persona solicitante
Secretarias	Personal secretarial
Funcionarios administrativos	Personal administrativo
Médicos y enfermeras	Personal médico y de enfermería
Profesores	Personal docente
Trabajadoras domésticas	Personas trabajadoras del hogar
Los demás	Las demás personas; las personas restantes; el resto de las personas

## Omitir el sujeto:

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
La aplicación incluye un lector de PDF que permite a los usuarios resaltar el texto.	La aplicación incluye un lector de PDF que permite resaltar el texto.
A los ciudadanos les recomendamos utilizar correctamente su credencial.	Recomendamos que utilicen su credencial correctamente; se recomienda un uso correcto de la credencial.
Todos deben firmar la propuesta.	Se deberá firmar la propuesta sin excepción; es necesario firmar la propuesta sin excepción.
Los miembros de la comisión propondrán un nuevo reglamento.	Se propondrá un nuevo reglamento de la comisión por parte de las personas que la integran.

## Modificar la estructura de la frase:

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
Los observadores electorales son responsables de...	La observación electoral implica la responsabilidad de...
Con tus compañeros de trabajo discute cuál es la mejor alternativa.	Discute en equipo y decidan cuál es la mejor alternativa.
Isabel, Juan y María son talentosos.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Isabel, Juan y María son personas talentosas.</li><li>• Isabel, Juan y María tienen talento.</li></ul>
Cuantos sean convocados por el Presidente de la República.	A quienes convoque la Presidencia de la República.
Si los consejeros trabajan adecuadamente se puede lograr un cambio.	Es posible lograr cambios trabajando adecuadamente desde el Consejo.

## Nombrar a las mujeres por sí mismas y evitar denominarlas por su relación con algún sujeto masculino:

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
Elena Garro, mujer de Octavio Paz, amante de Bioy Casares e inspiradora de García Márquez.	Elena Garro, periodista, dramaturga y novelista mexicana.

**Sustituir el artículo *uno* por las palabras *alguien*, *cualquiera*, *quien* o *la persona*:**

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
Cuando uno va a votar...	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cuando alguien va a votar...</li><li>• Cuando cualquier persona va a votar...</li><li>• Cuando quien va a votar...</li><li>• Cuando una persona va a votar...</li><li>• Cuando se va a votar...</li></ul>

# Soluciones no recomendables

- El uso de recursos como la arroba (niñ@s), la equis (campesinxs) y la letra e (todes) dificultan la lectura y la pronunciación, pero fundamentalmente suelen desviar la atención del mensaje hacia el error ortográfico. En los dos últimos casos también corresponde a la necesidad de visibilizar a las personas que no se identifican con el binario hombre/mujer, sin embargo, no existe consenso respecto al uso adecuado de ambas formas, por lo que se propone evitar estas alternativas o restringirlas únicamente a las comunicaciones informales.
- El uso de barras (presidentes/as) o paréntesis (firma del supervisor(a)) satura los textos y dificulta la lectura porque tendrían que agregarse a cada artículo, sustantivo y adjetivo, por eso se recomienda restringir su uso únicamente a formularios y documentos administrativos o jurídicos, o para fines didácticos en determinados materiales.



# Propuestas para una comunicación incluyente y no sexista

## **Manifiestar la diversidad de funciones que cumplen las mujeres dentro de la sociedad**

Hay que promover el protagonismo de las mujeres y hacerlas visibles en todos los ámbitos, al igual que a los hombres, así como evitar el uso de estereotipos de género, es decir, patrones tradicionales de feminidad y masculinidad (mujeres dulces/hombres agresivos; mujeres cuidadoras/hombres proveedores, etcétera), con el objetivo de desasociar a las mujeres de papeles domésticos y presentarlas como parte del mundo público, la vida económica y la participación política –entre otros ámbitos–, así como mostrar a los hombres en papeles domésticos y de cuidados.

---

## **Diversificar las fuentes expertas a las que se consulta**

En lo posible se debe evitar utilizar como interlocutores siempre a los jefes jerárquicos de las instituciones (habitualmente hombres), y consultar a mujeres y hombres en función de sus conocimientos.

---

## **Mostrar a las mujeres y a los hombres en las mismas condiciones en el ámbito profesional, desempeño laboral y/o posiciones jerárquicas, equiparando su grado de autoridad, relevancia social y poder**

Evitar las asimetrías como hombre médico/mujer enfermera, hombre con poder/mujer como su secretaria, etcétera. Promover el reconocimiento e importancia de las labores y los trabajos asignados tradicionalmente a las mujeres, como el cuidado de personas o las actividades domésticas, e involucrar a los hombres en ellas.

## **Evitar los estereotipos sexistas**

Se debe evitar, por ejemplo, posicionar a las mujeres como víctimas/objetos sexuales/madres abnegadas, y a los hombres como conquistadores/triunfadores/héroes.

---

## **Realizar tratamiento igualitario a las mujeres y a los hombres en entrevistas públicas**

Analizar si se realizan preguntas a las mujeres que jamás se harían a un hombre; por ejemplo, cuestionar a una candidata cómo hará para conciliar sus labores profesionales con la maternidad.

---

## **Romper con la victimización de las mujeres**

Evitar el uso sistemático de imágenes y testimonios de mujeres que sufren ante catástrofes naturales, conflictos armados, violación de derechos humanos, entre otros contextos. Mostrar que, en ese tipo de situaciones, las mujeres –al igual que los hombres– son agentes sociales activos, no sólo víctimas, y tienen capacidad para enfrentarse a la violencia y a la injusticia.

---

## **Otorgar visibilidad a las dificultades que enfrentan las mujeres**

Evidenciar políticas y acciones contrarias a los derechos de las mujeres, así como discursos y actitudes en el espacio público que alimentan la misoginia.

## **Proporcionar visibilidad e importancia equitativas a las informaciones protagonizadas por las mujeres y por los hombres en lo que respecta a la disposición del espacio en medios de comunicación y redes sociales**

Por ejemplo, en la cobertura de las elecciones, dar un protagonismo similar a las plataformas de las candidaturas de mujeres que el que se da a la de los hombres.

---

## **Evitar mostrar el cuerpo de las mujeres como objeto decorativo o sexual**

No se debe exponer a las mujeres como recompensa ni utilizar sus cuerpos con fines comerciales.

---

## **Eliminar aquellas expresiones que representan a las mujeres como subordinadas o como propiedad de los hombres**

No identificar a las mujeres en función de su parentesco con un hombre; evitar las referencias al parentesco cuando no sean necesarias (por ejemplo, seguir nombrando a una mujer que es conocida por sí misma, como “hija de” o “esposa de” o “hermana de”).

---

## **Propiciar que las informaciones incorporen la perspectiva de género**

Esto se traduce en analizar el impacto diferenciado de una realidad social en las mujeres y los hombres, lo que aclara la situación de igualdad o desigualdad en cada momento.

## **Igualdad en la representación de mujeres y hombres en cuanto a sus características físicas**

Por ejemplo, delgadez, robustez, fortaleza, debilidad, etcétera. No se trata de que todas las personas sean presentadas iguales, sino reconocer que la igualdad admite diferencias y supone diversidad.

---

## **En campañas con productos de audio, priorizar la igualdad entre mujeres y hombres**

Igualdad en cuanto al número de voces y al tiempo concedido a mujeres y hombres en cada mensaje, en cuanto a la creación de rúbricas institucionales y respecto a los roles (en posiciones de poder y toma de decisiones y en posiciones de servicio y apoyo).

---

## **Regla de inversión**

Para identificar si se está incurriendo o no en un estereotipo de género o en sexismo lingüístico o visual, un ejercicio práctico que se puede utilizar es la regla de inversión, que consiste en colocar en el mismo lugar al otro sexo o género y analizar si la situación descrita (en texto o imagen) es equitativa para ambos sexos o géneros o si, por el contrario, perjudica a uno de éstos. Es decir, invertir los roles o cambiar el género de la persona de la que se trata; si el resultado de la inversión resulta extraño, significa que se está ante algún tipo de sexismo.

# Personas indígenas y afroamericanas

Las personas que forman parte de los pueblos y comunidades indígenas o afroamericanas han sido nombradas de manera prejuiciosa y despectiva desde antes de que México fuera un país independiente. Se les ha representado mediante estereotipos que asumen que son personas “inferiores”, “menos capaces”, “menos civilizadas”, entre otras formas excluyentes que buscan definirlos. A continuación se describen algunas de estas formas y se sugieren alternativas desde el marco de los derechos humanos y colectivos de estos pueblos y comunidades.

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
Los indígenas Los indios Los inditos	Personas indígenas
Los pueblos de los indios	Pueblos y comunidades indígenas
Los pueblos de los negros	Pueblos y comunidades afroamericanas
Los negros Los prietos Los morenos	Personas afro Personas afrodescendientes Personas afroamericanas
Usos y costumbres	Sistemas normativos indígenas

Es importante mencionar que en México hay distintas maneras de nombrar coloquialmente a las personas afromexicanas, algunos ejemplos son: negro, prieto, mulato, moreno y mascogo. Cuando las personas se identifiquen a sí mismas con esos términos, no se considera que su uso sea incorrecto, ofensivo o discriminatorio.

# Para el caso de personas con discapacidad

## Los términos correctos a utilizar son:

- Personas con discapacidad visual o personas ciegas
- Personas con discapacidad motriz, personas con discapacidad motora o personas con discapacidad física
- Personas sordas, personas con sordera o personas con discapacidad auditiva
- Personas con discapacidad psicosocial
- Personas de talla baja o personas de talla pequeña
- Personas con síndrome de Down
- Personas con discapacidad intelectual

De acuerdo con la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, la discapacidad no es una enfermedad, sino el resultado de la interacción entre la diversidad corporal y funcional de las personas con barreras físicas, de infraestructura o comunicacionales, entre otras. Es decir, el problema no son las personas con discapacidad, sino el entorno que no fue pensado para una población con diversidades corporales y funcionales. En ese sentido, se deben sustituir las expresiones tendientes a mostrar desprecio y condescendencia hacia este grupo poblacional por alternativas como las siguientes:

Forma no incluyente	Forma incluyente sugerida
Las personas que padecen síndrome de Down	Las personas con síndrome de Down
Hay personas que sufren el trastorno bipolar	Hay personas que presentan trastorno bipolar
Personal aquejado de discapacidad motriz Inválido Minusválido Cojo	Personas con discapacidad motriz
Invidente Cieguito	Persona con discapacidad visual, ya sea personas ciegas o con debilidad visual
Sordito Mudito	Persona con discapacidad auditiva, ya sea personas sordas, mudas o sordomudas
Loco Retrasado mental	Persona con discapacidad intelectual o psicosocial
Enano	Persona de talla baja o pequeña

# Para el caso de personas de la diversidad sexual y de género

La discriminación por motivos de orientación sexual, identidad de género, expresión de género y características sexuales está prohibida por la Constitución Política de los Estados Mexicanos y por los tratados internacionales suscritos por nuestro país. La discriminación inicia desde el lenguaje y puede ser promovida por éste, por lo que se sugieren los siguientes términos para distinguir y hablar de manera inclusiva y respetuosa acerca de las personas que forman parte de la diversidad sexual, de género y características sexuales.

## **Sexo**

Conjunto de características biológicas (genéticas, físicas, hormonales y gonadales) sobre las cuales se establece la distinción entre hombres y mujeres. No determina necesariamente el comportamiento de la persona ni tampoco su identidad de género.

---

## **Género**

Conjunto de características de origen cultural relativas a patrones de comportamiento y de identidad sobre las cuales se establece socialmente la distinción entre hombres y mujeres. No es estático ni innato, sino que se trata de una construcción sociocultural que varía a lo largo del tiempo.

## **Rol de género**

Conjunto de comportamientos y actividades que se atribuyen socialmente a cada uno de los sexos-géneros; varía según las culturas.

---

## **Identidad de género**

Alude a la percepción que cada persona tiene sobre sí misma en cuanto a sentirse hombre o mujer, ambos o ninguno. Es una vivencia personal y no tiene que coincidir necesariamente con el sexo asignado al nacer ni tiene que ver con la orientación sexual de la persona.

---

## **Expresión de género**

Forma en la que las personas manifiestan su identidad de género. Abarca la conducta, la vestimenta, la manera de hablar o caminar, entre otras características.

---

## **Orientación sexual**

Atracción afectiva y sexual que las personas sienten por otras personas. En virtud de la orientación podemos hablar de heterosexualidad, homosexualidad, bisexualidad, asexualidad o pansexualidad.

---

## **Diversidad sexual y de género**

Hace referencia a todas las posibilidades que tienen las personas de asumir, expresar y vivir su sexualidad, así como de asumir expresiones, preferencias u orientaciones e identidades sexuales. Parte del reconocimiento de que todos los cuerpos, todas las sensaciones y todos

los deseos tienen derecho a existir y manifestarse, sin más límites que el respeto a los derechos de las otras personas.

---

## **Cisgénero**

Persona que se identifica con el sexo/género atribuido al nacer.

---

## **Agénero**

Persona que no se identifica con ninguno de los dos géneros binarios (hombre-mujer) o que declara no tener una identidad de género.

---

## **Intersexual**

Personas cuya anatomía o fisiología sexual no se ajusta completamente a los estándares que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos. Existen diferentes estados y variaciones de la intersexualidad. Es un término genérico –en lugar de una sola categoría– y está en evolución.

---

## **Heterosexual**

Persona que siente atracción emocional, afectiva y/o sexual por personas de género distinto al suyo.

---

## **Homosexual**

Persona que siente atracción emocional, afectiva y/o sexual por personas de su mismo género (lesbianas o gays).

## **Lesbiana**

Mujer que se siente atraída erótica y afectivamente por mujeres. Es una expresión alternativa a “homosexual”, que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual.

---

## **Bisexual**

Persona que siente atracción sexual y afectiva hacia hombres y mujeres, indistintamente.

---

## **Pansexual**

Persona que siente atracción emocional, afectiva y/o sexual hacia otras personas independientemente del género que tengan o de que no se identifiquen con alguno.

---

## **Personas trans**

Término que engloba diferentes identidades y expresiones de género para referirse a aquellas personas cuyo género sentido no coincide con el sexo/género que se les asignó al nacer. Se utiliza como versión abreviada que incluye a las personas transgénero, transexuales y travestis. Ser trans no implica tener una orientación sexual determinada, pues una persona trans puede ser homosexual, heterosexual, bisexual, asexual, etcétera.

---

## **Transexual**

Persona cuyo género sentido es el contrario al que le fue asignado al nacer y que generalmente realiza un tratamiento hormonal y/o quirúrgico para lograr una reasignación de sexo.

## **Transgénero**

Persona cuyo género sentido no coincide con el sexo/género asignado al nacer y que no se identifica exactamente ni con un hombre ni con una mujer según la concepción tradicional de los géneros, con independencia de que se someta o no a tratamiento alguno.

---

## **Travesti**

Persona que adopta maneras externas, vestimenta y complementos considerados socialmente propios del sexo contrario. La persona no necesariamente desea una reasignación de sexo, ya que puede sentirse plenamente identificada con su sexo de nacimiento.

---

## **Proceso de transición**

Evolución social, legal, fisiológica, etc., durante la cual las personas trans realizan, o no, cambios de apariencia, vestimenta, nombre y pronombres, tratamientos hormonales y/o quirúrgicos. Se trata de un proceso personal cuyo itinerario debe decidirse libremente y con todas las garantías reconocidas en nuestro marco legal.

---

## **Androcentrismo**

Hace referencia a la práctica, consciente o no, de otorgar al hombre –varón– y a su punto de vista una posición central en el mundo, las sociedades, la cultura y la historia. Desde una perspectiva androcéntrica, los hombres constituyen el sujeto de referencia y las mujeres quedan invisibilizadas o excluidas. Esta perspectiva no es únicamente atribuible a las personas, sino también al lenguaje y a las instituciones sociales. Tampoco es una perspectiva que solamente poseen los hombres, sino todas las personas, hombres y mujeres, que han sido socializadas bajo esta visión.

El derecho a la identidad de género autorreconocida está contemplado en nuestro marco legal a nivel constitucional y de jurisprudencia, por lo que en el caso de las personas con identidades de género diversas (trans, transgénero, travesti, transexual, *queer*, no binaria) se recomienda llamarlas con el género con el que se presentan o se identifican, independientemente del nombre y fotografía que se encuentre en su identificación oficial. Si se tiene alguna duda sobre cómo nombrar a la persona, se sugiere preguntarle cómo desea ser llamada.

En el caso de las personas de la diversidad sexual que se presenten con parejas del mismo sexo, se les debe dar el mismo reconocimiento y trato respetuoso que el que se daría a una pareja formada por personas de sexo o género distinto.

Para mayores referencias, se sugiere consultar el *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales* publicado por el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred), el cual fue elaborado con los mayores estándares nacionales e internacionales en materia de derechos humanos.<sup>10</sup>

<sup>10</sup> Julia Marcela Suárez Cabrera (coord.), *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*, México, Conapred, 2016, disponible en <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/225271/glosario-TDSyG.pdf>

# Cierre

Esta *Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista* debe ser utilizada por toda la comunidad INE en la elaboración y redacción de correos, comunicación interna y externa, campañas de difusión y, en general, en toda comunicación textual y gráfica que se genere desde el Instituto.



# Referencias

- Agencia EFE, *Manual de comunicación no sexista*, s.f., documento electrónico, disponible en <https://www.efeminista.com/main-files/uploads/2019/04/Manual-de-Comunicaci%C3%B3n-No-Sexista.pdf>
- Álvarez Villalobos, Alma, Liz Mora Flores y Angélica Ley Sánchez, *Líneas de comunicación interna para el uso de lenguaje incluyente y no sexista*, México, Conavim, 2016.
- Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres, *Manual para el uso no sexista del lenguaje*, México, Conavim, 2011, disponible en <http://www.semar.gob.mx/redes/igualdad/uso%20no%20sexista.pdf>
- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, *Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje*. Guías Básicas, México, CONAPRED, 2015, disponible en [https://www.conapred.org.mx/documentos\\_cedoc/GuiaBasica-Uso\\_Lenguaje\\_Ax.pdf](https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/GuiaBasica-Uso_Lenguaje_Ax.pdf)
- Instituto Nacional Electoral, *Guía para medios de comunicación y partidos políticos: Hacia una cobertura de los procesos electorales libre de discriminación*, México, 2018.
- Instituto Nacional de las Mujeres, *Manual de comunicación no sexista. Hacia un lenguaje incluyente*, México, 2015, disponible en [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101265.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101265.pdf)
- Oxfam México, *Manual de lenguaje incluyente y no sexista*, s.f., disponible en [https://www.oxfamMexico.org/sites/default/files/Oxfam\\_manualDeLenguaje%20\(2\).pdf](https://www.oxfamMexico.org/sites/default/files/Oxfam_manualDeLenguaje%20(2).pdf)
- Suárez Cabrera, Julia Marcela (coord.), *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*, México, Conapred, 2016, disponible en <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/225271/glosario-TDSyG.pdf>

## **Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista**

La edición estuvo al cuidado de la Dirección Ejecutiva  
de Capacitación Electoral y Educación Cívica del

INSTITUTO NACIONAL ELECTORAL

