

# RECOMENDACIONES PARA UN USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE

**Nombrar siempre que sea necesario a mujeres y hombres, de manera igualitaria; evitando el uso del género gramatical masculino como genérico, porque excluye y hace invisibles a las mujeres.**

(Ejemplo: Las madres y los padres deben firmar la autorización).

**Utilizar las diferentes alternativas empleando palabras neutras, nombres colectivos y abstractos siempre que se pueda.**

Palabras neutras (persona, ser humano)

Nombres colectivos (población, personal, ciudadanía...)

Abstractos (licenciatura, jefatura, alcaldía,...)

**Emplear dobles formas o desdoblamientos, si bien no se debe abusar de su utilización y debe alternarse el orden del femenino y el masculino.**

(Ciudadanas y ciudadanos. Comunicadores y comunicadoras)

**Se recurrirá a las barras cuando no sea posible emplear otras fórmulas, utilizándose preferentemente en formularios, encabezados u otros documentos abiertos, alternando ambos sexos. Los artículos que acompañen a los nombres deben aparecer en forma de barra.**

(D/ Dña. La/el interesada/o)

**Los nombres con género común no se pueden duplicar, debiendo aparecer el artículo en femenino y masculino.**

(El/la solicitante La/el periodista)

**Las referencias en femenino deben quedar exclusivamente para cuando éstas son las únicas destinatarias del significado del enunciado y en masculino cuando sean ellos los únicos destinatarios.**

(Las jugadoras del equipo "FutbolTeam", han quedado en tercera posición).

(Los jugadores del equipo "BSC" de baloncesto han quedado en tercera posición).

**Feminiza las profesiones y los cargos cuando son ocupados por mujeres.**

(María López Gil, Ingeniera de Telecomunicaciones).

**No se debe utilizar en ningún documento la arroba (@), porque no es un signo lingüístico y no permite su lectura.**

**Una fórmula para reconocer el lenguaje sexista consiste en invertir la frase, colocando a los hombres en el lugar en que aparecen las mujeres y a la inversa. Si la frase ha perdido su sentido inicial, era sexista.**

Los nómadas viajaban con sus mujeres y enseres de un lugar a otro.

**Lo correcto sería: Los grupos nómadas se trasladaban con sus enseres de un lugar a otro.**

**Si detectas que el lenguaje devalúa, ridiculiza, desacredita, estereotipa o excluye a la mujer... **CÁMBIALO.****



II Plan Municipal de Igualdad  
entre Mujeres y Hombres



EXCMO. AYUNTAMIENTO  
DE CIUDAD REAL  
Concejalía de Igualdad