



Gobierno de Canarias

Consejería de Educación,  
Universidades, Cultura y Deportes  
Dirección General de Ordenación,  
Innovación y Calidad



Pacto de Estado  
contra la violencia de género



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE IGUALDAD

COLECCIÓN

# REBELDES DE GÉNERO

despatriarcando

# LENGUAJES



**Servicio de Innovación Educativa.**

**Colección: Rebeldes de Género.**

**Título:** Rebeldes de Género: Despatriarcando Lenguajes.

**Edita:** CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, UNIVERSIDADES, CULTURA Y DEPORTES DEL GOBIERNO DE CANARIAS.

**Coordinación:** Área de Igualdad y Educación Afectivo Sexual.

**Autoría:** Eva de la Peña Palacios

**Revisión de contenidos:** Marta Garchitorena González // Sara Añino Villalva

**Proyecto gráfico, diseño y maquetación:** Pilar Lara Cuenca

**Ilustración:** Begoña Pérez Fumero

**Edición:** Febrero de 2020

**Depósito legal:** TF 127-2020



*Rebeldes de Género es una colección promovida y financiada por el Gobierno de Canarias con cargo a los créditos recibidos del Ministerio de la Presidencia, Relaciones con las Cortes e Igualdad, a través de la Secretaría de Estado de Igualdad.*



Consejería de Educación,  
Universidades, Cultura y Deportes  
Dirección General de Ordenación,  
Innovación y Calidad



Estimada alumna, estimado alumno:

*Rebeldes de género* es la nueva colección de la Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes, consistente en varias guías visuales pensadas especialmente para ti.

Con esta colección puedes derribar los estereotipos sexistas: cómo estás en el mundo, cómo vives tu cuerpo, cómo son tus relaciones y cómo amas.

Una sociedad libre de violencia machista es posible y tú, como parte del presente y del futuro, tienes que contribuir a este reto.

*Rebeldes de género* te servirá para reflexionar, aprender, disfrutar y hacer que el mundo sea un poco mejor.

Espero que te gusten,

**Gregorio José Cabrera Déniz**

*Director General de Ordenación,  
Innovación y Calidad.*

# ¡HOLA!

¿Quieres comunicarte de forma correcta, comprensible y feminista? ¿Sabes que tus **LENGUAJES** importan para conseguir la igualdad? En esta guía cuidamos nuestro lenguaje ¡porque lo dice todo!

**Rebeldes de Género** es una colección que quiere dinamitar los estereotipos sexistas que limitan nuestra forma de estar en el mundo. ¡Porque queremos ser libres!

Nos rebelamos ante esta cultura aún machista. Y por eso nos ponemos manos a la obra para desmontar el patriarcado, esa estructura social que distribuye de forma desigual el poder entre hombres y mujeres, basada todavía hoy en día en el dominio, liderazgo y superioridad masculina.

¡Queremos una sociedad libre de sexismo y la queremos ahora! Por eso te proponemos pararnos a escuchar, a pensar, a darle una vuelta a las cosas.

## ADVERTENCIA

Todas las guías "Rebeldes de Género" están escritas íntegramente en lenguaje inclusivo. "Las autoridades lingüísticas advierten que esto puede afectar gravemente a su comprensión"

¡Vas a ver que no!

Rebeldía Lingüística para la igualdad de género

**¡OTRO LENGUAJE ES POSIBLE!** 6-7

El lenguaje reproduce, crea y transforma la realidad

**SOMOS LO QUE HABLAMOS** 8-11

**EL PODER DE LAS PALABRAS**

Tus lenguajes: **HERRAMIENTA DE CAMBIO** 12-13

Nombrar es hacer simbólico

**LO QUE NO SE NOMBRA, NO EXISTE**

14-15

Dudas, resistencias, negativas a feminizar...

**RESISTÓMETRO**

16-19

Uuuf ¡Más resistómetro!

**De diccionarios y academias**

20-21

El supuesto masculino universal

**NO ES GENÉRICO TODO LO QUE RELUCE** 22-23

Sin excusas...

**+de 30 ALTERNATIVAS en la punta de la lengua**

24-25

Visual, no verbal, oral, digital...

**¡OTROS LENGUAJES!**

26-27

Resumiendo, que es gerundio

**HITS PARA COMUNICAR INCLUSIVO/NO SEXISTA**

28-29

Bla, bla, bla...

**¿Hablamos un poco más...?**

30

¿Te atreves a **despatriarcar LENGUAJES?** Continúa leyendo y únete a la **rebeldía feminista...**



# MI LENGUAJE...

NO QUITA LA PALABRA A NADIE  
NO INFRAVALORA, NO SUBORDINA  
NO EXCLUYE, NO OCULTA

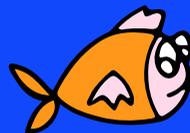
**VAN DOS PECES JÓVENES** y les saluda un pez viejo que nada en sentido contrario: "Buenos días, ¿cómo está el agua?". Los dos peces nadan un poco más y entonces uno mira al otro y le dice: **¿QUÉ COÑO ES EL AGUA?**

No sabemos cuándo empezamos a convertir los genitales en expresiones, pero tienen un **tufo rancio y sexista**: ¿Esto "es un coñazo" frente a "es la polla, cojonudo, ¡con un par!, échale huevos, ¡por mis cojones!"? **Hay otras opciones**, esto no es como el pobre "esternocleidomastoideo" que no tiene palabra alternativa.

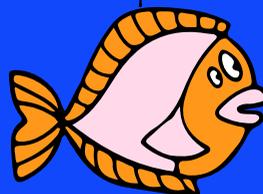
Hasta ahora el machismo estaba como pez en el agua.



¡Hoy la pecera se nos ha quedado pequeña!



**¡TENGO UNA LENGUA DEGENERADA!**

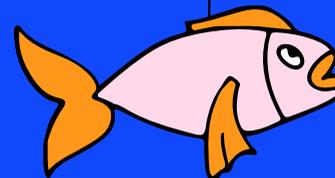


**¿Y QUÉ ES LA LENGUA?**

Pensar que el lenguaje igualitario es desdoblar constantemente (amigos y amigas...), es como decir que una **gota de agua** es el océano. Es solo una de las muchas opciones que existen y de las menos recomendadas.

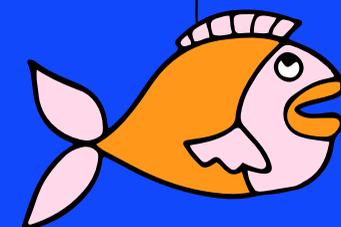
**¿Y OTROS LENGUAJES POSIBLES?**

Para reflejar en nuestros lenguajes esos cambios que se van produciendo en la sociedad se necesita una **"REBELDÍA LINGÜÍSTICA"**



Pues como **el agua de los peces**, la lengua es un poco todo. Mejor dicho, en todo está la lengua, ya que cuando la adquirimos nunca más dejamos de usarla para pensar y nombrar el mundo que nos rodea. **La realidad, a fuerza de rodearnos, termina volviéndose invisible** y solo la percibimos cuando algo cambia.

como complemento necesario y paralelo a la **"REBELDÍA SOCIAL DE GÉNERO"**



# PENSAMOS CON PALABRAS

y conocemos la realidad a través de la representación simbólica (todavía sexista y androcéntrica) que hacemos de ella mediante todos los lenguajes: escrito, oral, visual, gestual, digital, icónico...

## Ni PORFAVOR, Ni PORFAVORA

Puede que les sorprenda, pero no se puede hablar de lenguaje incluso sin hablar de las madres... Tú querías salir hasta un poco más tarde. Insistías y te decían que no. E insistías: - Que no. - Por favor, mamá. - He dicho que no. - Por favor, por favor. - Que he dicho que no y es que no. - Ni por favor ni por favora.

Y ahí acababa la discusión. Tú sabías que tras el por favora había un punto final del tamaño de la catedral de Burgos. Habías perdido. Puede que nuestras madres no hubieran leído nada de feminismo, pero tenían ese conocimiento intuitivo: el idioma en el que somos construidas: el masculino se forma con la o. El femenino se forma con la a. *Si quieres que esté uno y otra los nombras. Y punto!*

Perpetúa ideas sexistas

El lenguaje nos construye

Refleja formas de percibir la realidad

## EL PUEBLO ESQUIMAL,

por ejemplo, tiene más de 30 formas para nombrar el color blanco y la nieve. Y palabras muy españolas como *siesta* o *sobremesa* no existen en otros idiomas. Los pueblos *crean su lengua a partir de sus vivencias y creencias.*

## ¿TE PONGO LA LAVADORA?

Frases como: "mi marido ayuda en casa", "ya te saco yo la basura", "¿qué ropa le pongo al niño?", "hazme la lista y voy a comprar"... denotan falta de conciencia de la *corresponsabilidad doméstica*. Más ejemplos: "¿tu mamá en que trabaja?", "mi mamá no trabaja, es ama de casa". "Yo es que soy madre trabajadora", ¿se dice "yo soy padre trabajador"? Oferta real de trabajo: "se busca camarera: imprescindible mucho pecho". Topicazos (médico y enfermeras, piloto y azafatas, jefe y secretaria...) y frases hechas *visibilizadoras del sexismo* y desigualdad en el ámbito laboral.

Expresa prejuicios de esa sociedad

## Mi MAMÁ ME MIMA...

y *mi papá patea la pelota...* para aprender la M y la P. *Lola lava la loza* mientras que *Lolo lee la Iliada*, para la L. O *La nena mene a la nena...* ejemplos reales de cómo aprendemos las letras. Y *refranes, chistes* y frases hechas: ¿en qué momento decir que haces algo "como una niña" o "como una mujer" se convirtió en insulto? Los prejuicios (no solo de género: "oveja negra", "día negro", "dinero negro que hay que blanquear"), pasan al lenguaje. Si una sociedad, en general, es racista, clasista, sexista... el uso de su lengua también lo es.

Es el soporte simbólico del pensamiento

La lengua es una construcción cultural creada por personas y como tal, refleja el contexto social existente y la visión del mundo dominante.

El lenguaje refleja tus pensamientos y tu grado de reflexión hacia la igualdad.

Creas referentes al nombrar

## MÉDICA, INGENIERA... BOMBERA,

Difícilmente a las niñas se les va a ocurrir ser, por ejemplo, bombera, si no oyen nunca esa palabra. O no ven dibujos de astronautas mujeres, de aventureras, de... Nombrando, visibilizando, creamos referentes. Muchos estudios<sup>2</sup> evidencian el efecto en peques de usar solo el masculino sobre el interés y las preferencias por ciertas profesiones (*las niñas llegan a autoexcluirse*). Y al revés: Nombrar profesiones en femenino *fortalece el interés* por ocupaciones estereotipadamente masculinas en las niñas.

1. María Martín Barranco.

2. Como este, este, este, este o este.

# SOMOS LO QUE HABLAMOS

Cuida tu lenguaje, lo dice todo. El lenguaje desempeña simultáneamente dos funciones: amplía y limita nuestra percepción de la realidad. Las cosas no son como son, son como las cuentas y las cuentas como las ves. La realidad no es neutra.

## ¡EY! IMAGINA ESTA ESCENA:

"Trece jóvenes competirán esta noche..." ¿Qué ves? ¡Espera, que no había terminado la frase: "...por el título de Miss España en el Coliseo". Mmm. ¿Cambiò algo? Más ejemplos: "En el concurso de costura hubo 20 participantes" (y quien escucha entiende "mujeres"). Otro: "Entre solo tres policías detuvieron a diez terroristas" (y se entiende "hombres" al oír "policías" y "terroristas"). La realidad influye en la lengua, incluso en palabras sin marca de género.

Efecto "bloqueo de el/la oyente"

## EL ENIGMA

"Un padre y un hijo viajan en coche. Sufren un accidente. El padre muere y al hijo se lo llevan a un hospital. Necesita una compleja operación. Llamaron a una eminencia médica y cuando llega y ve al paciente, dice: "No puedo operarlo, es mi hijo". Mmm... "no puede ser", "es un sacerdote", "es adoptado", no sé... Y al rato se cae: ¡la madre es la cirujana! Se da un sesgo inconsciente, como en el bloqueo oyente, que crea asociaciones neuronales basadas en asociaciones culturales. Aunque incluso "una eminencia" es femenino, pensamos en un hombre.

Efecto parcialidad implícita

Vacíos léxicos

## ¿ERES UNA ZORRA!

Duales aparentes

¿Suena igual que si le dices a uno "pero qué zorrete eres"? No, ¿verdad? Se dan **asimetrías en significado de palabras que deberían ser equivalentes**: perro/perra, asistente/asistenta, gobernante/gobernanta, sargento/sargenta, verdulero/verdulera, secretario/secretaria, bruja/brujo, ¿estás como una vaca! ¿estás como un toro!, gallo/gallina, pariente/parienta, golfo/golfa, el jefe/la jefa... Es una "mujer de vida alegre"/de la calle/pública/perdida/fulana/mujerzuela, frente a "hombre de vida alegre"/de la calle/público/perdido, fulano/hombrezuelo... **¡y muchos más!**

## NINFÓMANA,

víbora, arpía, maruja, marisabidilla, frígida... **Palabras negativas sin equivalente** masculino. Y al revés: caballerosidad, hidalguía, hombría, machote, cocinillas, "hombre de bien"... ¡Sin femenino! También existía la palabra fraternidad (de *frater*, hermano), y el feminismo creó **sororidad** (de *sor*, hermana) como equivalente para la hermandad entre mujeres.<sup>1</sup>

Construimos realidad al hablar, al expresarnos de una u otra forma, y por eso es tan importante una comunicación no sexista e inclusiva.

El lenguaje interpreta, reproduce, crea y transforma la realidad.

Insultante sexismo

## ¿ESO LO SERÁ TU MADRE!

con insultar a las madres! **"Hijo de puta"** (¡qué manía o sea, la mala: ella), **maricón**, **nenaza** (¿por parecerse a una mujer?)... Los insultos nos retratan, manifiestan los valores que más apreciamos y más detestamos. Y la obsesión de nuestra cultura para que tantas palabras signifiquen **prostituta**... ¿Sabes que están rastreando el diccionario?, llevan menos de la mitad, y ya van 156 sinónimos de la palabra "puta"? Sin indicar su **sexismo**, desuso, malsonancia. Eso sí, ¡gigoló no está en el DRAE! Y para rematar, cuando se quiere acentuar que algo es muy muy malo, ya sabes: esto es una "puta mierda" o es una "putada"... Uuuf.

1. Ya Unamuno en 1921 (en la Tía Tula) pidió su inclusión en el diccionario. Se consiguió en 2019 junto con meme, selfie, escrache, viagra... ¡que no necesitaron casi 100 años de solicitud ni campañas!  
2. Carlos de la Fé y María Martín en #GolondrinasalaRAE.

# ¡MÁS QUE PALABRAS!

Conversación entre Alicia, la del "País de las Maravillas", y el huevo Humpty Dumpty:

"Cuando yo uso una palabra -insistió Humpty Dumpty con mal tono- quiere decir lo que yo quiero que diga, ni más ni menos. La cuestión -insistió Alicia- es si se puede hacer que las palabras signifiquen tantas cosas diferentes. La cuestión -zanjó Humpty Dumpty- es saber quién es el que manda. Eso es todo".

Y a veces eso es todo, "quien manda" es quien ha nombrado la realidad.

**Cuando se quiere imponer una visión del mundo se hace a través del lenguaje, principal instrumento para expandir ideas** e incidir en la sociedad de una forma sutil, pero a la vez muy certera.

Ante las dudas sobre el derroche de esfuerzo en batallas lingüísticas respondemos hablando de:

EL PODER  
DE LAS  
PALABRAS...  
Y EL PODER  
Y LAS  
PALABRAS.



Cambiar solo el lenguaje no cambiará la sociedad, pero sí es imprescindible para el cambio:

Usar un lenguaje inclusivo y no sexista es la decisión voluntaria de nombrar la realidad tal y como es, con mujeres y hombres. Y también como queremos que sea en un futuro, no como lo era hace siglos o como se nos dice o impone que se tiene que nombrar.

Y este cambio es ya un proceso irreversible. Por muchas resistencias que haya, las mujeres no van a volver a nombrarse en masculino.

**Los lenguajes inclusivos son también una forma de activismo feminista.**

Son un instrumento más en tu mano (y boca) para buscar la igualdad y reivindicar el derecho a la palabra y a ser nombradas en igualdad.

Tú eliges. Cuando eres consciente de su importancia entiendes que:

TUS  
LENGUAJES  
SON UNA  
POTENTE  
HERRAMIENTA  
DE CAMBIO.

## NOMBRAR ES HACER SIMBÓLICO

¡Ahora Sí lo veo! En nuestro país, problemas tan graves como el acoso escolar o bullying, el acoso sexual, la violencia machista..., existían desde "siempre" pero **hasta que no fueron "nombrados" no se consideró que tenían relevancia social**, ni política, como problemas. De hecho muchas lenguas en el mundo todavía no han etiquetado, es decir, no han asignado un término para nombrar estas realidades. ¿No existen en esos países? Claro que sí, pero no trascienden socialmente

porque ni siquiera tienen identidad lingüística.

## SOMOS LO QUE DECIMOS Y LO QUE NOS DICEN

El ser humano no se ve a sí mismo ni al mundo de forma directa, sino a través de **las imágenes y palabras**<sup>1</sup>, con las que se nos dice, o no, del grupo del que formamos parte.

Según nos nombra la sociedad se construye nuestra identidad.

## ¡TOMA LA PALABRA!

Mmm... ¿Calladita estás más guapa? Esta es otra de las claves: la idea de silencio como virtud femenina ha salido cara a las mujeres. En un mundo donde el lenguaje y el nombrar las cosas son poder, **el silencio es opresión y violencia**.<sup>2</sup> Y esa es otra gran revolución de este siglo:

¡Que las mujeres recuperen la voz!<sup>3</sup>

# LO QUE NO SE NOMBRA, NO EXISTE



## ¿CUÁNTAS HAN SIDO INVISIBILIZADAS?

"Me atrevería a aventurar que **ANÓNIMO**, que tantas obras ha escrito sin firmar, **era a menudo una mujer**" decía Virginia Woolf. Como pasó con "Frankenstein" (luego se supo que era de Mary Shelley) o "Sentido y sensibilidad" (Jane Austen ponía solo "by a Lady", por una mujer). ¡Y lo mismo con taaantos **SEUDÓNIMOS que ocultaban a mujeres**.<sup>4</sup> ¿Sabías que J.K Rowling ("Harry Potter") fue obligada por su editor a poner solo sus iniciales por si había prejuicios por estar escrita por una mujer?

¿Silenciadas?

## #NÓMBRALAS

¿Y **por qué casi nadie sabe** que Ada Lovelace fue la primera **PERSONA** que desarrolló un código de computación y creó los cimientos de la informática actual? ¿O que Katherine Johnson fue quien calculó la trayectoria del Apolo 11 que llevaría a Armstrong a la luna? ¿Sabías que en el 2020 el Museo del Prado solo cuenta con 10 obras de pintoras en sus salas con más de 1.000 obras expuestas?

#admÍRALAS

## EL DERECHO A LAS PALABRAS

El derecho a ser, a estar. El lenguaje es una representación del mundo y **lo que no se nombra, no se ve, deja de estar presente**.

¿Cuántas guerras o realidades en el mundo, cuando dejan de nombrarse, de salir en la tele, en Twitter, las olvidamos? No han desaparecido, peeeero.... parece que dejan de ser un problema.

Poner nombre a las realidades hace que las veamos.

## NO PUEDES SER LO QUE NO PUEDES VER

¿Cuántas científicas podrías citar sin mirar la Wikipedia además de Curie? En teoría, quien hace "cosas importantes" sale en los libros de texto escolares, pero en ellos solo encontramos un 8% de referentes femeninos. En los de tecnología<sup>5</sup> se desploma a un 1%, y en ciencias al 5%. En las noticias: solo el 13% **tienen como protagonista a una mujer**.<sup>6</sup> El 81% de personas expertas que salen son hombres. ¿Es que las mujeres no hacen/hicieron contribuciones al desarrollo de la sociedad?

¿Qué referentes estamos dando?

1. Victoria Sau.
2. Adrienne Rich.
3. Marcela Serrano.
4. En España, Cecilia Böhl de Faber eligió el varonil apelativo de Fernán Caballero. Y muchos más ejemplos: Emily Brontë (Cumbres borrascosas), Karen von Blixen-Finecke (Memorias de África), Louisa May Alcott (Mujercitas)...
5. Estudio Universidad Valencia.
6. Informe Internacional de Global Media Monitoring Project.

# Resistencias, dudas, ridiculizaciones...

## RESISTÓMETRO

**¡DE TODAS LAS LUCHAS POR LA IGUALDAD, LA DEL LENGUAJE ES DE LAS QUE MÁS RESISTENCIAS TIENE!**

"Las resistencias, las trabas, nunca son a nivel lingüístico, son siempre ideológicas" Teresa Meana

"Está claro. No molesta el lenguaje inclusivo, lo que molesta es el feminismo" Elena Bossi Fioravanti

¿Por qué hay quienes se dedican a ridiculizarlo o demonizarlo? Cuando no tienes argumentos, insultas.

Y encima se inventan exigencias imaginarias: Te proponemos que te comas un bollo cada vez que un artículo acuse al feminismo de querer obligar a decir periodisto o jirafa.

¡Que si vamos a destruir la lengua, que es el apocalipsis lingüístico! Que si duele en los ojos, que si entorpece el habla, que suena mal, que no es importante...

¡Vas a engordar en un pliqui! Brrr

Pues es que de todo lo importante que me ocupo, me ocupo con palabras

Duplicar es "hacer una copia" y... ¡no son lo mismo "los canarios" que "las canarias", ¿verdad? La diferencia de género es una realidad, no es el lenguaje quien la crea, simplemente la nombra.

**¡PERO ES REDUNDANTE Y REPETITIVO!**

Pero la propuesta real es:

"El alumnado canario tiene convocada una reunión informativa sobre las mejoras educativas aceptadas por el sindicato estudiantil".

Se reducen todas las estrategias lingüísticas de superación del androcentrismo a una sola, quizá la más fácilmente criticable.

Si quieres decir que la portada de esta guía es "amarilla y naranja con tonos verdes y rojos" pues lo dices... Podrías decir, que es más corto, "portada de colores", pero ¿y si quieres especificar?

Si de momento hablar es gratis: ¿Por qué tanta tacañería expresiva si se elimina ambigüedad y se gana precisión?

"Le tocó a miembros, pero podría haberle tocado a cualquier otra. Cada vez que se feminiza una palabra, aparece una oposición feroz". Olga Castro

¿Sabes que si nos dicen "No pienses en un elefante rosa" no puedes dejar de visualizarlo?

Si vas a rebatir a alguien no puedes usar su "marco de realidad" (Lakoff), sus mismas palabras. Hablar de una miembro, una portavoz, una fiscal... consigue instalarnos en un marco diferente al que quieren imponernos.

**¡NO PIENSES EN MIEMBRA!**

Y al hacerles rebatir su uso ¿adivinan? están visualizando a esas mujeres.

Negándolo pero en él!

En el Concello de Vigo o América Latina el uso de miembros está normalizado.

¡Desde hace añosos!

El lenguaje inclusivo, incluso en sus formas más disruptivas, sirve para visibilizar, reflexionar y debatir.

"Pondréis vuestro nombre / apellido + de + apellido de vuestro marido. Así: Carmen García de Marín. Esta fórmula es agradable, puesto que somos Carmen García, que pertenece al señor Marín". Sección Femenina, 1968.

**¿QUÉ PESADITAS CON QUERER NOMBRAROS Y QUE OS NOMBREN?!**

Mmm, el rechazo puede ser por dos motivos:

- 1 Desconocimiento de lo que realmente es la comunicación inclusiva (la mayoría).
- 2 Lo saben... y siguen queriendo discriminar/invisibilizar.

Esta "joyita" del franquismo nos dice 2 cosas:

**¿MODERNECES IDEOLÓGICAS?**

Aaaq

- 1 Las recomendaciones sobre cómo mostrar a las mujeres en la lengua no surgieron ayer ni las inventó precisamente el movimiento feminista.
- 2 Que en todas, ¡en todas!, las recomendaciones de este tipo se mezclan consideraciones lingüísticas y extralingüísticas.

**¡YO VEO PERSONAS!**

"Cuando me dirijo en un auditorio, y hablo en femenino (por la correspondencia gramatical de LAS PERSONAS) siempre, pero siempre, siempre, hay alguien que levanta la mano: ¿no ves que hay hombres? Y respondo eso de: "Yo no veo hombres o mujeres, yo veo personas". Y me doy cuenta que ese razonamiento no les gusta mucho. Pero es el mismo que a esa misma persona le encanta usar cuando dice "yo ni machista ni feminista, yo veo personas. Porque "la persona" es un argumento tramoso que solo uso para llamar la atención".<sup>1</sup>



1. María Martín Barranco: "¡Tres veces! Tres, cambia mi corrector de Word "miembra" por miembro.. Después me pregunta muy amable ¿Desea usted añadir miembro al diccionario? Síiiiiiii"

# Negativa a feminizar profesiones

**RESISTÓMETRO**

¿Por qué?  
¿Crees que da más prestigio?  
Ajaaa. Ahora dale la vuelta y aplícalo a profesiones feminizadas: 'el mariscadora', 'el secretaria' o 'el matrona'. Suena ridículo, ¿no? Ya... Sin problema se creó: 'el enfermero', 'el mariscador', 'el matron'. ¿Por qué no al revés?

**PUES YO DIGO 'LA MÉDICO', 'LA ABOGADO'**

Curiosidad: en profesiones como azafata, limpiadora, enfermera, cocinera... **o se ha generalizado usar el masculino o se han inventado términos:** "auxiliar de vuelo", "personal de limpieza"...

¡o (hef (jefe)!

**¡SUENA MAL!**

Pero si **nos acostumbramos en nada a nuevas palabras:** selfie, random, instagramer...

Mmm, tarjetas de visita o currículums donde ellas se dicen: arquitecto, ingeniero... **¿Lo masculino es lo serio/profesional?** ¿Sentimiento de inferioridad? Nombrarse en masculino estigmatiza y encubre lo femenino.

**NIEVES PALACIOS. ARQUITECTO**

¿Presidenta no, pero asistente, sirvienta, clienta, dependienta... sí? **¿Solo se argumenta la invariabilidad con presidenta, gerenta...?**

**¡PRESIDENTA NO, PRESIDENTE, QUE ES COMO CANTANTE!**

¿Curioso, no?

¿Cuántas mujeres decían eso cuando no tenían derecho ni al voto, educación...? Ver/sentir la discriminación en el lenguaje **es cuestión de conciencia de género.**

**PUES YO NO ME SIENTO DISCRIMINADA**

No diremos "juezo" igual que no decimos "andaluzo" (el andaluz, la andaluza, el juez, la jueza). El problema no es el término, el problema es que **las andaluzas han existido siempre y las juezas han tenido posibilidad de existir solo recientemente.**

**¡TENDREMOS QUE DECIR "JUEZO" O "PERIODISTO"!**

No se reivindica decir "periodista" pero bien que aceptó la RAE sin problemas "modista" cuando dijeron que no querían ser "los modistas" **¿Les sonaba mal y con menos prestigio?**

Puaaag

Otra excusa: argumentar que coinciden con la disciplina o sustantivos: soy informática, mecánica, música, crítica, química...

**¡ES RARO DECIR "SOY MÚSICA"!**

Curiosamente **en sentido inverso ni se menciona:** Soy Manolo, soy frutero, estadístico, joyero, zapatero, sereno, cajero...

¡Vuuuf!

**SE INVENTAN PALABRAS! QUE SI PILOTA, GERENTA...**

Esto es como censurar a quien usa su hacha para derribar una puerta y salvar a una víctima entre llamas. ¿Qué importa la integridad de la puerta si se trata de rescatar! ¿Qué importa innovar/probar con la lengua si se trata de una lucha justa! **A veces se fuerzan palabras o crean neologismos para lograr una conciencia general que a su vez consiga un cambio.**

Además, casi siempre el feminismo "usa la llave" en la lengua sin derribar "el sistema con el hacha". **¿Era incorrecto decir abogada antes de que la RAE la admitiese? No.** Las escasas abogadas que iban saliendo de las universidades querían nombrarse en femenino.

**EL "SIEMPRE SE HA DICHO ASÍ"**

habla de una lengua "muerta". **No hay nada más inherente a la lengua que el cambio.** Si no ¡hablaríamos latín! Las lenguas están vivas, porque están ahí para evolucionar a la par que la sociedad. Y esto ha sido así siempre. La primera vez que fuimos a la luna, no íbamos a decir "aterrizar", y se creó la palabra "alunizar".

RESISTÓMETRO

## ...De diccionarios y academias

Dicen las malas lenguas que varios "RAEsauros" entran en colapso cada vez que se habla de lenguaje inclusivo.

¿Lo admite ya la RAE? ¡Si el uso se generaliza lo hará!

La lengua es opresora/ liberadora a la vez. Bien lo saben jóvenes de cada época que inventan lenguajes para que no se les entienda o expresar lo indecible ¡como la poesía!

Ojalá se dejen de recordar normas obsoletas y miremos al futuro, para que lo femenino resulte visible, se nombre y sea relevante.

"Los diccionarios se saltan su regla fundamental: el orden alfabético que los organiza. Siempre ponen el masculino primero. No reflejan la realidad, ni la lengua, ni el mundo. Reflejan el poder de quienes los escriben" Nuria Varela

Ojalá la Academia dialogue con el feminismo, como avanzadilla de una sociedad que va dos pasos por delante.

"Nada de mujeres, son las normas"... Solo 11 mujeres, frente a más de 1.000 hombres, se han sentado en uno de los 46 sillones de la RAE desde 1713. Emilia Pardo Bazán, Gertrudis Gómez de Avellaneda, María Moliner (que hizo ella sola, en 15 años, su maravilloso diccionario) fueron rechazadas ¡hasta tres veces!

¡Manda uebos!

Pero sin problema incluye: uebos, palabro, almóndiga, toballa (toalla), yin y bluyín (de jean y blue jean), albericoque, dotor, cederrón (CD-ROM), güisqui, friqui/friki, crocodilo, sín (así), madalena, culamen o musulmen... como adaptadas, vulgares o antiguas. O incorpora palabras nuevas como selfi, casoplón, muesli, zasca, escrache, meme, viagra, sieso...

Peero ni violencia de género, ni micromachismo, ni ecofeminismo, ni heteropatriarcado, ni matria, ni...

La palabra feminismo (1.2.m. Movimiento que lucha por la igualdad de derechos de la mujer y el hombre) fue admitida en 1914. Sin hacer trampas con San Google ¿Cuándo dirías que entró "machismo"?

¿Antes o después? La solución en → 3

### TITULAR DE PERIÓDICO:

"La RAE no incluirá hasta 2026 el concepto 'violencia de género' en el diccionario"<sup>2</sup>

## CATA DE EJEMPLOS DE DEFINICIONES DE LA RAE que se resisten, o les ha costado cambiar:

### PREJUICIOS

**Huérfano:** "A quien se le han muerto el padre y la madre o uno de los dos, especialmente el padre". ¿Eres más huérfano si se te muere el padre!?

Claro, será porque **Padre** es: varón o macho que ha engendrado, además de cabeza o jefe de una familia. Mientras, **Madre** es solamente la hembra que ha parido.

**Femenino** era: "débil, endeble".

**Masculino** era: "enérgico". O la expresión

**Sexo débil:** "conjunto de mujeres".

Quinta acepción de **Fácil:** "Dicho especialmente de una mujer: Que se presta sin problemas a mantener relaciones sexuales".

**Gozar:** "Disfrutar carnalmente de una mujer", ¿y las mujeres hetero?

Tercera acepción de **Forzar:** "Gozar a una mujer contra su voluntad". ¡Uuuf!

¡Léete el misterio del diccionario de las VAGINAS MUTANTES y el CLÍTORIS MOVEDIZO!<sup>4</sup>

**Y así muchos más.** Tantos como para llenar las 464 páginas del informe de la comisión NOMBRA<sup>5</sup> que, ¡desde 1998!, pide estos cambios. Algunos no llegan nunca y otros han tardado 20 años!<sup>6</sup>

### ASIMETRÍAS

**Hombre:** 5. m. "Individuo que tiene las cualidades consideradas varoniles por excelencia, como el valor y la firmeza. ¡Ese sí que es un hombre!".

**Mujer:** 3. f. "Mujer que tiene las cualidades consideradas femeninas por excelencia. ¡Esa sí que es una mujer!". ¿Y cuáles son? ¿Si el valor/ firmeza eran las de los hombres cuáles serían las de las mujeres? Tik, tak...

**Cunnilingus:** "Práctica sexual consistente en aplicar la boca a la vulva". ¿Aplicar? ¿Para que? ¿Qué parte de la vulva? ¿Buscamos Felación? ¿Pondrá "aplicar la boca al pene"? Pues no... **Felación:** "Estimulación bucal del pene". ¡Aaah!

¿Más asimetrías? Busca y compara **Corbata** y **Sombrero**.

Se pide un diccionario con **definiciones simétricas, no estereotipadas** y que indique si son términos de *uso discriminatorio, vulgar, en recesión...*

1. Por cierto, Gloria Fuertes decía que ella no era poetisa (que infravalora, como sacerdotisa): "Si queréis ser vosotros poetas... yo soy poeta".

2. [Diario Público. 17/12/19.](#)

3. ¡En 1984! Por cierto, el mismo año que entró la palabra "gilipollas".

4. [María Martín Barranco.](#)

5. 'De mujeres y diccionarios' de Eulàlia Lledó y Mercedes Bengoechea (1998) y "Evolución de lo femenino en la 22ª edición del DRAE" (2004).

6. Se han puesto las pilas en los últimos años. ¿Por qué será? ¡Rebeldes de Género que no se callan!

"Si se considera que  $m=m+f$  entonces  $f=0$   
Es decir, si masculino = masculino + femenino  
Entonces femenino = 0"<sup>1</sup>

# DE OCA A OCA... TE NOMBRO PORQUE TE TOCA

## ¡ES DE LÓGICA!

Con la desaparición del neutro del latín, se proclamó el género masculino como "el universal", "el genérico"... Pero todo evidencia que **las formas masculinas No incluyen NI representan formas femeninas, al contrario, las engullen para hacerlas invisibles.**

## ES AMBIGUO E IMPRECISO

Ejemplo titular real: **"Una patera con 100 inmigrantes, tres mujeres y dos niños, llegó a Canarias"**.  
¿100 inmigrantes masculino genérico? ¿Hay mujeres y hombres? ¿97 hombres y 3 mujeres? Pero hay dos niños, ¿será genérico?, ¿serán un niño y una niña?, ¿dos niñas?, ¿a lo mejor no son inmigrantes?

## ¡PERO QUÉ MODERNECES!

¡Qué vaaaa! Que **esto de desdoblar para visibilizar ya se hacía en el Cantar de Mío Cid y hace siglos...** Y ya en 1978, Canadá y otros gobiernos abogaron por ello. ¡En 2015 Suecia incorporó el pronombre neutro genérico!

## SEÑORA MAESTRA:

**¿Cómo se forma el femenino?** Partiendo del masculino, la "o" final se sustituye por una "a". Señora maestra ¿Y el masculino cómo se forma? El masculino no se forma, existe.

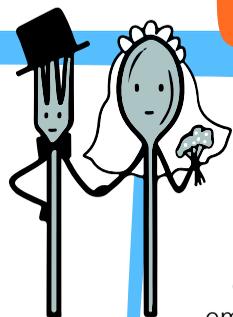
## SALTO SEMÁNTICO<sup>2</sup>

Titular: "Cada vez más españoles con problemas sexuales". Y tú, mujer, decides leer el artículo toda intrigada ¿qué nos pasará?: "... Aumentan los casos de disfunción eréctil".

## ANÉCDOTA ESCOLAR:

Nair ha aprendido que es una niña, ya que siempre que se dirigen a ella es "niña trae esto", "niña siéntate"... Un día en el cole su profe dice: "Los niños que acaben el ejercicio pueden ir saliendo al recreo". Nair termina, cierra el cuaderno y se queda esperando. "Nair, he dicho que los niños que acaben pueden salir de clase". "Ya, pero como has dicho "los niños". Y le explica: **"Cuando decimos niños también nos referimos a las niñas"**. Nair sale corriendo a jugar al patio donde la profe de deporte llama a su clase: "A ver, este año los niños de 1ºA que quieran apuntarse a la liga de fútbol que levanten la mano". Nair entusiasmada levanta la mano. Y escucha: "Nair, he dicho los niños no las niñas".

Aaarg... ¡qué lío!



## "CUCHARA Y TENEDOR SE CASAN"

En tres coles se pidió dibujar la boda (con velo, ramo y todo el kit), de la pareja. **Resultado:** En un cole la totalidad de los dibujos representaban al tenedor como novio y a la cuchara como novia; en otro al revés, la mayoría de "novios" eran la cuchara. Y en la tercero salía un 50%. **Explicación:** El 1º era un cole español, el 2º uno alemán o italiano (donde cuchara (löffel o cucchiaio) es de género masculino y tenedor (gabel o forchetta) femenino). El 3º cole es catalán donde cullera y forquilla son femeninas.

LA PSICOLINGÜÍSTICA (y sus experimentos) lo deja clarísimo: Cuando el género gramatical se refiere a seres sexuados, a nivel cognitivo la representación mental que crea el masculino "genérico" es eminentemente **¡MASCULINA!** Aunque el género, gramaticalmente hablando, no tenga valor significativo, simbólica, ideológica y socialmente sí lo tiene.

Si nuestra maravillosa lengua nos ofrece múltiples recursos para evitar el uso abusivo del supuesto masculino genérico...

**¿Qué problema hay con querer usarlos y visibilizar al 52% de la población?**

# NO ES GENÉRICO TODO LO QUE RELUCE

¿Vendrá de ahí lo de la "intuición femenina"?

La niña aprende su identidad sociolingüística para renunciar inmediatamente a ella y permanecer frente a esa ambigüedad... ¿Me incluye o no ese masculino? Aprendiendo a deducir/se sobre ese masculino supuestamente genérico.

## FALACIA HISTÓRICA

¿Recuerdas lo de **"se consiguió el Sufragio Universal"** con el **"son electores todos los franceses"** y la **"Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano"**... ¿Ese "universal", esos masculinos y ese "hombre" incluía a las mujeres? Pues que guillotinaran a Olympe de Gouges por redactar la Declaración de los Derechos de la Mujer y la Ciudadana da pistas de que no.

¡Qué más querían las señoras, si ya las dejaban representar la revolución con una teta al aire. ¡Suerte que no tenía Facebook-censura tetas!

## ADIVINA, ADIVINANZA

### ¿CÓMO SE PUEDE SER PADRE SIN TENER HIJOS?<sup>4</sup>

¿Te vienen respuestas del tipo "adoptando" o "siendo cura", en lugar de la correcta? López vivía con su padre, pero el padre de López murió. Sin embargo, el padre de López nunca tuvo un hijo. ¿Adivinaste que López es una mujer o pensaste que era hombre?

## ¡BUENAS TARDES, DAMAS Y CABALLEROS, SEÑORAS Y SEÑORES!

De siempre, cuando se ha querido nombrar y considerar a las mujeres, no bastaba el genérico... como con el público en un espectáculo. **Pero las señoras ahora se han subido al escenario, y si en las butacas solo escuchaban... ¡ahora hablan!**<sup>3</sup>

## DEPORTE FEMENINO, MUJERES ESCRITORAS...

Si lo masculino se considera como lo universal, lo femenino es lo particular, lo marginal, la excepción a la regla. Tenemos el fútbol- fútbol en mayúsculas (el masculino)... y luego el fútbol femenino. Ídem con el cine, la literatura, el arte, etc. ¿Quién hay detrás de lo que nos han mostrado como universal?

## REGLA de "ANDROCENTRISMO"

que impregna nuestro imaginario. "Toda persona es del género masculino, a no ser que se especifique lo contrario". Frase real de un libro: "Cansados, llegaron los tres al pueblo". ¿Qué imagen mental te sugiere? ¿Tres hombres? En realidad se refiere a dos mujeres y un caballo. **Ante cualquier masculino nuestra mente crea IMÁGENES MASCULINAS.**

1. Jesús Ibáñez.  
2. Álvaro García Meseguer: comenzar la frase con un supuesto masculino genérico y terminarla refiriéndose solo a los varones.  
3. Santos Juliá.  
4. ¿Estás mirando la solución porque no se te ocurre?... 3,2,1: ¡teniendo hijas!

Con tanta opción

# ¡NO HAY EXCUSAS!

Hay tantas soluciones como personas decididas a no discriminar al hablar  
¡(crea, inventa, prueba!



De estas, solo 2 "no le gustan" a la RAE  
¡Búscalas!

# PARA COMUNICARTE EN IGUALDAD

# OTROS LENGUAJES

## LENGUAJE VISUAL/ ICONOGRÁFICO

1  ≥ 1000 palabras

¿Y entonces cuánto vale un vídeo?

El 90% de la información transmitida al cerebro es visual, y se procesa 60.000 veces más deprisa que la textual. Y como en todos los lenguajes, también **se nos ha metido un enfoque patriarcal en el ojo.**

Reeduquemos nuestra mirada...

... para **VER/CREAR imágenes feministas** que transgredan mandatos de género, con referentes, equilibradas, diversas...

... para **DETECTAR/RECHAZAR imágenes machistas** estereotipadas, discriminatorias, que cosifican, hipersexualizan, homogeneizan: casi siempre todas jóvenes, delgadas, acelulíticas, urbanas...

¡Ponte tus gafas moradas, ajusta dioptrías y enfoca el machismo!

## LENGUAJE NO VERBAL/GESTUAL

El lenguaje corporal de mujeres y hombres también está condicionado por una educación y cultura sexista. ¿Gestos, posturas que son machistas? Por ejemplo, el "repaso con mirada lasciva de arriba abajo a tu cuerpo", una proxémica (manejo distancias) intrusiva...

... O el **Manspreading o despatarre masculino:** ocupando más del sitio reservado para una persona, y acomodando el **testiculario** a sus anchas.

¡Oooh, nos hemos inventado una palabra! ¿Fin del mundo?

¡Y no es cuestión de tamaño, que si las mujeres de pechos grandes no se sientan con los brazos en jarra, los hombres pueden ir con las piernas juntas!



## LENGUAJE ORAL

El habla y los generolectos...

¿Diferencias "sexolingüísticas"?

¿El *habla femenina* es + emocional, expresiva, educada e insegura?

¿Usa + diminutivos: braguitas, el suje...? ¿Y el *habla masculina* es + lógica, inexpressiva, innovadora o agresiva?

... O el **Mansplaining u hombres "explicando"** a mujeres cómo funciona el mundo con tonito condescendiente y paternal e interrupciones abruptas.

¿Dicen ellos gallumbitos?

Mira guapa, no es así, deja que te explique....

¡A Margaret Thatcher le "domesticaron" su voz femenina/aguda inadecuada para un cargo público!. Su tono bajó a 46Hz.

## LENGUAJE DIGITAL

¡Hasta el algoritmo del CIBERMACHISMO!

Uuuf ¡mil ejemplos! Desde las imágenes al buscar en Google hasta los Machitroll en las redes sociales... 9:29 ✓

...o el titular "Amazon despide por machista a la IA (inteligencia artificial)" al detectar que su algoritmo de contratación penalizaba los CV con la palabra mujer... 9:31

...y que todo en las redes sea: usuario, seguidores, administrador, amigos, suscriptores... 9:39 ✓

¡Está claro! El machismo online es un reflejo del machismo offline. El lenguaje digital reproduce este sesgo sexista analógico. Puff 9:41



**¡ALERTA! #PATRIARCAVIRUS INFECTANDO SISTEMA!**

¡Y mucha de la GENERACIÓN Z que crece entre pantallas sexistas, ha normalizado que también exista el maltrato virtual: sextorsión, grooming...! 9:39 ✓

Pues como decía Haraway "Yo prefiero ser Cyborg que diosa, y no tener miedo". Al igual que las calles y la noche "son nuestras" ¡las redes también! 9:41

¡Ciberfeminismo para hackear el patriarcado digital!

# Resumiendo, que es gerundio... HITS PARA COMUNICAR INCLUSIVO/NO SEXISTA

- 1 ▶ Esto **es una cuestión de decisión**, ¿quiero hablar inclusivo y no sexista? **¡Dale!**
- 2 ▶ No molesta el lenguaje inclusivo, **lo que molesta es el feminismo**.
- 3 ▶ ¡Venga! Toca una **reflexión consciente y crítica** sobre nuestros lenguajes.
- 4 ▶ Efectos del sexismo/androcentrismo: **minusvaloración/asimetría** e **invisibilidad/exclusión**.
- 5 ▶ A través de las **imágenes mentales que sugieren tus lenguajes...** ¡hacemos feminismo!
- 6 ▶ Deja **"sin sentido"** todos los **"símbolos patriarcales"** en cualquier lenguaje.
- 7 ▶ Cambiar tus lenguajes acaba modificando lo que eres y tu **visión del mundo**.
- 8 ▶ El lenguaje se hace hablando, **elige tus alternativas y con la práctica vendrán "solas"**.
- 9 ▶ **No es porque sí, ni una cuestión estética** o de moda, ¡es representación igualitaria, justa y precisa!
- 10 ▶ **Está al alcance de tu mano, boca...** ¡hay tantas opciones como **creatividad** tengas!

# CUIDA TUS LENGUAJES, LO DICEN TODO



"Nuestros lenguajes son como una huella dactilar,  
reflejando todo el tiempo lo que somos"

Si queremos que nuestra comunicación sea instrumento de cambio para hacer justicia a las mujeres largamente invisibilizadas por la palabra y en la palabra. ¡Asumamos una actitud proactiva y rebelde!

# Bla, bla, bla...

## ¿Hablamos un poco más...?



### QUIENES MÁS SABEN ¡DA GUSTO LEER LO QUE ESCRIBEN!

Cualquier libro, artículo, ponencia, entrevista, etc. ¡Hay decenas de valiosas autoras y autores! como Eulalia Lledó Cunill, Mercedes Bengoechea Bartolomé, María Márquez de la Plata, Teresa Meana Suárez, Carlos Lomas, Olga Castro Vázquez, Álvaro García Messeguer...

### HAY MUCHAS GUÍAS DE TODO TIPO

Aquí el Instituto de la Mujer recopila decenas de guías de diferentes instituciones.

Del Instituto Canario de la Igualdad: Recomendaciones prácticas para evitar lenguaje sexista y Orientaciones (M<sup>a</sup> del Rosario Pizarro Celi).

Colección "INCLUYE, Más que palabras" con cuatro guías diferentes (general, profesiones, medios de comunicación y funcionariado) del Instituto de la Mujer de Castilla La Mancha (Eva de la Peña Palacios).

El imprescindible y genial libro "Ni por favor ni por favora: Cómo hablar con lenguaje inclusivo sin que se note" de María Martín Barranco.

### VÍDEOS PARA EL AULA

Un ACERTIJO para reflexionar en grupo y un experimento hecho con jóvenes y peques.

### Y PROGRAMAS INFORMÁTICOS

Disponibles de forma gratuita y de descarga rápida y fácil en internet:

- PROGRAMA "Nombrada En Red" del Instituto de la Mujer.
- PROGRAMA "La Lupa Violeta" de la AD Los Molinos.

## Y todavía más...

Descubre muchos más recursos, todas las actividades y materiales en la web del Programa de Igualdad y Educación Afectivo Sexual.

Y tú... ¿Qué?  
¿Te atreves a despatriarcar  
LENGUAJES?

**ATENCIÓN**

¿Recuerdas la advertencia al inicio de la guía? ¿Qué? ¿Ha sido muy traumática la experiencia de leer guías con lenguaje totalmente inclusivo?

¿O ni te has enterado? :P