



Ayuntamiento de  
**Valdepeñas**

Plaza de España, 1  
13300 VALDEPEÑAS (Ciudad Real)  
Tel.902310011 Fax.926312634

# **Punto de consulta sobre el uso no sexista del lenguaje**

**Centro de la Mujer**





## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.

1 NORMATIVA.

2 EL SEXISMO LINGÜÍSTICO

2.1 Problemas del sexismo lingüístico

3 ESTRATEGIAS Y SOLUCIONES AL USO SEXISTA DEL LENGUAJE ADMINISTRATIVO.

4 DECÁLOGO DE USO DEL LENGUAJE NO SEXISTA.

.....



## INTRODUCCIÓN

La evolución, adaptación, diversificación, intercambio y creación de lenguas y lenguajes a lo largo del tiempo, muestra la necesidad de comunicación y la capacidad del ser humano para adaptarse a los cambios. Pues bien, el reto que las sociedades igualitarias tienen hoy en día es nombrar el mundo también en femenino. Quienes nos antecedieron ponían nombre a todo lo nuevo que descubrían, adaptaban o integraban palabras de otras culturas, respondiendo a una necesidad de representación simbólica de la realidad que permitiera la comunicación. La inteligencia se adapta a las novedades que deparan los cambios.

Existen lenguajes actualmente caídos en desuso, que muestran la necesidad de que la comunicación ha sido necesaria a lo largo del tiempo. El latín, junto con el griego, árabe y otras muchas lenguas han ido conformando el español actual.

Tras la colonización de América se trajeron riquezas y nuevos productos que tenían nuevos nombres. En el siglo XIX muchas palabras surgieron con fuerza gracias al movimiento obrero: *manufactura, seriación, producción, plusvalía, lucha sindical*, etc.

El lenguaje constituye un elemento fundamental de la cultura, que condiciona la forma de analizar la realidad, y contribuye directamente a aprender a relacionarnos con las demás personas. Precisamente por esa razón, el lenguaje también constituye una de las más invisibles, e importantes manifestaciones de la desigualdad por razón del sexo.

El Ayuntamiento de Valdepeñas con la finalidad de promover la igualdad entre mujeres y hombres, y consciente del papel fundamental que tiene el lenguaje en la formación de la identidad social de las personas, establece entre las medidas del I Plan de Igualdad Municipal, la utilización de un lenguaje no sexista en todos los documentos y escritos emitidos por la Corporación Municipal. Para ello define acciones concretas como es la utilización no sexista del lenguaje en los textos, publicaciones y material elaborado y/o difundido desde la Administración local.

Recuerda, el lenguaje es:

- Una herencia cultural.
- Un sistema que evoluciona.
- Un modo de representar de la realidad.
- Un medio de comunicación.
- Un posicionamiento ideológico.
- Una forma de pensamiento.
- Una opción personal de representar el pensar y el sentir.

Pensamos como hablamos, hablamos como pensamos.



Es preciso reclamar de la lengua española la flexibilidad suficiente para atender las demandas de una ciudadanía que requiere una comunicación efectiva, que no sea ambigua, discriminatoria ni excluyente y donde los términos representen con justicia la realidad que designan. Si esto no es así, de poco sirve que la comunicación responda al principio de economía lingüística.

Toda lengua, como instrumento de comunicación que es, requiere, para cumplir esta función, adaptarse a las necesidades de quienes la usan, por lo que muestra gran capacidad para modificarse y acompañar la evolución del género humano. Pero, a su vez, también, cada lengua conforma la realidad en un determinado sentido, esto es, nos enseña a ver el mundo.

Por este motivo, en la construcción de las políticas de igualdad no ha de perderse de vista la importancia de las políticas lingüísticas y es preciso reconocer el significativo papel que desempeñan como refuerzo, impulso y consolidación del nuevo pacto social entre géneros que estamos construyendo.

Las investigaciones en materia sexista han aportado desde el último tercio del siglo XX diferentes propuestas para que no se produzca discriminación sexual en el uso de nuestra lengua. Algunos de estos procedimientos han sido criticados aduciendo argumentos de muy variado tipo que ponen en entredicho otros recursos que en absoluto transgreden las normas gramaticales del español actual.

Uno de los argumentos que con más frecuencia se esgrime por parte de los detractores es que tales propuestas no sexistas contravienen el principio de economía (comunicarse con el menor número de palabras posibles). No es cierto, no todos los recursos ralentizan o recargan el discurso, sino todo lo contrario: muchos se caracterizan por su brevedad. Además, la economía lingüística solo tiene sentido si el texto recoge una expresión adecuada y no ambigua cumpliendo así el principio básico y fundamental de la comunicación.

## **1. NORMATIVA SOBRE EL USO NO SEXISTA DEL LENGUAJE**

La necesidad de utilizar un lenguaje no sexista por parte de los poderes públicos y las distintas administraciones ha sido acordada en instrumentos jurídicos tanto nacionales como internacionales, con el objetivo de conseguir una representación adecuada de mujeres y hombres.

A nivel internacional y concretamente la UNESCO y la Unión Europa no sólo se limitaron a abordar la necesidad del uso de un lenguaje no sexista por parte de las administraciones públicas, sino que instaron a los diferentes gobiernos a adoptar estrategias para la utilización de un lenguaje incluyente y no discriminatorio. En este sentido destacan:



- Las Resoluciones 14.1 (1987) y 109 (1989) de la Conferencia General de la UNESCO.
- La Recomendación sobre la eliminación del sexismo en el lenguaje, del Consejo de Ministros, en el año 1990 en la que reconoce la existencia de obstáculos a la igualdad real entre hombres y mujeres, considerando que el lenguaje es un instrumento esencial en la formación de la identidad social de cada persona, proponiendo tres medidas básicas:
  - a) los Estados miembros deben incorporar iniciativas para promover un lenguaje no sexista;
  - b) deben promover en textos jurídicos, educativos y de la administración pública el uso de terminología armónica con el principio de igualdad entre los sexos;
  - c) y fomentar la utilización de un lenguaje libre de sexismo en los medios de comunicación.

Hay que señalar que la recomendación de la Unión Europea fue incorporada por las distintas administraciones públicas españolas, a través del I Plan para la Igualdad de Oportunidades para las Mujeres (1988-1990) recoge entre sus actuaciones lo siguiente: se incluirá en el proceso de renovación del lenguaje administrativo que se está realizando, el control y eliminación, en su caso de este tipo de discriminaciones en las circulares, impresos y formularios utilizados por la administración. No obstante, hasta el año 1995 se aprueba la primera norma que regula esta materia. Esta norma fue la Orden del 22 de marzo de 1995 del Ministerio de Educación y Ciencia para adecuar la denominación de los títulos oficiales.

Las referencias normativas actuales se encuentran en la Ley Orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva entre mujeres y hombres, cuyo art. 14 estipula que, entre otros, serán criterios generales de actuación de los poderes públicos, "la implantación de un lenguaje no sexista en el ámbito administrativo y su fomento en la totalidad de las relaciones sociales, culturales y artísticas".

En Castilla la Mancha la Ley 12/2012 para la promoción de la igualdad efectiva entre mujeres y hombres literalmente en su art artículo 10. Lenguaje no sexista e imagen pública de las mujeres: 1. El lenguaje utilizado por la Administración será inclusivo de hombres y mujeres, haciendo uso del femenino y masculino, o en su caso neutro, eliminando cualquier sesgo sexista, incluso los indirectos. Asimismo, se fomentará el uso del lenguaje no sexista entre los particulares. 2. En la comunicación institucional, las Administraciones públicas de Castilla-La Mancha velarán por la transmisión de una imagen igualitaria, plural y no estereotipada de mujeres y hombres en la sociedad, y promoverán el conocimiento y la difusión del principio de igualdad entre mujeres y hombres en el desarrollo de sus políticas. 3. La Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha realizará las campañas institucionales fomentando la imagen de las mujeres en aquellas profesiones, estudios o actividades públicas en las que están menos representadas. Las campañas institucionales contendrán un lenguaje



no sexista y no reproducirán arquetipos masculinos y femeninos estereotipados.

## 2. SEXISMO LINGÜÍSTICO

Según el *Diccionario de la lengua española* de la Real Academia (Madrid, 2001), el sexismo es:

1. Atención preponderante al sexo en cualquier aspecto de la vida.
2. Discriminación de personas de un sexo por considerarlo inferior al otro.

Por tanto, el sexismo supone la discriminación de un sexo por parte del otro. Por lo que el sexismo lingüístico es el uso discriminatorio del lenguaje que se hace por razón de sexo. El sexismo no está en la lengua en sí misma sino en los usos que hacemos de ella, los cuales, al ser reflejo de la cultura androcéntrica en la que vivimos, muestran que el sexo comúnmente más discriminado es el femenino.

Una de las cuestiones más polémicas relacionadas con el sexismo lingüístico proviene de la confusión que se establece entre sexo y género gramatical. Mientras que el sexo es un rasgo biológico que poseen algunos seres vivos, el género gramatical es un rasgo inherente a determinados tipos de palabras, que sirve para clasificar a los sustantivos en masculinos y femeninos y, en el caso de los adjetivos y determinantes, para establecer su concordancia.

La lengua, que es una construcción cultural, contribuye a transmitir (o modificar) la realidad que las personas conocen. En los mensajes escritos y hablados, la lengua no sólo es un vehículo de comunicación que transmite ideas, pensamientos, sentimientos e información, sino que también contribuye a transmitir la ideología y las relaciones de poder de la sociedad que le es propia.

La óptica androcéntrica asimila el concepto "varón" al concepto "universal". La principal consecuencia es, como se puede adivinar, la ocultación, subordinación, desvalorización y discriminación de las mujeres.

Para corregir el sexismo lingüístico primero debemos saber detectarlo. A continuación mostraremos los usos lingüísticos que discriminan e invisibilizan a las mujeres en el discurso, estos son a veces tan sutiles o están tan incorporados a nuestra práctica lingüística que no nos damos cuenta al usarlos. Son variados y no excluyentes entre sí.

No podemos hablar de "lenguaje sexista" sino de "uso sexista" del lenguaje, ya que la lengua, por su variedad y riqueza, ofrece muchas posibilidades para describir una realidad y para expresar todo lo que nuestra mente es capaz de imaginar. De esas posibilidades escogemos unas u otras en función de lo que queremos decir y del contexto en el que estemos, pero sobre todo en función de lo que hemos aprendido, de las ideas, conceptos o estereotipos que nos han sido transmitidos culturalmente, es decir del conocimiento que tengamos de la realidad.



El sistema lingüístico de nuestra lengua ofrece numerosas, variadas y ricas posibilidades para evitar la discriminación sexual en su uso. Los fenómenos lingüísticos sexistas, anteriormente explicados, pueden y deben evitarse sin necesidad de agredir las normas gramaticales. Sin embargo cambiar hábitos y romper con usos arraigados no resulta fácil y exige un gran esfuerzo. Para ello, debemos conocer y llevar a la práctica nuevos usos que hagan nuestro lenguaje más igualitario, libre de estereotipos sexistas.

## 2.1 Principales problemas del sexismo lingüístico

### 1. Duales aparentes y vocablos ocupados

### 2. Vacíos léxicos

### 3. Falsos genéricos

### 4. Asociaciones lingüísticas peyorativas

### 5. Salto semántico

### 6. Abuso del masculino genérico

### 7. Asimetría en el trato mujeres/hombres

### 8. Orden de presentación

### 9. Denominación sexuada

### 10. Aposiciones redundantes

**1. Duales aparentes y vocablos ocupados:** Los duales aparentes son términos que cambian de significado según se apliquen a un sexo o a otro. Suele ocurrir, sobre todo en palabras que designan cargos o profesiones, que las formas femeninas son “vocablos ocupados”, es decir, que poseen un significado inferior o negativo con respecto a la forma masculina, lo que dificulta su empleo de un modo igualitario. Ej.: secretaria ‘mujer que se dedica a tareas subalternas’/secretario ‘hombre que desempeña un alto cargo’; sargenta ‘mujer del sargento’ o ‘mujer autoritaria’/sargento.

En otros pares el término femenino posee un significado inferior o negativo con respecto al masculino.

*hombre público / mujer pública*

*individuo / individua*

**2. Vacíos léxicos:** Palabras que carecen de correlato o dual en el otro género. La ausencia suele perjudicar a las mujeres. Ej.: misoginia significa “aversión u odio a las mujeres”. No existe ninguna palabra que nombre la aversión u odio a los varones.



**3. Falsos genéricos:** Vocablos que aparecen como genéricos. Ej.: hombre con significado de humanidad.

**4. Asociaciones lingüísticas peyorativas:** Los términos sobre los valores que se entienden como femeninos se definen a partir de convenciones o prejuicios sociales y no de criterios lingüísticos. Asimismo, se verifica la existencia de numerosas voces que denotan o connotan insulto únicamente para las mujeres. Ej.: léxico que identifica (estereotipadamente) a las mujeres con belleza, matrimonio o prostitución: zorra, además de un mamífero, define a una prostituta; fregona es, en sentido despectivo, una criada que friega y sirve en la cocina además de un utensilio para limpiar el suelo; maruja es un ama de casa de bajo nivel cultural (sin correlato para el masculino); quedarse para vestir santos es una mujer que ha quedado soltera.

**5. Salto semántico:** Fenómeno lingüístico que consiste en que un vocablo con apariencia de genérico (esto es, se le supone que incluye a hombres y a mujeres), revela más adelante que su valor era específico (sólo incluía a varones). Ej.: El seguro médico cubre a los "afiliados" y a sus mujeres.

**6. Abuso del masculino genérico:** El valor del masculino como incluyente de ambos sexos se utiliza como norma, incluso en contextos comunicativos donde no se justifica su uso. Es habitual, por ejemplo, encontrarlo en documentos abiertos que deben cumplimentar las personas destinatarias a las que se les apela, desde esos textos, como si únicamente fueran varones. El abuso del masculino genérico es el fenómeno más frecuente en el uso sexista de la lengua. En español, mientras que el género femenino posee un valor único (específico) que sólo designa a mujeres, el masculino tiene un doble uso o valor:

- a) específico, hace referencia al masculino;
- b) genérico, engloba a ambos sexos.

Cuando utilizamos el masculino con valor genérico para hacer referencia a mujeres y a hombres estamos excluyendo e invisibilizando a las mujeres y mostramos al hombre como sujeto de los hechos que se narran. Debemos evitar su uso ya que, en muchas ocasiones, genera confusión y ambigüedad pues no queda claro cuándo se usa con valor masculino y cuándo con valor genérico.

**7. Asimetría en el trato mujeres/hombres:** Los tratamientos de cortesía que convierten a las mujeres en dependientes o la forma de dirigirse a las mujeres, mediante diminutivos o vocablos que las infantilizan, todavía son frecuentes en algunos contextos comunicativos. Estos usos jamás se aplican a los varones. Ej.: señorita (define el estado civil de las mujeres).

Se produce cuando las formas de tratamiento y cortesía presentan a la mujer en relación de dependencia respecto al hombre (*Los solicitantes Ignacio Herrero y su esposa*) o la infantilizan mediante diminutivos.

*señor / señorita // señor/señora*



También se da el caso, sobretodo en documentos firmados por la Administración que deben cumplimentar tanto mujeres como hombres, que las fórmulas que aparecen de tratamiento están solamente en masculino.

*El denunciante: Silvia Silvestre*

*Firma del interesado/ El interesado*

**8. Orden de presentación:** La anteposición, como norma, del masculino al femenino, supone aceptar la preferencia de un género sobre otro. No existe ninguna justificación gramatical que explique el uso sistemático de la forma masculina delante de la femenina.

Aunque siempre es preferible evitar los desdoblamientos (excepto cuando no haya otro modo de visibilizar a las mujeres), lo lógico es que si se producen, se introduzcan de forma alterna, para evitar consolidar la jerarquía sexual. Ej.: Si en un documento se hace referencia constante a las personas consumidoras, en ocasiones se puede desdoblar usando a lo largo del texto los consumidores y las consumidoras y también las consumidoras y los consumidores.

**9. Denominación sexuada:** Un problema de falta de simetría tiene que ver con la forma de mencionar a los varones, a los que se identifica por su cargo, oficio, profesión, etc. Sin embargo, las mujeres son identificadas antes por su sexo o por su dependencia de un varón (padre, marido, etc.), que por sus méritos o identidad propia. Ej.: El seguro indemnizará a los accidentados: tres mujeres y dos soldados.

**10. Aposiciones redundantes:** Consiste en destacar la condición sexuada de las mujeres por encima de otras cualidades que son pertinentes al asunto. Ej.: La manifestación terminó con la lectura de un manifiesto de las mujeres periodistas (la expresión las periodistas marca el género por sí sola, sin necesidad de añadir el término mujeres).

Encontramos este uso discriminatorio cuando se destaca la condición sexuada de las mujeres por encima de otras cualidades que son pertinentes al asunto. *"La huelga fue secundada por 2.000 mujeres trabajadoras"*.

### **3. ESTRATEGIAS PARA LA UTILIZACIÓN DEL LENGUAJE NO SEXISTA:**

A continuación recogemos las propuestas de cambio que en principio, pueden consolidarse al no transgredir las normas de la lengua española.

**1- Emplear términos genéricos, colectivos, abstractos y perífrasis**

**2- Utilizar fórmulas de desdoblamiento**

**3- Feminizar términos**

**4- Emplear construcciones no sexistas:**

**4.1 Omitir determinantes y pronombres marcados**

**4.2 Eludir el sujeto**

**4.3 Simetría en el tratamiento**

**5-Eludir el masculino genérico**



## 1. Emplear términos genéricos, colectivos, abstractos y perífrasis.

Uno de los procedimientos que podemos utilizar para no emplear enunciados sexista es el reformular la forma de escribir mediante el uso de:

### Sustantivos genéricos

Términos que, independientemente de su género gramatical, se refieren a hombres y mujeres: *persona, víctima, criatura, cónyuge, personaje.*

*Según lo previsto en la normativa vigente, los **dañados** en el accidente recibirán las indemnizaciones pertinentes.//Según lo previsto en la normativa vigente, las **víctimas** del accidente recibirán las indemnizaciones pertinentes.*

***Todos** se verán afectados por esta medida//Todas las **personas** se verán afectadas por esta medida.*

Hay que tener cuidado con los «falsos genéricos» como «hombre» con el sentido de humanidad. Se trata de un error muy común, tanto en el lenguaje oral como en el escrito, que debemos evitar pues su uso sugiere claramente una referencia a personas masculinas e invisibiliza a las mujeres. Podemos emplear términos neutros como: *ser humano, persona o humanidad.*

*La evolución del hombre //La evolución de la especie humana*

### Sustantivos colectivos

Términos que designan en singular conjuntos de entidades: *ciudadanía, población, familia, funcionariado, alumnado, electorado, humanidad, vecindario...*

*Se avisa a los **trabajadores** de la empresa que la revisión médica será el próximo martes.//Se avisa a la **plantilla** de la empresa que la revisión médica será el próximo martes.*

### Sustantivos abstractos

Términos que se utilizan para aludir al cargo, profesión, oficio, titulación, etc. y no a la persona que lo ostenta: *Tesorería, Dirección, Presidencia, Alcaldía, Inspección...*

*Tema 3. La organización municipal. **El alcalde**, el Pleno...//Tema 3. La Organización municipal. **La Alcaldía**, el Pleno...*

### Perífrasis

Cuando no disponemos de genéricos, colectivos o abstractos podemos sustituir por perífrasis del tipo: *la población española, el personal administrativo, etc.*

## 2. Utilizar fórmulas de desdoblamiento y barras

Estas fórmulas son un recurso útil para visibilizar a mujeres y hombres, no obstante debemos emplearlas sólo cuando no encontremos otro recurso pues recargan y dificultan la lectura.



### Desdoblamientos

Para hacer referencia a un grupo integrado por hombres y mujeres podemos utilizar los dos géneros gramaticales. En cualquier caso es importante alternar el orden de la presentación para no dar sistemáticamente prioridad al masculino sobre el femenino. La concordancia se hará con el segundo término.

*El Ayuntamiento de xx contratará a **un editor**.//El Ayuntamiento de xx contratará a **un editor o editora**.*

### Uso de barras:

Recurso recomendado especialmente en documentos donde hay problemas de espacio como son los impresos o formularios y también para los encabezados, pero siempre alternando ambos sexos.

*D.....*

*D/Dña.....*

*Nombre y apellidos.....*

### Introducir aposiciones explicativas:

Podemos recurrir también al empleo de aposiciones explicativas para nombrar ambos géneros que clarifiquen que el masculino está utilizado como genérico, impidiendo así otra interpretación.

*Los **afectados** recibirán una indemnización.//Los afectados, **hombres y mujeres**, recibirán una indemnización.*

Sin embargo, debemos evitar el uso de aposiciones redundantes que tienen como núcleo el sustantivo *mujer*

### 3. Feminizar términos

Para un uso de nuestra lengua acorde con la realidad social existente debemos usar, siempre que sea posible, la forma masculina o femenina según sea hombre o mujer. Para ello, la lengua española cuenta con múltiples términos y recursos que nombran y visibilizan a ambos sexos adaptándose así a las nuevas necesidades.

A continuación resaltaremos los procedimientos más sencillos para feminizar son:

-Se emplea la terminación –a que se agrega a un nombre masculino terminado en consonante.

*autor/autora*

*concejal/concejala*

-Se emplea también la terminación –a para sustituir las terminaciones o del masculino.

*abogado/abogada*

*médico/médica*

-Menos común es cambiar el nombre masculino o alargar la terminación.



*rey/reina*

*príncipe/princesa*

#### **4. Emplear construcciones no sexistas**

##### **4.1. Omitir determinantes y estructuras marcadas**

En ocasiones la marca de género se agrega a través del determinante o el pronombre que empleamos. Esto podemos evitarlo mediante varios procedimientos:

Omitir el determinante delante del sustantivo invariable (en listas, instancias, etc.):

*El vocal de la comisión; el representante de los sindicatos// vocal de la comisión; representante de la comisión*

Sustituir el determinante que acompaña a un sustantivo invariable por otros sin marcas de género (cada, cualquier):

*Todos los solicitantes deberán presentar el DNI.//Cada solicitante deberá presentar el DNI.*

Reemplazar estructuras marcadas por un pronombre sin marca de género (*quien, quienes*):

*Los que se matriculen al curso deberán abonar las tasas//Quienes se matriculen deberán abonar las tasas.*

##### **4.2. Eludir el sujeto**

Se puede omitir la referencia directa al sujeto sin que ello afecte al mensaje ni provocando ambigüedad recurriendo a varios procedimientos para reformular la frase:

*El solicitante deberá cumplimentar el formulario*

Estructuras con **se**:

*Se cumplimentará el formulario*

Formas personales del verbo:

*Cumplimente el formulario*

Formas no personales:

*A cumplimentar*

##### **4.3. Simetría en el tratamiento**

Debemos optar por la simetría en el tratamiento para contribuir a un uso igualitario del lenguaje. Por ello es aconsejable:

Alternar el orden de masculino y femenino

*Funcionarias y funcionarios fijos.*

*Trabajadores y trabajadoras en excedencia.*

Uso adecuado de formas de tratamiento de cortesía

*El interesado El/ La interesado/a; La persona interesada*

*Sr. /Sra.*



*D. Juan Navarro y su esposa*

*D<sup>a</sup> Laura Cortés*

*⇒D. Juan Navarro y D<sup>a</sup> Laura*

*Cortés*

Tratamiento homogéneo en todo el texto

*Datos del interesado...*

*Firma del interesado*

*Datos del interesado/a...*

*Firma del interesado/a*

Importante: si nos inclinamos por el uso de barras y los desdoblamientos debemos emplearlos a lo largo de todo el documento.

## 5. Alternativas al masculino genérico

Intentaremos siempre que sea posible eludir el masculino genérico para no crear confusión pues existen múltiples posibilidades para ello.

*Los que no presenten el DNI no serán admitidos. //Las personas que no presenten el DNI no serán admitidas.//Quienes no presenten el DNI no serán admitidos.*

Evitar el uso de indefinidos *uno/s, alguno/s, todo/s*

*Si alguno tiene algo que alegar lo deberá realizar por escrito.//Si alguien tiene algo que alegar lo deberá realizar por escrito.*

*Unos optaron por no inscribirse en la bolsa de trabajo.//Unas personas optaron por no inscribirse en la bolsa de trabajo.*

*Todos los que no cumplan los requisitos.//Todas las personas que no cumplan los requisitos.*

## DECÁLOGO // RECOMENDACIONES

1	Corregir el enfoque androcéntrico de las expresiones, buscando un lenguaje igualitario. Un lenguaje no excluyente permite crear referentes femeninos porque visibiliza a las mujeres, nombra correctamente a varones y mujeres, rompe estereotipos y neutraliza los prejuicios sexistas que afectan a unos y a otras.
2	Es compatible el uso de las normas gramaticales y estilísticas con el uso no sexista de la lengua.
3	Evitar el uso de tratamientos de cortesía innecesarios. En el caso de incluirlos, se utilizarán los siguientes: "don y señor" para varones y "doña y señora" para mujeres. Nunca se emplearán nombramientos que impliquen relaciones de dependencia o subordinación.
4	El uso innecesario o abusivo del masculino genérico es un obstáculo a la igualdad real entre hombres y mujeres porque oculta a las mujeres y produce ambigüedad. Se evitará su utilización en textos y documentos.



5	Para sustituir el masculino genérico se emplearán términos genéricos colectivos, abstractos o vocablos no marcados, perífrasis o metonimias. Cuando no produce ambigüedad, se puede omitir la referencia directa o bien utilizar infinitivos o pronombres.
6	Se utilizarán, siempre que sea posible, las denominaciones de cargos, profesiones y titulaciones en femenino, mediante el morfema de género y/o el artículo. Cuando su uso se haga en plural, se evitará la utilización del genérico masculino.
7	En los casos en los que el texto se refiera a quien posee la titularidad de una entidad, área o institución, el lenguaje se adecuará al masculino o al femenino en función de si se trata de un hombre o una mujer. Es importante recordar que el español tiene marca de género por lo que los cargos ocupados por mujeres deben recogerse en femenino.
8	Los documentos administrativos deben dirigirse a la ciudadanía con fórmulas que nombren específicamente a las mujeres cuando se conoce su sexo. Cuando se desconoce quien será la persona destinataria, se usarán fórmulas que engloben a ambos sexos, evitando el uso del masculino genérico.
9	El uso de dobles mediante barras queda limitado a los formularios de carácter abierto y a determinados encabezamientos, no utilizándose en ningún caso en otro tipo de redactados.
10	No podrá utilizarse, en ningún documento, la arroba o la x, porque no es un signo lingüístico, y no permite su lectura.