

MANUAL

para el uso no sexista del lenguaje y las imágenes



asasam

buru gaitotasuna duten pertsonen
eta senideen aiarako elkartea
asociación ayalesa de familiares y
personas con enfermedad mental



1. INTRODUCCIÓN

ASASAM es una asociación no lucrativa compuesta por personas con enfermedad mental, familias, profesionales, personas voluntarias y socias ilusionadas por construir un espacio saludable en términos de oportunidades para el desarrollo individual y colectivo de las personas con enfermedad mental.

En el año 2.017 ASASAM implanta el ***I Plan para la Igualdad de Mujeres y Hombres en ASASAM*** como herramienta que permitiera llevar a cabo las acciones necesarias para trabajar y conseguir la igualdad real en la organización. Algunas de las medidas propuestas en este plan de igualdad son: integrar la perspectiva de género en los estudios, en las actividades formativas, en los presupuestos... y entre otras, hacer un uso no sexista del lenguaje y otros elementos comunicativos.

Otro aspecto fundamental incluido en el Plan de Igualdad es el uso del lenguaje. El lenguaje y las imágenes que usa una organización reflejan su cultura corporativa. Uno de los usos discriminatorios que se da al lenguaje es el sexista, el cual surge de un esquema normativo social, en el que se asigna a hombres y mujeres roles distintos, y a partir del cual se construye una cultura que propicia, entre otros aspectos, la violencia de género.

Por ello, este lenguaje debe servir para visibilizar y reconocer el trabajo realizado por mujeres y hombres en nuestra asociación. En este sentido, en esta guía se recogen una serie de fórmulas recomendadas para hacer un uso igualitario y no sexista del lenguaje ofreciendo herramientas básicas que sirvan de orientación en la redacción de documentos, estudios, artículos, noticias o comunicaciones electrónicas con un lenguaje inclusivo.

Por último, hemos querido recoger algunas recomendaciones en el uso de las imágenes. El lenguaje no está formado sólo por palabras orales o escritas, sino que además las imágenes son otra forma de comunicarnos y presentar la realidad y nuestras ideas. El uso que hagamos de las imágenes y lo que éstas muestren dirán mucho de nuestra visión de la realidad.



1.1 CONTEXTUALIZACIÓN NORMATIVA

En la elaboración de esta guía se han tomado como base las referencias legales que aparecen reflejadas en la siguiente tabla:

ÁMBITO	
Ámbito estatal	Ley Orgánica 3/2007 de 22 de marzo para la Igualdad efectiva de Mujeres y Hombres
Ámbito autonómico	Ley 4/2005 de 18 de febrero para la Igualdad de Mujeres y Hombres
Emakunde	VI Plan para la Igualdad de Mujeres y Hombres en la CAE
Ámbito provincial	IV Plan Foral para la Igualdad de Mujeres y Hombres en Álava
Ámbito municipal	III Plan para la Igualdad de Mujeres y Hombres de Laudio
Entidad	I Plan para la Igualdad de Mujeres y Hombres en ASASAM



2. DEFINIENDO TÉRMINOS

SALUD MENTAL.

Según las personas con enfermedad mental, salud mental es “un estado saludable en el que hay equilibrio, armonía y donde la persona se encuentra completo y acorde con la sociedad”. Según la OMS, salud mental es un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a la comunidad.

SEXO.

Diferencias biológicas, anatómicas y fisiológicas que diferencian a mujeres y hombres.

GÉNERO.

Construcción cultural que atribuye a cada sexo (hombre y mujer) unas características, valores, actitudes, aptitudes, roles sociales...diferentes.

ESTEREOTIPOS.

Creencias sociales aceptadas por un colectivo como modelo o patrón de conducta inmutable.

IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.

Garantizar que todos los hombres y mujeres tengan las mismas oportunidades en todas las áreas de la sociedad.

ANDROCENTRISMO.

Visión del mundo que sitúa al hombre como centro de las cosas, invisibilizando a las mujeres.



SEXISMO.

Discriminación de las personas en función de su sexo, pero afecta principalmente a las mujeres.

FEMINISMO.

Ideología y movimiento social que reclama los derechos de las mujeres.

MACHISMO.

Actitud y comportamiento que desvaloriza a las mujeres considerándolas inferiores a los hombres.

TRANSVERSALIDAD.

Integrar la perspectiva de género en los diversos ámbitos de la sociedad (culturales, educativos, políticos, económicos...).

DISCRIMINACIÓN MÚLTIPLE.

Aquella forma de discriminación en la que se dan dos o más motivos discriminatorios, ya sea de forma acumulativa o interseccional (edad, discapacidad, edad, sexo, género, origen étnico, identidad de género...).

ACCIÓN POSITIVA.

Medidas de impulso y promoción que tienen por objeto establecer la igualdad entre mujeres y hombres. Una variedad de acción positiva es la Discriminación inversa, más efectiva a la hora de remediar los efectos negativos de las discriminaciones profundamente arraigadas en la sociedad (racial y sexual). Si careciera de esa finalidad, se transformaría en discriminación directa.



3. BUEN USO DEL LENGUAJE

No hay una única forma para hacer un uso no sexista del lenguaje. Se trata de ir modulando nuestro lenguaje fijándonos en los sesgos de nuestro pensamiento. Además de la influencia clara de los factores sociales y culturales, debemos tener en cuenta los factores lingüísticos.

Los pensamientos están influenciados por factores sociales y culturales que condicionan nuestra manera de interpretar la realidad y en consecuencia, el uso del lenguaje. Es por ello que las palabras elegidas y el modo de estructurarlas, pueden resultar discriminatorias por razón de sexo.

A continuación, se plantean los errores mas frecuentes en los que se incurre en el uso de lenguaje, errores que ayudan a entender las situaciones de desigualdad que se dan en el uso del lenguaje:

3.1. FALSOS GENÉRICOS

Uso del género masculino como genérico. Algunos ejemplos:

Uso inadecuado	Uso adecuado
El usuario	La persona usuaria
Los trabajadores	La plantilla
Los padres	La familia
Los voluntarios	Las personas voluntarias



3.2. DUALES APARENTES

Palabras con significado diferente según sea femenino o masculino, asignando una connotación negativa al uso de términos femeninos. Algunos ejemplos:

Términos femeninos	Términos masculinos
Fulana	Fulano
Gallina	Gallo
Parienta	Pariente
Verdulera	Verdulero

3.3. VACIOS LÉXICOS

Palabras que no tienen homólogo en el género contrario, asignando cualidades positivas a los términos masculinos y negativas a los términos femeninos. Algunos ejemplos:

Términos femeninos	Términos masculinos
Misoginia	-----
-----	Caballerosidad
Arpía	-----
-----	Hombría
Víbora	-----



3.4. ASIMETRÍA EN EL TRATAMIENTO

Uso de las palabras para dirigirse a las mujeres que las infantilizan o resaltan un estado de dependencia. Algunos ejemplos:

Uso inadecuado	Uso adecuado
Las chicas de la oficina	Las trabajadoras
Espe	Mariano Rajoy

3.5. MINUSVALORIZACIÓN DE LO FEMENINO

Uso de términos tradicionalmente vinculados a lo femenino para descalificar a una persona, frente a la supremacía de las cualidades vinculadas al género masculino. Algunos ejemplos:

Términos vinculados al género femenino	Términos vinculados al género masculino
Débil	Fuerte
Delicada	Protector
Nena	Machote
Princesa	Campeón



3.6. USO DEL SINGULAR

Uso del término “mujer” en singular para hacer referencia a todas las mujeres. Algunos ejemplos:

Uso inadecuado	Uso adecuado
“El día de la mujer trabajadora”	“El día de las mujeres trabajadoras”
“Violencia contra la mujer ”	“Violencia contra las mujeres ”
“ La mujer con enfermedad mental sufre discriminación múltiple”	“ Las mujeres con enfermedad mental sufren discriminación múltiple”

3.7. MARCA DE GÉNERO

Construcción de frases con marca de género que invisibilizan a las mujeres. Algunos ejemplos:

Uso inadecuado	Uso adecuado
“ El monitor acompañará a las personas usuarias”	“Las personas usuarias irán acompañadas por su monitor”
“ Los trabajadores de cada servicio se reunirán mensualmente”	“Se harán reuniones mensuales de cada servicio”
“ El que no vaya a acudir a la actividad, que avise”	“ Quien no vaya a acudir a la actividad, que avise”



4. BUEN USO DE LAS IMÁGENES

Las imágenes ofrecen información mucho antes que el lenguaje escrito, por lo que es importante ajustarlas para obtener una adecuada representación inclusiva.

Teniendo en cuenta que las imágenes influyen en la percepción de las personas sobre la información del texto al que acompañan, deberíamos de tener en cuenta algunas recomendaciones:

- ✓ Visibilizar a las mujeres.
- ✓ Evitar la imagen masculina como modelo genérico de representación.
- ✓ Mostrar un equilibrio numérico en la presencia de mujeres y hombres.
- ✓ Reproducir roles tradicionales y/o preconcebidos de género.
- ✓ Utilizar imágenes de mujeres de edad, raza, cultura, físico, etc.... diversa.



ROLES IGUALITARIOS



EQUILIBRIO NUMÉRICO



VISIBILIZACIÓN



DIVERSIDAD DE MUJERES

5. EN ASASAM...

A continuación, mostramos algunos términos erróneos utilizados en el ámbito de la salud mental y su alternativa inclusiva:

Lenguaje no inclusivo	Lenguaje inclusivo
Monitor	Monitor o Monitora
Trabajadores	Plantilla
Administrativo	Personal de administración
Usuarios	Personas usuarias
Enfermo mental	Persona con enfermedad mental
Padres	Padre y madre
Los cuidadores	Personas cuidadoras
Presidente	Presidente o presidenta
Voluntario	Persona voluntaria
Discapacitado	Persona con discapacidad
Esquizofrénico	Persona con esquizofrenia
El interesado	El/la interesado/a
Colabora con nosotros	Colabora
Hola chicos	Hola



6. BIBLIOGRAFÍA

- ✓ *"El lenguaje, más que palabras. Propuestas para un uso no sexista del lenguaje"* de Emakunde.
- ✓ *"Guía de comunicación inclusiva y no sexista"* de la Diputación de Valencia.
- ✓ *"Guía práctica para un uso inclusivo del lenguaje en Lantegi Batuak"* de Lantegi Batuak.
- ✓ *"Guía para el uso no sexista de la lengua castellana y de imágenes en la UPV/EHU"* de UPV/EHU.
- ✓ *"Salud mental y medios de comunicación, Guía de Estilo"* de FEDEAFES.
- ✓ *"Guía para la revisión del lenguaje desde la perspectiva de género"* de Diputación de Bizkaia.