

Guía de aplicación de los lineamientos para el uso del lenguaje claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio del Instituto Electoral del Estado de México

Índice

1. Introducción	4
2. Glosario	7
3. Marco jurídico	9
4. Lenguaje claro	12
4.1. ¿Qué es el lenguaje claro?	12
4.2. Planifica el objetivo del mensaje	12
4.3. Elabora una comunicación clara, breve y sencilla.....	13
4.3.1. Revisa el “Método de las 8 preguntas”	14
4.3.2. Reemplaza términos técnicos o palabras poco comprensibles para la ciudadanía	14
4.3.3. Utiliza verbos concretos.....	15
4.3.4. Emplea palabras sencillas y frases cortas	15
4.3.5. Otros consejos que te pueden ayudar	16
4.3.6. Complementa el mensaje a través de la imagen	18
4.4. Revisa que todo sea entendible	19
4.5. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje claro!.....	20
5. Lenguaje incluyente	23
5.1. ¿Qué es el lenguaje incluyente?	23
5.2. ¿Cuál es la finalidad del lenguaje incluyente?	24
5.3. ¿Qué se debe tener en cuenta para usar lenguaje incluyente?	24
5.4. ¿Qué herramientas puedes usar?.....	25
5.4.1. Lenguaje no binario	26
5.4.2. Concordancia de género entre artículos y profesiones o cargos	27
5.4.3. Desdoblamiento de artículos y sustantivos	29
5.4.4. Sustantivos comunes sin artículos determinados	30
5.4.5. Palabras colectivas neutras	31
5.4.6. Pronombres indefinidos, relativos y reflexivos	32
5.4.7. Pronombre personal átono: “les”	33
5.4.8. Omite al sujeto de la oración	33
5.4.9. Persona o personas previo al adjetivo	34

5.4.10. Recursos lingüísticos a evitar	35
5.5. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje incluyente!	36
6. Lenguaje no sexista	38
6.1. ¿A qué nos referimos cuando hablamos del lenguaje sexista?	38
6.2. Recomendaciones para romper con el lenguaje sexista	39
6.2.1. Nombra y visibiliza a las mujeres que ocupan un cargo	39
6.2.2. Escucha y reconoce a las mujeres en la oralidad	40
6.3. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje no sexista!	42
7. Lenguaje no discriminatorio	43
7.1. ¿Qué se entiende por discriminación?	43
7.2. Claves para identificar la discriminación	43
7.3. Tipos de discriminación	44
7.4. ¿En qué ámbitos ocurre la discriminación?	44
7.5. Grupos en situación de vulnerabilidad histórica	44
7.6. ¿Cómo se clasifica el lenguaje discriminatorio?	45
7.7. ¿Qué implica usar un lenguaje no discriminatorio?	45
7.7.1. Principios del lenguaje no discriminatorio	45
7.7.2. Nombra correctamente a poblaciones en situación de vulnerabilidad ..	46
7.8. Recomendaciones para uso diario	47
7.9. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje no discriminatorio! ..	48
8. Lenguaje incluyente, no sexista y no discriminatorio desde las imágenes, audios, videos o elementos similares	51
8.1. Imágenes libres de roles y estereotipos	51
8.2. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje incluyente, no sexista y no discriminatorio desde las imágenes!	54
9. Aspectos por fortalecer	56
10. Fuentes de consulta	58

1. Introducción

El Código Electoral del Estado de México (CEEM), en su artículo 171, fracciones I y VI, establece que el Instituto Electoral del Estado de México (IEEM), como organismo público, tiene como atribuciones, entre otras, contribuir al desarrollo de la vida democrática, así como coadyuvar en la promoción y difusión de la cultura política en la entidad. Por tanto, para garantizar el respeto de derechos fundamentales de la ciudadanía, el acceso a la información y la transparencia en su actuar, las acciones y políticas reconocen las necesidades de distintos grupos poblacionales.

También colabora, en el ámbito de sus competencias, a erradicar todo tipo de desigualdades y violencias que menoscaben el ejercicio de los derechos político-electorales de las personas mexiquenses.

En ese sentido, la aprobación del Acuerdo No. IEEM/CG/106/2025, por el que se expidieron los *Lineamientos para el uso del lenguaje claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio del Instituto Electoral del Estado de México* (Lineamientos), representa el compromiso de institucionalizar medidas para la elaboración de comunicaciones oficiales que sean incluyentes y accesibles para todas las personas en la oralidad, escritura, simbología, gestualidad y el contenido audiovisual.

Esta Guía tiene carácter orientador y operativo. Su finalidad es facilitar la aplicación práctica de los Lineamientos en las comunicaciones institucionales del IEEM, sin sustituir las disposiciones jurídicas aplicables ni modificar el alcance de las atribuciones de las áreas que integran el Instituto, a través de herramientas, ejemplos y recursos que permitan incorporar con mayor facilidad este lenguaje.

Asimismo, se busca que las personas servidoras públicas electorales, en el marco de sus actividades institucionales, promuevan y elaboren comunicaciones internas y externas libres de estereotipos, prejuicios y cualquier forma de discriminación.

El presente instrumento realiza un recorrido por las bases jurídicas, conceptuales, ejemplificativas y prácticas de los cuatro tipos de lenguaje que son pilares para una comunicación que represente a todas las personas: claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio. A partir de estos es posible transmitir ideas, valores, normas y mensajes que influyen en la manera en que la ciudadanía comprende su entorno y participa en la vida democrática de forma igualitaria.

Este documento incorpora de manera transversal la perspectiva de género, el enfoque de derechos humanos, la igualdad sustantiva, la interculturalidad, la

accesibilidad y la Interseccionalidad. Con ello, se reconoce que las personas experimentan distintas formas de exclusión y discriminación derivadas de la interacción de diversos factores, tales como el sexo, el género, la orientación sexual, la identidad de género, la edad, la discapacidad, el origen étnico, entre otras.

En este sentido, con el propósito de atender las necesidades de comunicación de cada persona, se contempla la traducción a lenguas originarias, la interpretación en Lengua de Señas Mexicana, la producción de materiales en sistema braille, el subtitulado y la implementación de todas aquellas herramientas y recursos que favorezcan la accesibilidad y la inclusión.

Su aplicación permitirá fortalecer la cercanía entre el IEEM y la población mexiquense, fomentar una cultura de derechos humanos y responder a la necesidad de transformar las prácticas comunicativas que históricamente han reproducido roles y estereotipos de género, invisibilizado a diversos grupos en situación de vulnerabilidad y utilizado expresiones que dificultan la correcta comprensión de los mensajes.

El lenguaje claro tiene como objetivo transmitir información de manera sencilla, breve y comprensible, evitando el uso de tecnicismos y estructuras gramaticales complejas que dificulten la lectura. La comunicación debe ser accesible para todas las personas, independientemente de su nivel educativo, contexto social o conocimiento previo sobre el tema.

Por otra parte, el lenguaje incluyente se encuentra orientado a reconocer y visibilizar la diversidad de personas que integran la sociedad, rompiendo las barreras lingüísticas impuestas por el uso tradicional del masculino genérico que ha invisibilizado y desvalorizado la participación de las mujeres, identidades diversas –como las personas no binarias– y de los grupos históricamente discriminados.

De igual manera, el lenguaje no sexista busca eliminar las expresiones y prácticas comunicativas que reproduzcan estereotipos de género, subordinación o algún tipo de violencia contra las mujeres, evitando reforzar ideas discriminatorias y desigualdades. Nombrar correctamente a todas las personas y reconocer su participación en la vida pública constituye una acción encaminada al reconocimiento y ejercicio pleno de sus derechos.

El lenguaje no discriminatorio tiene la finalidad de combatir los prejuicios y la exclusión que se genera en la comunicación, mediante expresiones que etiquetan, excluyen, estigmatizan y vulneran la dignidad de las personas.

En esta Guía las personas servidoras públicas electorales encontrarán las bases para construir mensajes institucionales que nombren y reconozcan a la población mexiquense en condiciones de inclusión, bajo el reconocimiento de la diversidad, la igualdad y el respeto a los derechos humanos.

2. Glosario

Androcentrismo: de acuerdo con la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM, s.f.), es la visión centrada en lo masculino como medida de todas las cosas y representación global de la humanidad.

Desdoblamiento: es el uso de fórmulas dobles o triples para mencionar al género masculino, femenino y neutro, para evitar el masculino genérico.

Discriminación interseccional: situaciones de trato desigual, injusto o excluyente que viven las personas debido a la combinación de distintas características, como la edad, el sexo, la discapacidad, el origen étnico o cultural, la identidad de género, la orientación sexual, el nivel socioeconómico, las creencias o el lugar donde viven. Este concepto explica cómo diferentes formas de discriminación y desigualdad pueden cruzarse y acumularse, generando experiencias más complejas de exclusión. El término interseccionalidad fue desarrollado por Kimberlé Crenshaw en 1989 para explicar cómo la raza y el género interactúan y producen múltiples formas de violencia y discriminación.

Estereotipo: según la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (ACNUDH, s.f.), es una visión generalizada o una idea preconcebida sobre los atributos o las características, o los papeles que poseen o deberían poseer o desempeñar las mujeres y los hombres. Un estereotipo de género es perjudicial cuando limita la capacidad de las mujeres y los hombres para desarrollar sus capacidades personales, seguir sus carreras profesionales y/o tomar decisiones sobre sus vidas.

Estigmatización: ideas, actitudes y valores que desacreditan, provocan rechazo o trato negativo hacia una persona o un grupo, debido a sus diferencias o porque no encajan en las normas sociales establecidas.

Género: categoría que permite analizar la construcción social, cultural e histórica que se hace de las personas con base en su sexo biológico para atribuirles características sobre cómo se espera que sean y se desarrollen en una determinada sociedad.

Identidad de género: vivencia que cada persona tiene sobre su propio género, tal y como la siente, percibe y experimenta, misma que puede corresponder o no con el sexo biológico de nacimiento.

Mansplaining: (del inglés) significa hombre explicando, tipo de violencia que alude a aquellas situaciones en las que un hombre busca demostrar su poder por medio de la vía intelectual, tal es el caso, que al mantener algún debate con una mujer informada del tema (inclusive más que él), busca minimizar explicándole la situación desde una tonalidad condescendiente, es decir, pretende posicionarse intelectualmente superior en todos los sentidos.

Masculino genérico universal: uso gramatical del masculino como una forma aparentemente “neutral” para nombrar a mujeres, hombres y personas de la diversidad.

Orientación sexual: atracción emocional, afectiva o sexual que siente una persona por otra.

Perspectiva de género: visión científica, analítica, política, social y jurisdiccional sobre las mujeres, los hombres y las personas con identidades diversas. Propone eliminar las causas de opresión como la desigualdad, la injusticia y la jerarquización de las personas, basadas en su género. Promueve la igualdad a través de la equidad, el adelanto y el bienestar de las mujeres; contribuye a construir una sociedad en donde las personas tengan el mismo valor, así como igualdad de derechos y oportunidades para acceder a los recursos económicos, a la representación política y social en los ámbitos de toma de decisiones.

Personas en situación de vulnerabilidad: poblaciones que, históricamente, han sido privados del pleno goce y ejercicio de sus derechos fundamentales, o bien, de la atención de sus necesidades, por su condición o identidad; por ejemplo: mujeres, población LGBTTTIQ+, personas pertenecientes a pueblos y comunidades indígenas, personas afrodescendientes, personas con discapacidad, entre otras.

Roles de género: funciones o actividades construidas y aprendidas socialmente que se le atribuyen a mujeres y hombres de acuerdo con el sexo biológico y con base en una división sexual del trabajo.

Salto semántico: fenómeno o incoherencia lingüística que ocurre cuando una palabra se utiliza inicialmente con un sentido genérico (que incluye a todas las personas), pero inmediatamente después el contexto revela que en realidad se pensaba solo en los varones.

Sexo: condición biológica y fisiológica que diferencia a hombres, mujeres y personas intersexuales.

3. Marco jurídico

En el ámbito internacional, interamericano, nacional, estatal e institucional existe un amplio marco jurídico integrado por tratados internacionales y disposiciones constitucionales y legales en los distintos órdenes de gobierno para garantizar la igualdad, prevenir y erradicar la discriminación y las violencias, así como promover el respeto a los derechos humanos.

Este conjunto normativo también establece la importancia de utilizar un lenguaje claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio como una herramienta fundamental para asegurar una comunicación accesible, acorde con los principios de igualdad y dignidad de todas las personas.

El marco jurídico debe entenderse como el sustento de una obligación institucional más amplia: comunicar de manera que todas las personas puedan acceder, comprender y utilizar la información pública en condiciones de igualdad.

Instrumentos normativos	
Internacional	• Declaración Universal de los Derechos Humanos. • Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos. • Convención Internacional sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Racial (ICERD). • Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW). • Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. • Convenio No. 169 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) sobre Pueblos Indígenas y Tribales en Países Independientes. • Observación General No. 28 del Comité CEDAW (relativa al artículo 2 de la Convención, exige a los Estados modificar o derogar leyes, reglamentos, costumbres y prácticas que constituyan discriminación contra las mujeres). • Conferencia General de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) No. 24, Resolución 14.1 sobre la Condición de la Mujer y Resolución 109, párrafo 3, 1989, en relación con las directrices sobre el empleo de vocabulario hacia la mujer.

	• Principios de Yogyakarta sobre la Aplicación de los Estándares y la Legislación Internacional de Derechos Humanos en Cuestiones de Orientación Sexual e Identidad de Género. • Declaración y Plataforma de Acción de Beijing. • Agenda 2030 y Objetivos de Desarrollo Sostenible 5 (ODS 5) y 10 (ODS 10) que buscan lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y niñas, así como reducir las desigualdades.
Interamericano	• Carta Democrática Interamericana. • Carta Social de las Américas. • Convención Americana sobre Derechos Humanos. • Convención Interamericana contra el Racismo, la Discriminación Racial y Formas Conexas de Intolerancia. • Convención Interamericana contra toda Forma de Discriminación e Intolerancia. • Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer “Convención Belém do Pará”. • Declaración Americana sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas. • Convención Interamericana para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra las Personas con Discapacidad. • Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores. • Consenso de Santo Domingo, Acuerdos 46 y 51. • Declaración de los Mecanismos de la Mujer de América Latina y el Caribe frente al 57° Periodo de Sesiones de la Comisión de la Condición Jurídica y Social de la Mujer, Recomendación 1.4. • Reglas de Brasilia sobre Acceso a la Justicia de las Personas en Condición de Vulnerabilidad. • Programa de Acción Regional para las Mujeres de América Latina y el Caribe de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).
Nacional	• Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. • Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación. • Ley General para la Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres.

	• Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. • Ley General de Transparencia y Acceso a la Información Pública.
Estatutal	• Constitución Política del Estado Libre y Soberano de México. • Ley para Prevenir, Combatir y Eliminar Actos de Discriminación en el Estado de México. • Ley de Igualdad de Trato y Oportunidades entre Mujeres y Hombres del Estado de México. • Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Estado de México. • Ley del Trabajo de los Servidores Públicos del Estado y Municipios. • Ley de Transparencia y Acceso a la Información Pública del Estado de México y Municipios. • Código Electoral del Estado de México. • Programa Integral para la Igualdad de Trato y Oportunidades entre Mujeres y Hombres y para Prevenir, Atender, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres del Estado de México.
Institucional	• Acuerdo N°. IEEM/CG/106/2025 por el que se expiden los Lineamientos para el uso del lenguaje claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio del Instituto Electoral del Estado de México.

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Manual de Comunicación NO sexista. Hacia un lenguaje incluyente”, Instituto Nacional de las Mujeres. (2015); “Sistema Interamericano”, Corte Interamericana de Derechos Humanos. (2026); “Leyes Vigentes”, Gobierno del Estado de México (2026); y “Acuerdos del Consejo General 2025”, Instituto Electoral del Estado de México (2025).

4. Lenguaje claro

Construir una comunicación incluyente y accesible para todas las personas pone a prueba la eficiencia con la que el mensaje será recibido, comprendido y aplicado.

La regulación del lenguaje claro, es una propuesta que se refuerza mediante estrategias que nos permitan transmitir información de manera clara a la ciudadanía mexicana y garantizar la transparencia en la gestión pública.

El lenguaje claro puede aplicarse en todo tipo de comunicaciones tales como oficios, notas informativas, formatos de trámites, informes y folletos. También en diversas herramientas y contenidos digitales empleados para gestionar la comunicación institucional, destacan los correos electrónicos, sitios web y materiales de difusión en redes sociales institucionales como videos, cápsulas, infografías, carteles, entre otros.

El uso de lenguaje claro no implica eliminar conceptos jurídicos o técnicos indispensables, la claridad debe acompañar la precisión jurídica, no sustituirla.

4.1. ¿Qué es el lenguaje claro?

Este tipo de comunicación es la expresión clara y directa de la información que la ciudadanía y las personas servidoras públicas necesitamos conocer. A través de ella, y de acuerdo con las características e inquietudes de las personas que los leen, se formulan textos fáciles de leer, comprender y usar (Secretaría de la Función Pública, 2007).

En esta sección se presentarán algunas estrategias clave para aprenderlo, identificarlo y aplicarlo institucionalmente.

4.2. Planifica el objetivo del mensaje

La comunicación comienza mucho antes de la redacción o el diseño de un documento: empieza por la **planificación del mensaje**. La pieza clave es pensar en las personas lectoras, poner como principal objetivo que lo que queremos transmitir sea correctamente comprendido.

Algunas preguntas para focalizar la planificación son:

- ¿Cuál es el objetivo del mensaje?

- ¿Qué mensaje se desea transmitir?
- ¿A quién va dirigido el mensaje?
- ¿Quién o quiénes van a leer o visualizar este mensaje?
- ¿A qué grupo poblacional pertenecen y cuáles son sus intereses?
- ¿Qué conocimientos previos pueden tener respecto a la información?
- ¿A través de qué canal se va a difundir?
- ¿Qué busca generar? Una reacción, resolver un problema o modificar algo.

A partir de ello, la ruta de acción será más sencilla para elaborar un texto claro.

En el caso del IEEM, la mayoría de los documentos oficiales que se emiten están dirigidos a la ciudadanía mexiquense en toda su diversidad, por lo que la redacción deberá adecuarse a dicho sector poblacional y al contexto de la ciudadanía como destinataria final. Sin embargo, la comunicación que se realiza también es interna, esto quiere decir, entre personas servidoras públicas electorales con quienes se deben tomar las mismas consideraciones.

4.3. Elabora una comunicación clara, breve y sencilla

Una vez ubicada la población destinataria, debemos identificar el propósito de la comunicación: difundir una convocatoria, hacer un llamado a la participación ciudadana, solicitar la atención de un trámite, dar a conocer un informe o comunicado, entre otros.

Es necesario ordenar la información y los temas de la comunicación. Primero elabora una lluvia de ideas y posteriormente jerarquiza los puntos de acuerdo con su relevancia.

Incluso en textos narrativos o informativos extensos, coloca las ideas más importantes al inicio y al cierre del escrito, puesto que es ahí, donde la mirada lectora presta mayor atención. Si es preciso, incluye un resumen inicial que permita a las personas conocer lo más significativo.

4.3.1. Revisa el “Método de las 8 preguntas”

Otra estrategia útil al elaborar un producto de comunicación es verificar que la información esté completa y minimizar el riesgo de que la persona lectora se quede con dudas. El objetivo es que el mensaje genere interés. Comunicar de forma clara y directa nos aleja de parecer una institución distante de la ciudadanía.

Para ello, el “**Método de las 8 preguntas**”, utilizado en el campo del periodismo, es una guía útil para garantizar la claridad y la eficiencia en el texto.



Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Lenguaje Claro”, Secretaría de la Función Pública. (2007).

¿Qué permite identificar cada pregunta?

- **¿Qué?** Define el mensaje, asunto o la acción principal.
- **¿Quién?** Determina el público a quién se dirige el mensaje.
- **¿Cuándo?** Precisa la fecha, hora o periodo en que ocurrirá el acontecimiento mencionado en el mensaje.
- **¿Cómo?** Describe la forma en que se realizará la acción, actividad o procedimiento.
- **¿Dónde?** Indica el lugar o espacio en que se llevará a cabo la acción.
- **¿Por qué?** Explica los antecedentes o razones que justifican el mensaje.
- **¿Para qué?** Establece el objetivo o resultado que se busca alcanzar.
- **¿Cuánto?** Señala la cantidad, magnitud o alcance de los recursos, participantes, bienes o servicios involucrados.

4.3.2. Reemplaza términos técnicos o palabras poco comprensibles para la ciudadanía

El uso de lenguaje sencillo facilita la comprensión de los textos, especialmente en el contexto institucional, ya que los tecnicismos o términos especializados, pueden confundir a la ciudadanía, ocasionar desinformación y, en consecuencia, desinterés.

Reemplazar palabras técnicas por expresiones comunes, no significa perder precisión ni formalidad, sino traducir el contenido de tal forma que lo que se quiere comunicar sea entendido desde la primera lectura. Esto reduce las barreras de acceso a la información y nos acerca a la promoción de una participación ciudadana informada.

4.3.3. Utiliza verbos concretos

Señalar las acciones concretas aporta claridad al mensaje, en lugar de transmitir ideas confusas y extensas. Puedes optar por verbos directos en sustitución de términos elaborados con palabras que no aportan.

Ejemplo:

Evita	Sustituye por
Hacer entrega de	Entregar
Contar con la participación de	Participar
Damos por concluido	Concluimos
Efectuar la revisión de	Revisar
Hacer uso de	Usar

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Lenguaje Claro”, Secretaría de la Función Pública. (2007).

4.3.4. Emplea palabras sencillas y frases cortas

Utilizar palabras comunes y frases breves permite que los mensajes sean más claros, directos y accesibles. Las frases cortas reducen la carga de información por cada oración, lo que facilita la lectura.

Algunos ejemplos de cómo reducir los términos son:

Evita	Sustituye por
De conformidad con	En / Según / Acorde
En el marco de	En / Según / Durante

Por consiguiente	Por tanto / Así
Con el objetivo de	Para
En relación con/ relativo a/ respecto a	Sobre
En referencia a, con respecto a	Acerca de

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Lenguaje Claro”, Secretaría de la Función Pública. (2007).

4.3.5. Otros consejos que te pueden ayudar

Elimina palabras y frases innecesarias	Durante el proceso de redacción, evalúa si todas las palabras u oraciones son necesarias. En ocasiones puede haber términos redundantes, repetitivos o muletillas. Por ello, es fundamental tener en cuenta la idea central de cada párrafo o del documento en general. Ejemplo: • Comunicación con palabras innecesarias: En relación con el próximo taller de capacitación, se hace de su conocimiento que se llevará a cabo la realización de diversas actividades con la finalidad de fortalecer y mejorar los conocimientos del personal en materia de lenguaje incluyente y no discriminación. • Comunicación con lenguaje claro: El próximo taller de capacitación incluirá diversas actividades para fortalecer los conocimientos del personal en materia de lenguaje incluyente y no discriminación.
Utiliza siglas	La primera vez que nombres a una institución u organización, puedes optar por escribir el nombre completo de la misma junto con las siglas entre paréntesis, en la primera mención. Posteriormente, puedes optar por escribir únicamente las siglas. Ejemplo:

	• Primera redacción: <i>El Instituto Electoral del Estado de México (IEEM) fortalece el uso de lenguaje claro.</i> • Segunda redacción y subsecuentes: <i>El IEEM favorece la difusión de material informativo del tema.</i> Nota: es importante no exceder su uso para evitar saturar visiblemente el texto.
Evita ambigüedades	En la comunicación institucional, la ambigüedad ocurre cuando un mensaje puede interpretarse de más de una forma, lo que genera confusión y errores de interpretación. Ejemplo: • Comunicación ambigua: Se solicita a las personas servidoras públicas entregar los formatos pendientes a la brevedad posible. • Comunicación clara: Se solicita a las personas servidoras públicas entregar los formatos pendientes a más tardar el 15 de junio de 2026, antes de las 17:00 horas.
Aplica títulos, subtítulos y viñetas	Utilizar títulos y subtítulos en textos extensos permite identificar dónde se encuentra la información de cada tema y acceder con facilidad a ella. Además, el uso de viñetas ayuda a organizar listados, puntos clave, características, pasos y temas, así como mejorar la estética visual. Ejemplo: • Comunicación sin estructura: Se invita al personal a participar en el curso de lenguaje claro. El curso se realizará el 20 de junio y el registro estará disponible hasta el 15 de junio. • Comunicación con título y viñetas:

	Curso de lenguaje claro ✓ Fecha: 20 de junio ✓ Registro: hasta el 15 de junio ✓ Dirigido a: personal institucional
Emplea correctamente signos de puntuación	Construir párrafos que contengan una o máximo dos ideas principales complementadas con oraciones secundarias, haciendo correcto uso de los signos de puntuación –puntos, comas, punto y coma, punto y seguido, etc.–. Ejemplos: • Comunicación sin puntuación adecuada: Durante la jornada electoral las personas observadoras electorales representantes de partidos políticos y personal de apoyo deberán permanecer en sus áreas asignadas. • Comunicación con puntuación adecuada: Durante la jornada electoral, las personas observadoras electorales, representantes de partidos políticos y personal de apoyo deberán permanecer en sus áreas asignadas.

Elaboración propia. Adaptado de los documentos “Lenguaje Claro”, Secretaría de la Función Pública. (2007) y “Cómo escribir con claridad”, Comisión Europea. (2011).

4.3.6. Complementa el mensaje a través de la imagen

El uso de elementos visuales como imágenes, cuadros, diagramas, iconografías incluyentes e infografías, acompañan el texto y lo refuerzan, facilitando que la ciudadanía identifique las ideas clave de manera rápida y precisa.

- **Imágenes:** sintetizan la información y atraen la atención.
- **Diagramas:** explican de forma sencilla un procedimiento.
- **Cuadros:** ordenan la información.
- **Iconografías:** representan ideas o conceptos con facilidad.
- **Infografías:** ilustran visualmente la información de forma creativa.

De manera complementaria, puedes mejorar el impacto del mensaje utilizando un contraste adecuado de colores, tipografías legibles, interlineados amplios y tamaños de letra de fácil lectura, esto también favorecerá el acceso a la información a las personas con baja visión.

4.4. Revisa que todo sea entendible

Una vez finalizado el producto de comunicación, da una última revisión para detectar errores antes de difundirlo.

- **Deja pasar unos minutos y vuelve a leer.** En una segunda lectura se pueden detectar inconsistencias, será más fácil identificarlas si lees en papel.
- **Pide una segunda opinión.** En ocasiones, quienes integran nuestro equipo de trabajo pueden tener puntos de vista complementarios.
- **Comprueba que los datos sean correctos.** Es fundamental verificar fechas, cifras, nombres, datos, lugares y demás información incluida.

4.5. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje claro!

Ejercicio 1: completa las 8 preguntas.

Instrucciones: lee la siguiente convocatoria y utiliza el “Método de las 8 preguntas” para identificar la información esencial.

CONVOCATORIA

El Instituto para la Participación Ciudadana y la Cultura Democrática (IPCCD) convoca a la ciudadanía a participar en el **Primer Concurso de Cuento “Historias de la Democracia”** para fomentar la reflexión sobre los valores democráticos a través de la escritura.

Podrán participar personas mayores de 18 años residentes en el Estado, quienes deberán enviar un cuento inédito, con una extensión de 2 a 5 cuartillas en formato PDF.

La recepción de trabajos estará abierta del 1 al 30 de septiembre de 2026. Los cuentos deberán enviarse al correo electrónico: concursocuento@ipccd.mx.

Los resultados se darán a conocer el 15 de octubre de 2026 a través del sitio web y las redes sociales del Instituto. Se premiará con una medalla a los tres primeros lugares.

Para más información, consulta la convocatoria completa en www.ipccd.mx o acude a las oficinas del IPCCD.

(Ejemplo ficticio)

¿Qué?	
¿Quién?	
¿Cuándo?	
¿Cómo?	
¿Dónde?	
¿Por qué?	
¿Para qué?	
¿Cuánto?	

Ejercicio 2: identifica y corrige los elementos que dificultan el lenguaje claro.

Instrucciones: lee el siguiente oficio y subraya los elementos que dificultan su comprensión, nómbralos y redacta una nueva versión con lenguaje claro.

Toluca de Lerdo, México; 01 de abril de 2026.

MTRA. DIANA HERNÁNDEZ SÁNCHEZ
DIRECTORA DE COMUNICACIÓN
P R E S E N T E

Por medio del presente, y en atención a las atribuciones conferidas a esta área en el marco de las disposiciones aplicables, se hace de su conocimiento que se ha considerado pertinente llevar a cabo las gestiones necesarias a efecto de que, en la medida de lo posible, se realicen las acciones conducentes para la difusión correspondiente de la convocatoria relativa al **Primer Concurso de Cuento “Historias de la Democracia”** promovido por este Instituto.

En ese sentido, se solicita atentamente que, de ser viable, se proceda a la implementación de mecanismos de comunicación institucional a través de los diversos canales con los que cuenta esa área, a fin de dar cumplimiento a los objetivos previamente establecidos en relación con la promoción de la participación de la ciudadanía en actividades de carácter democrático.

Asimismo, se agradecerá se valore la pertinencia de realizar la difusión en los tiempos que se estimen convenientes, así como en aquellos medios que se consideren adecuados, tomando en consideración que la convocatoria estará vigente durante el periodo señalado.

Sin otro particular, quedo a la espera de su amable respuesta.

(Ejemplo ficticio)

Elabora una versión del oficio con lenguaje claro:

Lista de apoyo para corroborar que tu mensaje sea claro

Tipo de documento: _____

Preguntas	✓	✗
¿Identificas a quién o quiénes está dirigido tu mensaje?		
¿Responde a lo que la o las personas necesitan saber?		
Según las necesidades del documento, ¿considera el “Método de las 8 preguntas”?		
¿Las frases son cortas y fáciles de leer?		
¿Evita ambigüedades o dobles interpretaciones?		
De ser viable, ¿usa títulos, subtítulos o viñetas para organizar la información?		
¿De ser posible, emplea imágenes, cuadros, diagramas o íconos para facilitar la comprensión?		

5. Lenguaje incluyente

El lenguaje incluyente busca promover la igualdad en la comunicación y sus diferentes expresiones, al nombrar a todas y todos en la oralidad, escritura, simbología, gestualidad e imágenes. Su objetivo es reivindicar a las personas que históricamente han sido excluidas, invisibilizadas o estigmatizadas para promover una comunicación igualitaria, con el propósito de dirigirse a las diversas identidades culturales bajo los principios de igualdad, dignidad, respeto y no discriminación.

Durante mucho tiempo, en el español se utilizó el género gramatical masculino como la forma de nombrar a todas las personas. Sin embargo, distintas experiencias históricas demostraron que esto no garantizaba una verdadera inclusión. Por el contrario, muchos términos y formas de expresión dejaron fuera a determinados sectores de la población, limitando incluso el reconocimiento y ejercicio pleno de sus derechos humanos. A esto se le llamó salto semántico.

Un ejemplo de ello fue lo ocurrido a finales del siglo XVIII, cuando la escritora y filósofa Olympe de Gouges (su nombre era Marie Gouze) observó que a raíz de la Revolución Francesa se proclamó la “Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano”. Desde el título podía verse que las mujeres quedaban excluidas de esos derechos, a pesar de haber participado activamente en el movimiento revolucionario.

Por lo tanto, aunque las palabras “hombre” y “ciudadano” se presentaban como universales, en realidad no garantizaban igualdad para las mujeres. Ante esta situación, en 1791 se publicó la “Declaración de los Derechos de la Mujer y de la Ciudadana”, un texto con el que De Gouges exigió igualdad de derechos. Su acción evidenció que el lenguaje no es neutral y que nombrar de manera explícita es fundamental para garantizar los derechos. Universidad Nacional Autónoma de México (2018).

En este sentido, Alario, Bengoechea, *et al.* (1995) mencionan que la lengua tiene diversos recursos y una amplia riqueza gramatical para nombrar, no subordinar ni excluir a nadie. Es en estos debates feministas que surge la propuesta del lenguaje incluyente.

5.1. ¿Qué es el lenguaje incluyente?

De acuerdo con el artículo 2, inciso p, de los Lineamientos, es la forma de comunicación oral, escrita, visual y gestual que promueve nombrar y visibilizar a

mujeres, poblaciones en situación de vulnerabilidad y a todas las personas, reconociendo la diversidad que integra la sociedad. El Instituto Nacional Electoral (INE, 2021) menciona que este lenguaje busca generar nuevas narrativas que se dirijan e incluyan a la diversidad de identidades, promoviendo la dignidad e igualdad.

El lenguaje incluyente utiliza recursos propios del español para eliminar el androcentrismo presente en el habla cotidiana. Es decir, busca eliminar la idea de lo masculino como medida universal o como centro de nuestras experiencias y formas de narrar la realidad.

Esta herramienta promueve la incorporación de la perspectiva de género en la comunicación para identificar y transformar expresiones que reproduzcan estereotipos y desigualdades con base en el género, la edad, el origen étnico, las discapacidades, la apariencia física, entre otras.

5.2. ¿Cuál es la finalidad del lenguaje incluyente?

- Representar distintas identidades sociales.
- Visibilizar las diferentes experiencias vitales y necesidades de las personas.
- Reconocer la dignidad y derechos de todas las personas de manera igualitaria.
- Fomentar su inclusión en el espacio público.
- Eliminar expresiones discriminatorias y discursos que fomenten el odio.
- Crear comunicaciones incluyentes, no sexistas y no discriminatorias.

5.3. ¿Qué se debe tener en cuenta para usar lenguaje incluyente?

- *El lenguaje es una construcción social que se aprende.* De acuerdo con Sapir (2021), no se trata de una herencia biológica, sino de un hábito histórico que se transmite y adquiere culturalmente. Por ello, según las necesidades de las personas que lo utilizan, el lenguaje tiene la capacidad de cambiar y adaptarse a distintos contextos.
- *El lenguaje no es excluyente en sí, lo excluyente es el uso que las personas hacen de él.* Como señala Meana: “así como la sociedad es racista, clasista y heterosexista, la lengua también lo es” (2002, p.11). Esto significa que los discursos que refuerzan desigualdades surgen de prácticas cotidianas y del uso intencional de estructuras gramaticales que reflejan y refuerzan el dominio de lo masculino sobre otras identidades sociales.

- *El lenguaje incluyente busca intervenir en las palabras que se utilizan para nombrar o describir a las personas, como los sustantivos, adjetivos, artículos y pronombres, las cuales tienen género gramatical masculino, femenino y neutro. En algunos casos, este género puede relacionarse con el sexo biológico o con el género social.*
- *El lenguaje no binario se ha incorporado recientemente a las propuestas de lenguaje incluyente como una forma de visibilizar y reconocer a las personas que no se identifican como mujeres u hombres. Para ello, se ha propuesto modificar la terminación de palabras que refieran a personas con la letra “e”, así como la adopción del pronombre “elle”, con el propósito de nombrar la diversidad de identidades de género.*

5.4. ¿Qué herramientas puedes usar?

Existen diversas formas y estrategias para utilizar el lenguaje incluyente. Su uso dependerá de la intención comunicativa, del medio empleado y del contexto en el que se desarrolla la comunicación.

También se recomienda atender al tipo de documento, al público destinatario, al canal de difusión y al propósito del mensaje.

En comunicaciones generales, podrán privilegiarse:

- Sustantivos colectivos (ciudadanía, población, grupo, colectividad).
- Expresiones neutras o la palabra “personas”, para favorecer la claridad.

En comunicaciones en las que sea necesario visibilizar desigualdades históricas, cargos ocupados por mujeres o identidades diversas, podrán emplearse fórmulas específicas de reconocimiento.

Ejemplos:

- Se reconoce la labor de las Consejeras Electorales que integran el Consejo General, cuya participación contribuye al fortalecimiento de la democracia.
- La capacitación fue impartida por mujeres especialistas en materia electoral, destacando su trayectoria y aportaciones en un ámbito históricamente masculinizado.

5.4.1. Lenguaje no binario

Álvaro García, investigador y ensayista español, en su obra “Sexismo y Lenguaje”, fue una de las primeras personas en teorizar sobre la necesidad de implementar la letra “e” al final de las palabras como una forma de alcanzar mayor neutralidad. Al respecto, señalaba que era necesaria “una señal gramatical nueva que corresponda a persona..., así como en los casos en que se desea aludir a una persona sin conocer su sexo” (1976, p.1).

A partir de esta propuesta surge el lenguaje representativo de las personas no binarias, el cual cuestiona el uso exclusivo de los géneros gramaticales masculino y femenino. Entre sus expresiones se encuentra el uso del pronombre personal “elle” y la terminación “e” para referirse a personas que no se identifican dentro del binarismo de género.

Por su parte, Argüelles, Orué, *et al.* (2023) añaden algunas reglas para el uso de la “e”. Por ejemplo, cuando un sustantivo o adjetivo termina en la consonante “c”, esta se transforma en “qu”; mientras que, si termina en “g”, se convierte en “gu”.

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
Todos	Todes
Magistrado	Magistrade
Primero	Primere
Nuestro	Nuestre
Abogado	Abogade
Nosotros	Nosotres
Callado	Callade
Amigo	Amigue
Antropólogo	Antropólogue
Franco	Franque
Ciudadano	Ciudadane

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Guía de lenguaje para la inclusión de personas no binaries”, Argüelles, Orué, *et al.* (2023).

En documentos jurídicos, acuerdos, resoluciones, dictámenes o actos administrativos, deberá cuidarse que el uso de estas fórmulas no afecte la denominación legal de cargos, autoridades, calidades procesales o figuras previstas en la normativa aplicable. Cuando exista duda, se recomienda privilegiar expresiones como “persona”, “ciudadanía”, “magistratura”, “personal jurídico”, “representación legal” o la denominación formal que corresponda.

Al momento de interactuar con la ciudadanía ten en cuenta los siguientes consejos adicionales:

- No asumir la identidad de una persona a partir de su apariencia física.
- Preguntar con qué pronombre le gustaría ser nombrada.
- Utilizar sustantivos colectivos neutros cuando no sea posible conocer la identidad o los pronombres de las personas.
- Evitar disculparse de manera excesiva, corregir el error y continuar con la comunicación de forma natural si por error utilizas el pronombre o nombre que no corresponde con la identidad de género de la persona.
- En la comunicación gestual evita hacer movimientos que pudieran considerarse ofensivos al referirte a una persona perteneciente a la población LGBTTTIQ+¹.

5.4.2. Concordancia de género entre artículos y profesiones o cargos

Utiliza el femenino o masculino cuando se haga referencia a mujeres u hombres respectivamente y el no binario cuando la persona destinataria así lo hubiera solicitado. Por lo que, su uso dependerá del contexto comunicativo y, en su caso, de la autoadscripción de género de la persona. La comunicación institucional debe reconocer y respetar la forma en que las personas desean ser nombradas, así como utilizar el género gramatical correspondiente cuando se haga referencia a mujeres que ocupan cargos, profesiones, oficios o funciones públicas.

Con frecuencia, por costumbre o inercia lingüística, se emplean denominaciones masculinas para referirse a mujeres o se utilizan expresiones que invisibilizan su participación en espacios de toma de decisiones. Nombrarlas correctamente contribuye a reconocer su presencia, trayectoria y aportaciones en la vida pública.

Cuando exista interacción directa con una persona, se debe respetar la forma en que desea ser nombrada y, cuando resulte pertinente, preguntar qué pronombre utiliza (ella, él o elle), evitando realizar suposiciones basadas únicamente en la apariencia física. Esta forma de comunicación reconoce que todas las personas pueden estudiar cualquier profesión y desempeñar distintos cargos, sin que existan limitaciones basadas en los roles de género.

¹ Acrónimo de las palabras Lesbiana, Gay, Bisexual, Transgénero, Transexual, Travesti, Intersexual, Queer y el signo + que simboliza a las poblaciones de la diversidad sexual y de género no nombradas en el acrónimo.

Genérico (neutro)	Pronombre	Lenguaje incluyente con concordancia de género
Presidencia	Ella	La presidenta
	Elle	Le presidente
	Plural	Las presidencias
Gubernatura	Ella	La gobernadora
	Elle	Le gobernadore
	Plural	Las gubernaturas
Diputación	Ella	La diputada
	Elle	Le diputade
	Plural	Las diputaciones
Senaduría	Ella	La senadora
	Elle	Le senadore
	Plural	Las senadurías
Magistratura	Ella	La magistrada
	Elle	Le magistrade
	Plural	Las magistraturas
Persona juzgadora	Ella	La jueza
	Elle	Le juece
	Plural	Las personas juzgadoras

Fuente: Elaboración propia. Adaptado de los documentos “Guía de lenguaje para la inclusión de personas no binaries”, Argüelles, Orué, et al., (2023) y Guía para usos de lenguaje inclusivo y no sexista, Suprema Corte de Justicia de la Nación, (2022).

Las abreviaturas cuentan con sus formas en femenino y no binario. Por ejemplo, para referirse a “licenciada” se empleará Lcda. o Lda., mientras que para una forma no binaria se utiliza Lcde. o Lde.

Es importante considerar que, a lo largo de la historia diversas actividades y profesiones han sido asociadas exclusivamente con mujeres o con hombres debido a roles y estereotipos de género socialmente aceptados. Con el fin de promover un lenguaje inclusivo, se recomienda utilizar términos genéricos que eviten reforzar dichas diferencias. En el caso de tener la certeza de que esos cargos, profesiones u oficios son ejercidos solo por mujeres, hombres o personas no binarias, usar el género gramatical correspondiente.

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
Los capacitadores	El personal de capacitación
Los administrativos	El personal administrativo o de administración
Las cocineras	El personal de cocina
Los choferes	El personal de conducción

Las secretarías	El personal secretarial
Los de mantenimiento	El personal de mantenimiento
Las trabajadoras de limpieza	El personal de limpieza
Los policías	El personal de seguridad

Fuente: Elaboración propia a partir de los “Lineamientos sobre el lenguaje incluyente y no sexista”, Comisión Nacional de los Derechos Humanos, (2021).

5.4.3. Desdoblamiento de artículos y sustantivos

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (2019), el desdoblamiento de artículos y sustantivos es una técnica que busca visibilizar a todas las personas mediante el uso de formas femeninas, masculinas y no binarias cuando se trate de grupos compuestos por una diversidad de personas. Sin embargo, se recomienda utilizarla de manera moderada, ya que su uso excesivo puede dificultar la claridad y comprensión de los textos.

En relación con el orden de las palabras, se sugiere alternar la aparición de las formas femeninas, masculinas y no binarias, o bien seguir un orden alfabético.

Genérico	Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente con desdoblamiento de artículos y sustantivos
El electorado	Los electores	Las electoras, les electores y los electores Las, les y los electores
Las candidaturas	Los candidatos	Las candidatas, les candidates y los candidatos Las, les y los candidatos
El personal administrativo	Los administrativos	Los administrativos, les administrativos y las administrativas Los, les y las administrativas
Las personas servidoras públicas	Los servidores públicos	Las servidoras públicas, les servidores públicos y los servidores públicos Las, les y los servidores públicos

Las personas observadoras	Los observadores	Los observadores, les observadores y las observadoras Los, les y las observadoras
Las jefaturas de área	Los jefes de área	Les jefes, las jefas y los jefes de área Les, las y los jefes de área
Las personas usuarias	Los usuarios	Los usuarios, las usuarias y les usuaries Los, las y les usuaries

Fuente: Elaboración propia. Adaptado de los documentos “Guía de lenguaje para la inclusión de personas no binaries”, Argüelles, Orué, *et al.*, (2023) y “Manual para el uso de un Lenguaje Ciudadano e Incluyente para el Instituto Nacional Electoral”, Instituto Nacional Electoral, (2017).

En los ejemplos anteriores, se sugiere que antes de su utilización se pondere la necesidad de hacer un triple desdoblamiento, o en su caso, utilizar genéricos o la palabra “persona” previo al adjetivo. Ejemplo: persona candidata, persona del servicio público electoral, persona observadora, personal docente, según corresponda.

5.4.4. Sustantivos comunes sin artículos determinados

Existen sustantivos comunes que pueden emplearse para referirse tanto a mujeres como a hombres y personas no binarias sin necesidad de modificar su forma. Por ejemplo: estudiantes, adolescentes, docentes, aspirantes, responsables, solicitantes, titulares, integrantes, especialistas, atletas y periodistas. En estos casos no se modifica su terminación y puede hacerse o no el desdoblamiento de los artículos.

A continuación, se presentan algunos ejemplos de sustantivos comunes sin desdoblamiento.

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
Los periodistas publicaron...	Periodistas publicaron...
Los atletas participarán en la competencia...	Atletas participarán en la competencia...
Los aspirantes a la maestría...	Aspirantes a la maestría...
Los responsables del archivo...	Responsables del archivo...
Los estudiantes deberán remitir su ficha de inscripción...	Estudiantes deberán remitir su ficha de inscripción...

Los integrantes del partido...

Integrantes del partido...

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Prontuario para el uso de lenguaje incluyente y no sexista en la Función Pública”, Secretaría de la Función Pública (2022).

En documentos institucionales, esta herramienta suele ser preferible frente al desdoblamiento reiterado, porque permite incluir sin sobrecargar la lectura. Su uso debe cuidarse para que el mensaje conserve precisión, especialmente cuando se trate de cargos, calidades jurídicas o sujetos procesales específicos.

5.4.5. Palabras colectivas neutras

Esta técnica consiste en emplear términos generales y abstractos, principalmente sustantivos, para referirse a personas de manera inclusiva, sin especificar un género en particular. Su propósito es evitar expresiones que hagan referencia únicamente a los hombres cuando se habla de grupos mixtos. De esta forma, se promueve un lenguaje más claro, neutral e incluyente al utilizar palabras que representan colectividades o conceptos generales, como los siguientes:

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
Los hombres y mujeres	Las personas La humanidad
Los jóvenes	Las juventudes
Los niños	Las niñeces Las infancias
Los ciudadanos	La ciudadanía
Los directores	Las direcciones El cuerpo directivo
Los empleados Los trabajadores	El personal
Los derechos del hombre	Los derechos humanos Los derechos de las personas
Los funcionarios	El funcionariado
Los profesores	El profesorado
Los voluntarios	El voluntariado
Los pobladores	La población
Los alumnos	El alumnado
Los consejeros	Las consejerías
Los secretarios	Las secretarías
Los jefes de área	Las jefaturas de área

Los presidentes	Las presidencias
Los políticos	La clase política
Los coordinadores	Las coordinaciones

Fuente: Elaboración propia. Adaptado de los documentos “Manual para el uso de un Lenguaje Ciudadano e Incluyente para el Instituto Nacional Electoral”, Instituto Nacional Electoral, (2017) y “Comunicar sin discriminar: Guía práctica para oficinas de Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo”, Marín, (2018).

También, para evitar el desdoblamiento de términos, se puede recurrir al uso de participios (palabras terminadas en “ado”, “ido”, “to”, “so” y “cho”), sustantivos colectivos y expresiones neutras que permitan centrar el mensaje en la acción o en el grupo de personas, en lugar de asignar un género gramatical específico.

Lenguaje incluyente con desdoblamiento	Lenguaje incluyente con uso de participios
Los trabajadores y trabajadoras que estén interesados deben enviar su solicitud	El personal interesado deberá enviar su solicitud
Todos los alumnos y alumnas de la Maestría en Derecho Electoral han sido evaluados	La comunidad estudiantil de la Maestría en Derecho Electoral ha sido evaluada
Los candidatos y candidatas seleccionadas pasarán a la siguiente fase	Las personas candidatas seleccionadas pasarán a la siguiente fase

5.4.6. Pronombres indefinidos, relativos y reflexivos

Utiliza términos indefinidos como “nadie”, “cualquiera”, “alguien”, “tal” o “cada”, ya que permiten referirse a las personas de manera general sin hacer distinción o marcar el género gramatical. Asimismo, pueden emplearse pronombres relativos, como “quien” o “quienes”, así como formas impersonales o reflexivas como “se”, “te” o “nos”.

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
El que remite	Quien remite
Los individuos con credencial podrán votar	Cualquier persona con credencial podrá votar

Los candidatos recibirán su constancia de mayoría en el Consejo General	Se recibirán constancias de mayoría en el Consejo General
Firma del solicitante	Firma de quien solicita
Los usuarios manifestaron inconformidades con el transporte público	Se manifestaron inconformidades con el transporte público
Cuando uno solicita un informe	Cuando se solicita un informe

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento "Anti-manual de la lengua española para un lenguaje no sexista", Universidad Nacional Autónoma de México, (2022).

5.4.7. Pronombre personal átono: "les"

Dentro de la comunicación cotidiana e institucional se utiliza el masculino genérico "los" para referirse a grupos de personas. Sin embargo, el pronombre "les" representa una alternativa neutral e incluyente, debido a que permite dirigirnos a la ciudadanía sin hacer referencia a un género específico.

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
Los saludo	Les saludo
Los felicitamos por su nombramiento	Les felicitamos por su nombramiento
Los esperamos en la reunión	Les esperamos en la reunión
Los invitamos a la ceremonia de inauguración	Les invitamos a la ceremonia de inauguración
Los convocamos a la sesión de la Comisión	Les convocamos a la sesión de la Comisión
Los nombraremos por orden alfabético	Les nombraremos por orden alfabético

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento "Prontuario para el uso de lenguaje incluyente y no sexista en la Función Pública", Secretaría de la Función Pública (2022).

5.4.8. Omite al sujeto de la oración

El INE (2021) señala que omitir al sujeto de la oración es una herramienta que resulta útil en las comunicaciones dirigidas a la ciudadanía, puesto que permite utilizar expresiones más incluyentes al evitar hacer referencia directa al sujeto. De esta manera, se mantiene abierta la posibilidad de incluir a mujeres, hombres y personas de la diversidad sexual y de género.

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
Cuando el ciudadano presente una solicitud	Cuando se presente una solicitud
Nosotros queremos postularnos como candidatos independientes	Queremos postularnos como candidaturas independientes
Los votantes decidirán el rumbo del Estado de México este 1 de junio	Se decidirá el rumbo del Estado de México este 1 de junio por medio del voto
Es importante que los interesados acudan personalmente	Es importante acudir personalmente

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista”, Instituto Nacional Electoral. (2021).

5.4.9. Persona o personas previo al adjetivo

Con base en lo establecido por la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN, 2022), en el documento “Guía para usos del lenguaje inclusivo y no sexista”, se recomienda utilizar la palabra “persona” o “personas” antes de describir alguna característica, lo cual permite evitar que la atención se centre únicamente en dicha cualidad y, en cambio, prioriza el reconocimiento de su humanidad, como se muestra a continuación:

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
Denunciante	Persona denunciante
Demandado	Persona demandada
Peritos	Personas peritas
Contribuyente	Persona contribuyente
Votante	Persona votante
Usuarios	Personas usuarias
Trabajadores	Personas trabajadoras
Los líderes	Personas líderes
Discapacitados	Personas con discapacidad
Indígenas	Personas indígenas
Servidor público electoral	Persona servidora pública electoral

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Guía para usos del lenguaje inclusivo y no sexista”, Suprema Corte de Justicia de la Nación, (2022).

5.4.10. Recursos lingüísticos a evitar

En espacios digitales, como las redes sociales, es común el uso de signos como la arroba (@), la letra equis (x) o el guion bajo (_) para evitar la marca de género en las palabras. No obstante, estos recursos no contribuyen a visibilizar a las mujeres ni a las personas no binarias, ya que dificultan su identificación y representación en los textos. Además, afectan la claridad y comprensión de los documentos, por lo que en comunicaciones institucionales se debe evitar su uso.

En cuanto a signos como paréntesis () y diagonales (/) para realizar desdoblamientos, el INE (2017), señala que su uso será limitado a formularios abiertos. Siempre que sea posible, se deberá preferir la utilización de términos genéricos universales como se señala en esta Guía.

Lenguaje no incluyente	Lenguaje incluyente
El interesado/a	La/El interesado/a
Observador@ electoral	Observador/a/e electoral
Licenciadx	Licenciado(a/e)

Fuente: Elaboración propia. Adaptado del documento “Guía para usos de lenguaje inclusivo y no sexista”, Suprema Corte de Justicia de la Nación, (2022) y “Manual para el uso de un Lenguaje Ciudadano e Incluyente para el Instituto Nacional Electoral”, Instituto Nacional Electoral, (2017).

5.5. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje incluyente!

Ejercicio 1: frases con lenguaje incluyente.

Instrucciones: debajo de cada oración, escribe la misma frase usando lenguaje incluyente.

Todos los trabajadores fueron a la reunión con las consejerías.

El presente proceso de selección surge de la necesidad de incorporar trabajadores de seguridad al IEEM.

El IEEM busca jóvenes con carrera de ingeniero en sistemas computacionales para integrarse al área de informática y estadística.

Los magistrados resolvieron la validez de la elección de los presidentes municipales.

Los abogados del IEEM realizarán acompañamiento a las mujeres violentadas.

Los ciudadanos podrán votar el 1 de julio, los discapacitados y los ancianos tendrán prioridad en la fila.

(Ejemplos ficticios)

Ejercicio 2: redacta con lenguaje incluyente.

Instrucciones: lee, analiza e identifica las palabras en género gramatical masculino que hagan referencia a personas. Posteriormente, redacta el texto nuevamente utilizando lenguaje incluyente.

El próximo 1 de junio, los ciudadanos están llamados a participar en un proceso democrático histórico: la elección de magistrados y jueces que integrarán el sistema de justicia de nuestro país. Esta jornada representa una oportunidad para que los individuos ejerzan su derecho al voto de manera consciente e informada, eligiendo a quienes garantizarán una justicia más accesible, transparente e incluyente para todos.

Por ello, desde el IEEM se hace un llamado a jóvenes, ancianos, discapacitados e indígenas y personas de color para que acudan a las urnas y ejerzan su derecho al voto, teniendo en cuenta que la participación activa de la sociedad es fundamental para fortalecer nuestras instituciones y construir un país más justo e igualitario para los mexiquenses.

¡Este 1 de junio todos a votar!

(Ejemplo ficticio)

6. Lenguaje no sexista

El lenguaje se construye y refleja nuestra percepción de la realidad. Son los signos orales, escritos, sonidos, así como los gestos que poseen un significado y expresan una cultura, un contexto y un orden social determinado. La lengua nombra, posiciona, da poder y voz, pero también discrimina, invisibiliza y refuerza desigualdades a partir de rasgos físicos, sexo, género, orientación sexual, entre otras características. A esto le llamamos lenguaje sexista.

A través del aprendizaje y el uso del lenguaje, se pueden llegar a reproducir estereotipos que sistemáticamente han excluido a diversos grupos históricamente subrepresentados en la política. Todas las personas tenemos derecho a ser nombradas. Sin embargo, las barreras culturales, históricas, políticas, así como sociales, han borrado, minimizado o confinado al ámbito privado a ciertos sectores de la población.

El lenguaje se transforma constantemente porque las sociedades evolucionan y cambian, por lo que requieren nuevas palabras para reconocer, comunicar y expresarse.

6.1. ¿A qué nos referimos cuando hablamos del lenguaje sexista?

De acuerdo con los Lineamientos sobre el lenguaje incluyente y no sexista de la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH, 2021), el lenguaje sexista es aquel que utiliza palabras o estructuras que invisibilizan o excluyen a las mujeres. No es algo característico de la lengua, sino que se apoya en algunos de los usos arraigados y aceptados como correctos.

El sexismo en el lenguaje esconde dos características: la subordinación y la desvalorización. La primera, se define como la dependencia u obediencia de las mujeres al orden o dominio de los hombres, mientras que la desvalorización quita importancia, consideración o prestigio a las mujeres.

¿Has dicho o escuchado este tipo de expresiones?

“El sexo débil”.

“Los niños no lloran”.

“Corres como niña”.

“Eso no es cosa de mujeres”.

Este aprendizaje es resultado de un modelo androcéntrico en el que se han reproducido discursos a partir de la masculinización del lenguaje. Por ejemplo:

- “Bienvenidos” / *¿Y las mujeres dónde se nombran?*
- “Ingeniero Laura” / *¿Por qué se masculiniza la profesión de Laura?*
- “La señorita” / *¿Por qué no reconocer su labor como doctora?*
- “El último en llegar es vieja” / *¿Por qué “la debilidad” se asocia a las mujeres?*

Las mujeres han llegado al espacio público, han logrado importantes avances en la ciencia y tecnología; se han posicionado en cargos de poder y toma de decisiones, y han representado la figura de la mujer en la escena pública, ¿por qué seguir invisibilizándolas a través del lenguaje?

El lenguaje no sexista busca enunciar lo que ciertas reglas gramaticales y sintácticas han ocultado: la presencia de las mujeres en el mundo. Busca cambiar la narrativa sobre ellas, los papeles que pueden desempeñar socialmente, así como los espacios a los cuales pertenecen. También pretende eliminar la subordinación, la humillación y el uso de estereotipos.

Las palabras no excluyen: su uso sí. Nuestra lengua ofrece un amplio vocabulario que permite nombrar a mujeres, hombres, así como personas de la diversidad sexual y de género, en condiciones de igualdad. Todo es cuestión de conocer, aprender y adoptarlas en nuestro lenguaje.

Aunque la resistencia cultural no ha cedido en todos los espacios, es responsabilidad de cada persona servidora pública electoral nombrar para visibilizar y dar el reconocimiento correspondiente.

6.2. Recomendaciones para romper con el lenguaje sexista

A partir de las formas en que se transmite el lenguaje (oral, escrita, gestual y visual), se comparten algunas recomendaciones y ejemplos desde el lenguaje no sexista, a fin de que puedan ser de utilidad. Pero también en espera de que puedan servirte para repensar y replantear el uso del lenguaje que ocupas en tu entorno personal, profesional, laboral, familiar y social.

6.2.1. Nombra y visibiliza a las mujeres que ocupan un cargo

Históricamente, en el ámbito profesional los cargos eran ocupados únicamente por hombres, de ahí que el puesto era escrito en masculino. Más tarde, a partir de una

lucha histórica que resultó en el ingreso de las mujeres a puestos de toma de decisión, el masculino genérico se posicionó como universal, reproduciendo una realidad que invisibilizaba a las mujeres al frente de estas actividades, por lo que debes tener presente:

- Nombrar y reconocer a las mujeres en el espacio público.
- Evitar discursos que ignoren a las mujeres y sus aportaciones.
- Utilizar el femenino en cargos, profesiones, ocupaciones, títulos y rangos cuando sean ocupados por mujeres.
- Hacer referencia a “las mujeres” en lugar de “la mujer”, ya que no hay un solo modelo de mujer.
- Procurar utilizar palabras neutras para evitar el masculino genérico: “profesorado”, “electorado”, “ciudadanía”, etc.
- Alternar, cuando sea pertinente, el orden en el que se nombra a mujeres, hombres y personas no binarias, a fin de evitar jerarquías y subordinación o fórmulas repetitivas.

En el ámbito electoral, nombrar correctamente a las mujeres que ejercen cargos públicos, partidistas, administrativos o jurisdiccionales contribuye a reconocer su participación en la vida pública y evita expresiones que minimicen, deslegitimen o estereotipen su desempeño. Por ello, el lenguaje no sexista también es una herramienta para fortalecer las condiciones de igualdad en la participación política.

6.2.2. Escucha y reconoce a las mujeres en la oralidad

¡Las mujeres también tienen voz! Y ellas también cuentan. No, calladitas no se ven más bonitas. Sin embargo, sus voces, discursos e historias se han silenciado, invalidado y ridiculizado. La historia cuenta casos en que sus pensamientos e ideas eran menospreciadas hasta que eran presentadas por un hombre.

¿Has escuchado hablar del *mansplaining*? De acuerdo con López (2023), es un término que engloba una conducta específica: un “hombre explicando”. Alude a aquellas situaciones en las que un hombre busca demostrar su poder al mantener algún debate con una mujer informada del tema en cuestión (incluso más que él), para minimizar su conocimiento, explicándole la situación con una tonalidad condescendiente, es decir, él busca posicionarse intelectualmente superior a ella en todos los sentidos.

De acuerdo con la autora, el *mansplaining* explica la posición privilegiada que tienen los hombres dentro de nuestra organización social, estructura que les ha permitido

intervenir en el libre ejercicio de la expresión de las mujeres. No sólo es una forma de violencia sistemática, también es una forma de exclusión de la participación social.

Ejemplo 1:

Mónica: (...) entonces si implementamos la propuesta que les presenté....

Roberto: Lo que la compañera quiere decir...

Asimismo, se reproducen “frases” o “refranes populares” como: “Las mujeres pertenecen a la cocina”, “No lo entenderías, son cosas de hombres”, “Las mujeres no sirven para ser jefas”, entre otras. Estas vulneran los derechos de las mujeres, minimizan, violentan y reproducen estereotipos.

En una conversación, algunas interrupciones son signo de dominio, intimidación o control. Frases como: “Seguro que no lo entendiste, es un tema complejo”, “No se puede decir nada hoy en día sin que se ofendan,” “Lo que ella quiso decir fue...”, refuerzan esta conducta.

- Analiza si se presencia una situación de *mansplaining* e intervén, en la medida de lo posible, de una manera respetuosa con frases como las siguientes:
 - ✓ “Disculpa, quiero escuchar lo que ella está diciendo”.
 - ✓ “Permite que la Licenciada/Maestra/Servidora Pública/Directora/Jefa, exprese su idea”.
 - ✓ “No necesita que la interpreten, ella puede comunicarnos sus ideas”.
- Cuestiona, ¿se está aportando o interrumpiendo? Todas las personas somos libres de expresar nuestra opinión, no obstante, cuando atenta contra los derechos de las personas, se convierte en agresión.
- Evita interrumpir cuando una persona tenga el uso de la voz. Si quieres aportar una idea, permite que la persona termine y comunícate con respeto.
- Cuida el tono al comunicar tus ideas, así como tu lenguaje corporal, evitando expresiones condescendientes o burlas.
- Aprende a escuchar opiniones y argumentos de diferentes temas, incluso si son opuestos a los tuyos. Conoce las ideas de las demás personas desde la escucha activa para construir espacios libres de discriminación y violencia.

6.3. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje no sexista!

Ejercicio 1: reflexiona frases cotidianas.

Instrucciones: lee las siguientes frases y explica brevemente por qué son sexistas.

Hija, sírvele a tu papá y a tu hermano.
La ingeniería no es para mujeres.
Manejas bien... para ser mujer.
¿No crees que esa ropa es muy provocativa?
Seguro andas en tus días.
Es tu deber como esposa atender a tu marido.
Para realizarte como mujer, tienes que ser madre.
A tu edad ya deberías estar casada, se te va a ir el tren.
Calladita te ves más bonita.
La mujer debe darse a respetar.

7. Lenguaje no discriminatorio

El lenguaje no discriminatorio tiene como objetivo garantizar el respeto a la dignidad humana y la protección de los derechos de todas las personas en condiciones de igualdad. No solo es una herramienta para comunicar ideas, sino también un medio que reproduce valores, prácticas y formas de relación social.

Islas (2005) considera que el lenguaje tiene un papel determinante en la manera en la que se visibilizan o invisibilizan ciertos sectores sociales, lo que puede convertirlo en una herramienta de exclusión; aunque puede no tener este fin en sí mismo, la forma en que se utiliza puede generar enunciados discriminatorios.

7.1. ¿Qué se entiende por discriminación?

La Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación define este concepto como todo acto que tiene por objeto o resultado afectar o limitar el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y las libertades, por motivos de origen étnico o nacional, color de piel, sexo, género, edad, discapacidad, condición social, de salud, religión, opiniones, orientación sexual, estado civil u otras condiciones (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2025).

Se consideran formas de discriminación: la misoginia, xenofobia, homofobia, antisemitismo, racismo, clasismo, edadismo y otras manifestaciones de intolerancia hacia determinados grupos sociales. Es importante resaltar que la discriminación puede presentarse por dos o más motivos, lo que da lugar al concepto de discriminación interseccional, la cual tiene efectos negativos agregados en la vida de las personas en las que predomina más de una identidad históricamente discriminada (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2025).

7.2. Claves para identificar la discriminación

La discriminación tiene rasgos distintivos, entre los cuales la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH, 2012) destaca los siguientes:

- Se aprende con facilidad y suele reproducirse hasta volverse cotidiana.
- Es progresiva, puede basarse en múltiples causas y sus efectos se acumulan, generando mayores daños y nuevos problemas.
- Adopta nuevas formas y da lugar a nuevas situaciones que perpetúan conductas discriminatorias.
- Niega la igualdad y vulnera los derechos humanos.

- Genera daños morales, físicos, psicológicos y materiales.
- Limita oportunidades para las personas afectadas.
- Fomenta divisiones sociales.

7.3. Tipos de discriminación

A continuación, se presentan los tipos de discriminación reconocidos en la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2025):

- **Discriminación directa:** se da cuando una persona recibe un trato menos favorable que otra en una situación similar, por algún motivo indebido.
- **Discriminación indirecta:** ocurre cuando una norma, práctica o criterio aparentemente neutral provoca desventajas para ciertos grupos, sin una justificación válida.
- **Discriminación estructural o sistémica:** es aquella que resulta de normas, prácticas y patrones sociales que, de forma constante, colocan a ciertos grupos en situación de desventaja o exclusión.
- **Discriminación por asociación:** se presenta cuando una persona es discriminada por su relación o vínculo con alguien que pertenece a un grupo protegido.

7.4. ¿En qué ámbitos ocurre la discriminación?

La discriminación puede generarse en cualquier ámbito del desarrollo de las personas. El lenguaje es una de las formas más cotidianas en las que se manifiesta, de ahí que es necesario repensar la forma en la que nos comunicamos, con el fin de respetar los derechos humanos y la dignidad de todas las personas.

7.5. Grupos en situación de vulnerabilidad histórica

En el año 2022, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en colaboración con el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED) y la CNDH, realizaron la Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS), mediante la cual identificaron los principales grupos históricamente discriminados en el país:

- Personas indígenas.
- Personas afrodescendientes.
- Personas con discapacidad.

- Personas en situación de movilidad o personas migrantes.
- Grupos religiosos.
- Personas adultas mayores.
- Niñas, niños y niñas.
- Adolescencias y juventudes.
- Mujeres.
- Personas de la diversidad sexual y de género.

7.6. ¿Cómo se clasifica el lenguaje discriminatorio?

De acuerdo con Islas (2005), hay tres maneras en las que, desde el lenguaje, se puede generar discriminación:

- Léxica, al hacer uso de términos que conllevan exclusión o estigma.
Ejemplo: El discapacitado, la madre soltera, el viejito.
- Sintáctica, al construir oraciones.
Ejemplo: Las mujeres no pueden jugar con nosotros.
- Retórica, cuando se establece de manera indirecta que un grupo social es inferior a otro.
Ejemplo: Los trabajos de fuerza son para hombres.

7.7. ¿Qué implica usar un lenguaje no discriminatorio?

El lenguaje no discriminatorio es una herramienta que nos permite combatir los estereotipos y prejuicios, visibilizando la diversidad de personas que existen en la sociedad y, con ello, garantizando el acceso a los derechos en igualdad de condiciones (UNAM, s.f.).

7.7.1. Principios del lenguaje no discriminatorio

El lenguaje no discriminatorio se basa en el respeto a los derechos humanos de todas las personas y su representación comunicativa en condiciones de igualdad, para que esto sea posible considera los siguientes principios:

- Respeta la dignidad humana: evita términos peyorativos o despectivos.
- Es preciso y neutral: no atribuye características innecesarias, por ejemplo: mencionar discapacidad cuando es innecesario.
- Evita estereotipos: no refuerza ideas preconcebidas, por ejemplo: roles de género.
- Es incluyente: visibiliza a todas las personas.

- Contextualiza correctamente: usa términos adecuados según el marco legal y social actual.
- Prefiere el enfoque de derechos: por ejemplo, “persona con discapacidad” en lugar de usar etiquetas.

7.7.2. Nombra correctamente a poblaciones en situación de vulnerabilidad

Una de las dudas más comunes al hablar de lenguaje no discriminatorio es cómo nombrar correctamente a las personas o grupos. Para esto es importante evitar el uso de palabras que etiqueten, por lo que deberás comenzar el enunciado con la palabra “personas”, seguido del grupo al que se hace referencia. Por ejemplo:

Lenguaje discriminatorio	Lenguaje no discriminatorio
Discapacitado, inválida, minusválido	Persona con discapacidad
Personas vulnerables	Personas en situación de vulnerabilidad
Pobre	Persona en situación de pobreza
India, indio	Persona indígena
Persona de color oscuro	Persona afrodescendiente
Encarcelados, presos	Personas privadas de la libertad
Ilegal, indocumentado	Persona en situación de movilidad Persona migrante Persona con situación migratoria irregular
Criada, sirvienta, muchacha, doméstica	Persona trabajadora del hogar
Afeminados, raritos, marimachas	Personas de la población LGBTTTIQ+ Personas de la diversidad sexual y de género
Obesa, gorda	Persona con sobrepeso u obesidad
Indigente, vagabunda	Persona en situación de calle
Transexuales	Personas trans
Gente normal	Población en general
Autista	Persona con trastorno del espectro autista
Sordo, mudo	Persona con discapacidad auditiva, persona con discapacidad del habla
Ciego	Persona con discapacidad visual
Viejos	Personas adultas mayores

Fuente: Elaboración propia. Adaptado de los documentos “El uso incluyente y no discriminatorio del lenguaje: Manual de recomendaciones para la Coordinación de Difusión Cultural de la UNAM”, Haas Paciuc, A., & Zedillo Ortega, R. (s. f.); “Guía rápida de consulta sobre términos y usos”, Instituto

Nacional Electoral (2020) y “Guía para usos de lenguaje inclusivo y no sexista”, Suprema Corte de Justicia de la Nación (2022).

Ejemplos prácticos de frases con lenguaje no discriminatorio:

Lenguaje discriminatorio	Lenguaje no discriminatorio
Los viejitos siempre salen a votar	Las personas adultas mayores siempre ejercen su derecho al voto
A los ciegos siempre se les complica votar	Las personas con discapacidad visual presentan necesidades específicas para ejercer su derecho al voto
Los migrantes no tienen derechos	Las personas migrantes tienen derechos que deben ser respetados
Las personas que padecen síndrome de Down	Las personas con síndrome de Down

Fuente: Elaboración propia. Adaptado de los documentos “El uso incluyente y no discriminatorio del lenguaje: Manual de recomendaciones para la Coordinación de Difusión Cultural de la UNAM”, Haas Paciuc, A., & Zedillo Ortega, R. (s. f.) y “Guía para usos de lenguaje inclusivo y no sexista”, Suprema Corte de Justicia de la Nación (2022).

7.8. Recomendaciones para uso diario

- Antes de escribir o hablar, pregúntate: ¿esto es necesario mencionarlo? ¿Puede ofender a alguien?
- Evita diminutivos (ejemplo: “viejitos”, “pobrecitos”, “angelitos”, “señoritas”).
- No uses etiquetas como sustantivos (ejemplo: “los pobres”).
- Prioriza siempre: persona + condición (ejemplo: “personas con discapacidad”).
- Usa términos neutrales (ejemplo: “la población”, “las personas”).
- Al mantener una convivencia con personas con discapacidad, pregunta si desean ser acompañadas y en todo momento dirígete a ellas, aunque estén asistidas por otra persona.
- Procura que las comunicaciones tengan subtítulos, lengua de señas mexicana, lectura fácil, sistema braille, pictogramas y botón de accesibilidad en páginas web.
- Intenta que la comunicación institucional y normativa esté disponible en las lenguas originarias del Estado de México.

7.9. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje no discriminatorio!

Ejercicio 1: evita etiquetas.

Instrucciones: reescribe las siguientes frases utilizando lenguaje no discriminatorio:

Contraté una criada para que me ayude en casa.

En la avenida principal siempre hay muchos vagabundos.

A los autistas les molesta el ruido.

El discapacitado necesita apoyo.

El gordito no quiso participar en las actividades.

La indígena no sabe hablar español.

El migrante no quiere trabajar.

Ejercicio 2: detecta sesgos que generan discriminación.

Instrucciones: lee los siguientes enunciados y subraya la palabra o expresión que consideres discriminatoria. Propón una alternativa incluyente.

1. Necesitamos un hombre fuerte para este trabajo.

2. Los ancianos no entienden la tecnología.

3. Esa chica maneja muy bien para ser mujer.

4. Los pobres siempre piden ayuda.

5. Los discapacitados requieren atención especial.

Ejercicio 3: transformación de textos.

Instrucciones: reescribe el siguiente texto haciendo uso de lenguaje no discriminatorio.

Los indocumentados suelen llegar a las comunidades a buscar trabajos en lo que dura su estadía en ese lugar. Por otro lado, los usos y costumbres que tienen los indios siempre se cuestionan por las personas normales. Además, los vagabundos tienen menos interés en la educación y el trabajo formal, por lo que es difícil integrarlos a la sociedad.

(Ejemplo ficticio)

Texto con lenguaje no discriminatorio:

8. Lenguaje incluyente, no sexista y no discriminatorio desde las imágenes, audios, videos o elementos similares

Antes de iniciar con la reflexión, hagamos un ejercicio: ¿Qué ves en la ilustración 1? ¿Has hecho uso de ella? ¿La has visto en alguna de las comunicaciones oficiales?

Las imágenes reflejan nuestra percepción de la realidad. Son mensajes no verbales y recursos que nos ayudan a explicar, a través de lo aprendido, el mundo y lo que nos rodea, pero también pueden ayudar a reproducir, así como reforzar ideas y estereotipos sobre lo que es ser hombre o ser mujer.

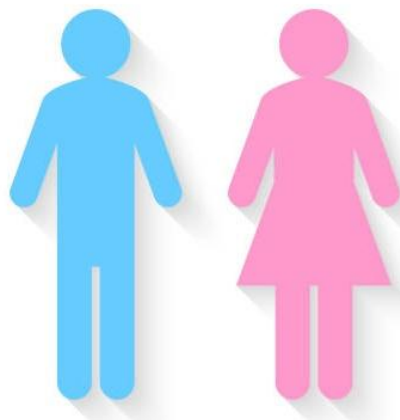


Ilustración 1

Un ejemplo frecuente es el mostrado en la imagen, donde se hace uso de rosa para mujeres y azul para hombres, reforzando la idea de que los colores tienen género, y uno no puede ser usado por el otro.

El uso del lenguaje claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio, no se limita solo a lo escrito o verbal. Es necesario implementarlo también en el ámbito de lo audiovisual para que en las imágenes y los videos se tome en cuenta la diversidad de grupos sociales existentes, así como las necesidades que presentan para acceder a la información.

8.1. Imágenes libres de roles y estereotipos

A partir de los roles de género se ha construido una idea e imagen de lo que deben ser y hacer mujeres y hombres. A continuación, te presentamos algunas recomendaciones para no reproducirlos, con base en el “Breviario para la comunicación iconográfica incluyente del Instituto Electoral del Estado de México” (s.f.):

- No usar la figura masculina como representación genérica. Así como imágenes hegemónicas de mujeres con cánones de belleza estandarizados.
- Evita colocar a las mujeres exclusivamente haciendo labores del hogar o en el espacio privado, y a los hombres exclusivamente en las tareas de fuerza o en el espacio público.

- Representa visualmente a las mujeres en profesiones diversas.
- Enfoca la atención en las habilidades y capacidades de las mujeres en lugar de su apariencia física.
- Muestra la diversidad de género e interseccionalidad en igualdad. Procura que las mujeres y grupos en situación de vulnerabilidad estén presentes en papeles protagónicos y primeros planos.
- Promueve la representación digna, diversa y libre de estereotipos de poblaciones en situación de vulnerabilidad, evitando mostrarlas exclusivamente desde narrativas de subordinación, pobreza, dependencia o asistencia, visibilizándolas como personas con derechos y participación activa en los ámbitos social, político, económico y cultural.
- Retrata a mujeres y hombres colaborando de manera equitativa en el hogar y en el trabajo, evitando relacionar a las mujeres con actitudes de pasividad, obediencia, dependencia y docilidad.
- Visibiliza a las mujeres en su diversidad, especialmente a los grupos históricamente subrepresentados en la política, muestra diversas corporalidades, vestimentas, identidades culturales, edades, expresiones de género, entre otras.
- Evita representar a los grupos de atención prioritaria como héroes, heroínas o mártires.
- Omite el uso de imágenes que provoquen morbo, exhiban actos de violencia o muestren a las personas como víctimas.
- No utilices encuadres de solo una parte del cuerpo de las personas.
- Limita el uso de imágenes caricaturizadas para evitar infantilizar a las personas: es importante evaluar el contexto en el que se utilizarán.

Las imágenes institucionales deben procurar representar a mujeres, hombres, personas no binarias, personas con discapacidad, personas adultas mayores, juventudes, personas indígenas, personas afrodescendientes y otros grupos históricamente discriminados en condiciones de dignidad, autonomía y participación

activa. Debe evitarse que su aparición se limite a roles asistenciales, subordinados, pasivos o estereotipados.

Finalmente, al utilizar recursos audiovisuales obtenidos de internet, procura que cuenten con licencias de uso libre o citar adecuadamente la autoría correspondiente. En caso de tratarse de material de autoría propia, asegúrate de contar con el consentimiento de la o las personas que aparecen en él.

8.2. Pon a prueba tus conocimientos: ¡Practica tu lenguaje incluyente, no sexista y no discriminatorio desde las imágenes!

Ejercicio 1: roles y estereotipos de género en las imágenes.

Instrucciones: observa la imagen y describe brevemente cuáles son los roles y estereotipos de género que se reproducen.

 Imagen recuperada de Canva	
 Imagen recuperada de Magnific	
 Imagen recuperada de Magnific	



Imagen recuperada de Magnific



Imagen recuperada de Canva

9. Aspectos por fortalecer

La siguiente tabla presenta algunos de los principales productos de comunicación utilizados por el IEEM y criterios susceptibles de mejora en cada uno de ellos para consolidar el uso del lenguaje claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio.

Estas recomendaciones tienen como propósito contribuir a que los mensajes institucionales sean más comprensibles, accesibles y en respeto de la diversidad de las personas destinatarias.

Tipo de comunicación	Criterios
Oficios	Menciona cargos y profesiones en el género gramatical que corresponda, tanto en la persona destinataria, como en quien firma el documento. Verifica que la información sea clara y esté completa a través del “Método de las 8 Preguntas” (¿qué?, ¿quién?, ¿cuándo?, ¿cómo?, ¿dónde?, ¿por qué?, ¿para qué? y ¿cuánto?). Utiliza verbos concretos y elimina palabras innecesarias. Reemplaza términos técnicos o palabras poco entendibles por expresiones más simples.
Acuerdos	Maneja correctamente las normas de puntuación mediante el uso apropiado de puntos, comas y demás signos ortográficos. Al tratarse de documentos jurídicos, priorizar el uso de palabras colectivas neutras.
Convocatorias	Traducir, en la medida de lo posible, las convocatorias a las lenguas originarias del Estado de México. Considerar herramientas como videos subtitrulados, audiodescripción, lectura fácil, pictogramas, tecnologías accesibles, Lengua de Señas Mexicana, así como Sistema Braille en estas comunicaciones. Cuando las comunicaciones estén dirigidas a públicos diversos, emplea palabras colectivas neutras y pronombres indefinidos, relativos y reflexivos.

	Emplea títulos, subtítulos y viñetas para identificar con facilidad la información. Evita ambigüedades para que el mensaje llegue correctamente a las personas destinatarias. En el uso de imágenes verifica que se retrate a la diversidad mexiquense, o a la población meta, sin estigmas ni estereotipos.
Redes sociales y materiales audiovisuales	Haz uso correcto de signos de puntuación como puntos, comas, punto y seguido, signos de admiración e interrogación, etc. Coloca imágenes y videos libres de roles y estereotipos de género. Representa a las mujeres en su diversidad y en condiciones de igualdad, de manera digna. Muestra recursos ilustrativos que promuevan la participación de grupos prioritarios. No utilices imágenes, videos o sonidos que generen morbo o expongan situaciones de violencia. En el <i>copy out</i> de las publicaciones de redes sociales, incorporar el texto alternativo para personas con discapacidad visual en entornos digitales.
Discursos públicos	Considera a la diversidad de personas asistentes o receptoras y utiliza términos colectivos neutros, así como pronombres indefinidos, relativos y reflexivos, de manera adecuada. Si tu audiencia está conformada exclusivamente por mujeres, dirígete a ella en el género gramatical femenino. En caso de impartir una capacitación, se recomienda consultar previamente si alguna persona participante se identifica como no binaria. Si la respuesta es afirmativa, utiliza un lenguaje no binario durante la sesión, en la medida de lo posible.

10. Fuentes de consulta

- Alario, C., Bengoechea M., et al. (1995). *Nombra*. Disponible en: https://www.ehu.eus/documents/1734204/1884196/Nombra_La_representacion_del_femenino_y_el_masculino_en_el_lenguaje.pdf
- Andalucía Diversidad. (2021). *Cómo referirse al colectivo trans*. Disponible en: <https://andalucialgbt.com/como-referirse-al-colectivo-trans/>
- Argüelles, A., Orué, A., et al., (2023). *Guía de Lenguaje para la Inclusión de Personas No Binaries*. Disponible en: <https://itgetsbettermx.org/programas/espaciosseguros/eduquias/guiab/>
- Cálamo & Cran (s.f.). *¿Qué es el lenguaje claro?* Disponible en: <https://lenguaje-claro.com/>
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2025). *Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación. Diario Oficial de la Federación*. Última reforma publicada el 14 de noviembre de 2025. Disponible en: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFPED.pdf>
- Comisión Europea: Dirección General de Traducción. (2011). *Cómo escribir con claridad*. Oficina de Publicaciones. <https://data.europa.eu/doi/10.2782/29211>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2021). *Lineamientos sobre el lenguaje incluyente y no sexista*. Disponible en: <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/2015-2016/43-discriminacion-dh.pdf>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2012). *La discriminación y el derecho a la no discriminación*. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. Disponible en: <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/2015-2016/43-discriminacion-dh.pdf>
- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2006). *Carpeta de información básica*. Disponible en: https://www.conapred.gob.mx/assets/publicaciones/docs/InformacionConapred_2006_INACCES.pdf

Corte Interamericana de Derechos Humanos (2026). *Sistema Interamericano*. Disponible en: <https://www.corteidh.or.cr/instrumentos.cfm>

Cortez, A. y Gómez, A. (2023). *Guía de comunicación inclusiva sobre lenguaje visual. MODII*. Disponible en: https://modii.org/wp-content/uploads/2024/01/LENGUAJE-VISUAL_accesible.docx-1.pdf

Crenshaw, K. (1989). *Interseccionalidad*. Disponible en: https://www.solidaridadobrero.org/ateneo_nacho/libros/Kimberle%20W%20Crenshaw%20-%20Interseccionalidad.pdf

Federación Internacional del lenguaje sencillo. (s.f.). *Definiciones del lenguaje sencillo*. Disponible en: <https://www.iplfederation.org/plain-language-definitions/>

García, Á. (1976). *Sexismo y lenguaje*. Disponible en: https://www.grijalvo.com/Alvaro_Garcia_Meseguer/Sexismo_y_lenguaje.htm

Haas, A. y Ortega R. (s.f.). *El uso incluyente y no discriminatorio del lenguaje: Manual de recomendaciones para la Coordinación de Difusión Cultural de la UNAM*. Universidad Nacional Autónoma de México. Disponible en: https://www.abogadogeneral.unam.mx/sites/default/files/archivos/RepositorioCont/6_Dependencias/102_CoordinaciondeDifusionCultural/12_ManualrecomendacionesparaCoordinaciondeDifusionCulturaldeUNAM.pdf

Instituto Electoral del Estado de México. (s.f.). *Breviario para la comunicación iconográfica incluyente*. Disponible en: https://www.ieem.org.mx/ucg/assets/docs/Breviario_para_la_comunicacion_iconografica_incluyente.pdf

Instituto Electoral del Estado de México. (2025). *ACUERDO N°. IEEM/CG/106/2025 Por el que se expiden los Lineamientos para el uso del lenguaje claro, incluyente, no sexista y no discriminatorio del Instituto Electoral del Estado de México*. Disponibles en: https://www.ieem.org.mx/consejo_general/cg/2025/AC_2025/a106_25.pdf

INMUJERES. (2015). *Manual de comunicación no sexista. Hacia un lenguaje incluyente*. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/1019088/Manual_de_Comunicacion_No_Sexista_Hacia_un_lenguaje_incluyente.pdf

Instituto para el Desarrollo de Masculinidades Anti Hegemónicas. (2020). *¿Qué es el mansplaining y cómo puedo evitar hacerlo?* En línea.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía, Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación y Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2022). *Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS) 2022*. INEGI. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/programas/enadis/2022/>

Instituto Nacional Electoral. (2017). *Manual para el uso de un Lenguaje Ciudadano e Incluyente para el Instituto Nacional Electoral*. Disponible en: <https://igualdad.ine.mx/wp-content/uploads/2017/10/MANUAL-PARA-EL-USO-DE-LENGUAJE-CIUDADANO-E-INCLUYENTE-PARA-EL-INE.pdf>

Instituto Nacional Electoral. (2021). *Guía práctica para el uso del lenguaje incluyente y no sexista*. Disponible en: <https://igualdad.ine.mx/wp-content/uploads/2023/04/GUIA-PRACTICA-DE-LENGUAJE-INCLUYENTE-Y-NO-SEXISTA-1.pdf>

Instituto Nacional Electoral. (2020). *Guía rápida de consulta sobre términos y usos*. Disponible en: <https://igualdad.ine.mx/lenguaje-incluyente/recursos/guiarapidaINE.pdf>

Instituto Nacional Electoral. (s.f.). *Diagonales y Arrobas*. Disponible en: <https://igualdad.ine.mx/lenguaje-incluyente/tema-diagonales.html>

Islas, H. (2005). *Lenguaje y discriminación. Cuadernos de la igualdad, núm. 4*. México: Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED) Disponible en: <https://sindis.conapred.gob.mx/wp-content/uploads/2018/09/CI004.pdf>

López, M. (2023). *La violencia de género en su mínima expresión: el mansplaining*. Disponible en: <https://puedjs.unam.mx/goooya/la-violencia-de-genero-en-su-minima-expresion-el-mansplaining/>

Marin, F. (2018). *Comunicar sin discriminar: Guía práctica para oficinas de PNUD*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Disponible en: https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2025-05/guia_de_lenguaje_pnud_2021_cmunicar_sin_discriminar.pdf

Meana, T. (2002). *Porque las palabras no se las lleva el viento... Por un uso no sexista de la lengua.* Disponible en: https://xenero.webs.uvigo.es/profesorado/teresa_meana/sexismo_lenguaje.pdf

Modii. (s.f.). *Guía sobre lenguaje claro.* <https://modii.org/guia-sobre-lenguaje-claro/>

Organización de las Naciones Unidas. (2019). *Orientaciones para el empleo de un lenguaje inclusivo en cuanto al género en español.* Disponible en: <https://www.un.org/es/gender-inclusive-language/guidelines.shtml>

Periódico Oficial “Gaceta del Gobierno”. (2025). *Código Electoral del Estado de México.* Disponible en: <https://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/cod/vig/codvig005.pdf>

Plain Association Internacional. (s.f.). *¿Qué es el lenguaje claro?* Disponible en: <https://plainlanguagenetwork.org/plain-language/que-es-el-lenguaje-claro/>

Sapir, E. (2021). *El lenguaje. Introducción al estudio del habla.* Fondo de Cultura Económica, segunda edición.

Secretaría de la Función Pública. (2007). *Lenguaje claro.* Disponible en: <https://www.economia.gob.mx/files/empleo/ManualLenguaje.pdf>

Secretaría de la Función Pública. (2022). *Prontuario para el uso de lenguaje incluyente y no sexista en la Función Pública.* Disponible en: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/732925/Prontuario para el uso de lenguaje incluyente.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/732925/Prontuario_para_el_uso_de_lenguaje_incluyente.pdf)

Suprema Corte de Justicia de la Nación. (2022). *Guía para usos de lenguaje inclusivo y no sexista.* Disponible en: <https://www.scjn.gob.mx/igualdad-de-genero/sites/default/files/pagina-portal/2022-12/Gui%CC%81a%20para%20usos%20de%20lenguaje%20inclusivo%20y%20no%20sexista%20SCJN.pdf>

The Well Project. (2025). *Por qué importa el lenguaje: enfrentarse al estigma del VIH con nuestras propias palabras.* Disponible en: <https://www.thewellproject.org/hiv-information/por-que-importa-el-lenguaje-enfrentarse-al-estigma-del-vih-con-nuestras-propias>

Tribunal Electoral del Poder Judicial de la Federación. (2020). *Técnicas para el uso del lenguaje incluyente en textos y comunicados del Tribunal Electoral*. En Guía para el uso de lenguaje y comunicación incluyente, no sexista y accesible en textos y comunicados oficiales del TEPJF. TEPJF. Disponible en: <https://www.te.gob.mx/editorial/obras/1729>

Universidad Nacional Autónoma de México. (s.f.). *Androcentrismo*. Disponible en: <https://cinig.dgb.unam.mx/index.php/bibliotecas-unam-con-perspectiva-de-genero/glosario/234-androcentrismo>

Universidad Nacional Autónoma de México. (2022). *Anti-manual de la lengua española para un lenguaje no sexista*. Disponible en: <https://cieg.unam.mx/docs/publicaciones/archivos/218.pdf>

Universidad Nacional Autónoma de México (2018). Los derechos de la mujer. A la reina. Disponible en: <https://museodelasconstituciones.unam.mx/wp-content/uploads/2025/12/Los-derechos-de-la-mujer-1791.pdf>

Universidad Complutense de Madrid. (s.f.). *Guía básica para un uso del lenguaje no sexista*. Disponible en: <https://www.ucm.es/catedravaloresdemocraticosygenero/file/catedra-de-valores-guia-de-lenguaje-es>

UNIVERSITAS. (2023). *Guía de Recomendaciones para un Lenguaje No Sexista e Inclusivo*. Disponible en: <https://www.uam.es/uam/media/doc/1606931515460/guia-de-recomendaciones-para-un-lenguaje-no-sexista-e-inclusivo.pdf>