

Guia de llenguatge no sexista



Institut Català
de Finances



Generalitat
de Catalunya



Índex

1. Introducció
2. La importància de l'ús no sexista del llenguatge
3. El llenguatge sexista i discriminatori
4. Recursos per a un ús del llenguatge inclusiu
5. Consells i recomanacions
6. Comunicació escrita
7. Comunicació oral
8. Comunicació visual/imatge
9. Altres eines d'ús no sexista del llenguatge
10. Bibliografia
11. Annex. Paraules d'ús freqüent a l'ICF

1. Introducció



La [Llei Orgànica 03/2007](#) per a la igualtat efectiva de dones y homes estableix al llarg del seu redactat la importància de la comunicació inclusiva i de l'ús no sexista del llenguatge, reiterant la importància d'utilitzar un llenguatge no sexista en l'administració pública (art. 14.11), per part dels mitjans de comunicació públics tals com RTVE i l'agència EFE (art. 37.1 i 38.1), així com qualsevol altre projecte de comunicació que consti amb fons públics, sigui total o parcialment (art. 28.4).

En el marc jurídic català la [Llei 17/2015](#) reitera la importància de l'ús no sexista del llenguatge en l'administració i els poders públics (art. 3), estenent-lo també als Plans d'Igualtat de tots els poders públics, així com a tots els mitjans de comunicació públics o finançats total o parcialment amb diners públics.

L'ICF ha elaborat un Pla d'Igualtat amb l'objectiu de continuar impulsant la igualtat d'oportunitats entre dones i homes a l'entorn laboral, fomentar la diversitat i el tracte igualitari entre dones i homes.

En el marc d'aquest pla i de les accions que es deriven, hi ha el ferm compromís de millorar la comunicació de l'organització tant interna com externa, per tal que no sigui ni sexista ni discriminatòria.

El present document té per objectiu **proporcionar eines fàcils per a fomentar i millorar l'ús del llenguatge** per tal d'aconseguir que l'ICF i totes les seves persones treballadores aprenguin a comunicar-se fent un ús inclusiu del llenguatge.

2. La importància de l'ús no sexista del llenguatge



El llenguatge que emprem és una construcció social d'una societat determinada i, en aquest sentit, es troba impregnat de la societat que el crea i actualitza de manera constant. **Les estructures gramaticals que utilitzem a la nostra llengua utilitzen mecanismes subtils que provoquen i contribueixen a la invisibilització de les dones i la masculinització del pensament.**

Anomenar a les dones és donar valor a allò que fan les dones, és reconèixer-les i donar-los el lloc que ocupen en el món.



El pensament, les creences i la interpretació del que ens envolta estan, en gran mesura, guiats per les categories, els conceptes i la terminologia que ofereix la llengua. De fet, el llenguatge té una gran transcendència en la creació de la realitat. El llenguatge transmet valors i lleis d'interpretació que ajuden a crear, a qui l'utilitza i de la manera en que se li ha ensenyat a utilitzar-lo, una manera particular de veure's, de concebre's i també de percebre a les altres persones.

En totes les cultures, els grups dominants han sigut molt conscients de la importància de controlar la manera en què s'anomena i expressa la realitat per controlar-la i construir-la. En la nostra **societat patriarcal el grup dominant han estat els homes**. Com a conseqüència, **les dones han quedat apartades del llenguatge**, no sent anomenades per aquest i no podent-lo utilitzar en àmbits de coneixement.

3. El llenguatge sexista i discriminatori

A continuació es presenten les principals estructures discriminatòries del llenguatge:

Falsos genèrics

El català i el castellà, com la majoria de llengües romàniques, estableixen que el **gènere masculí s'utilitzi com a genèric** per referir-se a col·lectius als que pertanyen persones de gènere masculí i femení. En canvi, l'ús del femení s'empra per referir-se de manera exclusiva per referir-se a dones i nenes. Aquesta dicotomia genera en múltiples ocasions problemes d'interpretació del discurs **generant ambigüitats i falses concepcions per l'ús d'un genèric masculí**.

En el marc de l'ICF els Falsos Genèrics són molt emprats en tota la documentació corporativa, i també són un dels principals

problemes que les persones treballadores han assenyalat en el qüestionari que ha omplert la plantilla. En aquest sentit, en són exemples clars l'ús recurrent de les paraules: emprenedor, usuari, inversor, director, directius, empresaris, ...

Per tal de saber com fer un ús inclusiu del llenguatge amb cadascuna d'aquestes paraules concretes s'ha construït un Glossari de paraules freqüents, disponible al final del present document, o aquí.

Termes amb significats diferents segons a qui es refereixin

Existeixen paraules que tenen significats diferents segons si són masculines o femenines. És el cas de l'ús "d'home públic" i "dona pública" o de "governant" i "governanta". Habitualment aquest significat diferenciat està vinculat a una valoració negativa envers les dones.



3. El llenguatge sexista i discriminatori

Asimetries

A. Asimetries en el tractament

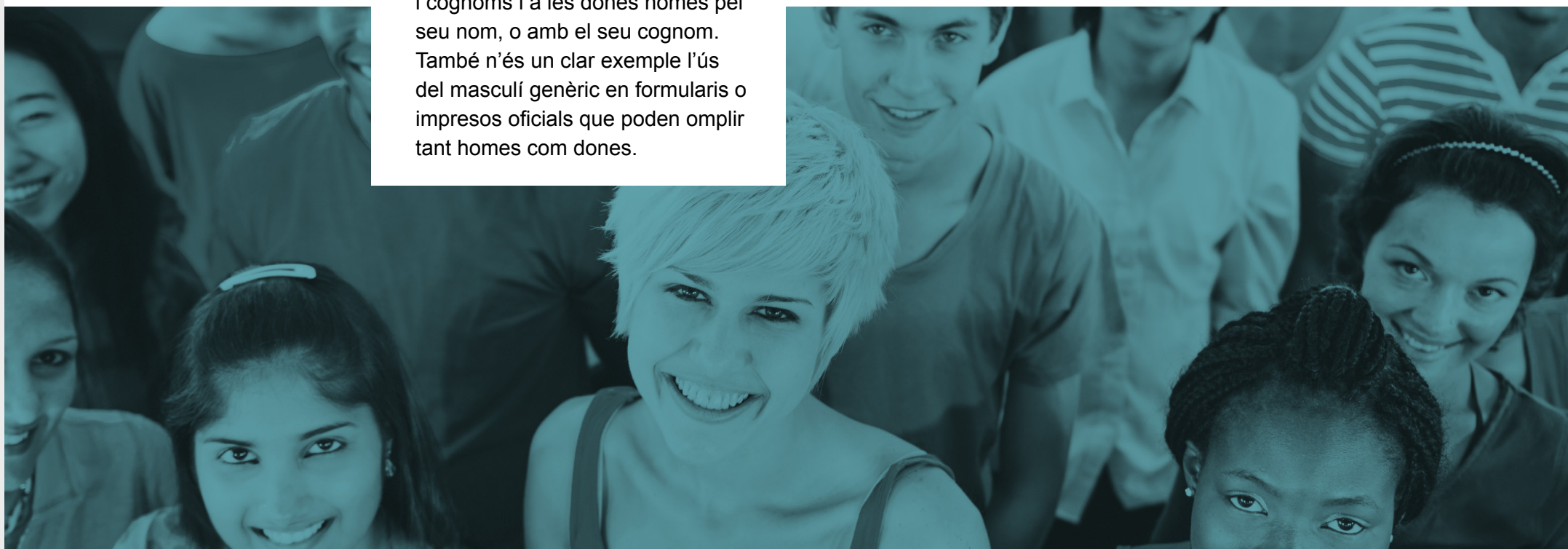
Es refereix a la **diferent designació de dones i homes en l'àmbit social**, fet que pot portar inclús a la invisibilització de les dones. En són exemples l'ús de la presentació "El senyor X i la seva dona", "El senyor i la senyora X". Un altre exemple recurrent és la referència als homes pel seu nom i cognoms i a les dones només pel seu nom, o amb el seu cognom. També n'és un clar exemple l'ús del masculí genèric en formularis o impresos oficials que poden omplir tant homes com dones.

B. Asimetries en la denominació

Apareix quan en un discurs les dones son anomenades pel seu gènere, o en una hipotètica relació de dependència amb els homes. En són exemples: "S'han guardonat dues dones i dos emprenedors", o "a l'oficina hi ha un home i la seva dona que esperen a ser atesos".

C. Asimetries en l'aposiició

Aquelles situacions que anteposen la paraula dona a treballs o feines, cosa que no s'acostuma a fer amb els homes. En són exemples: "les dones professionals", les dones emprenedores". Podem utilitzar les formes "les professionals", "les emprenedores"



4. Recursos per a un ús del llenguatge inclusiu



El llenguatge no es discriminatori i sexista per se, sinó que n'és l'ús que nosaltres en fem. A continuació presentem diversos recursos lingüístics que la nostra pròpia llengua permet i que ens permeten modificar la manera en com ens expressem per tal de visibilitzar les dones i no excloure-les del discurs i la retòrica.

Els següents recursos s'han d'aplicar amb criteri i sempre que encaixin amb el context. Com a norma general, més enllà dels possibles recursos mostrats a continuació, sempre que ens dirigim a una persona en concret hem d'utilitzar el gènere que correspon a la persona.

1. L'ús de genèrics i la paraula persona

En lloc de...	Podem fer servir...
Els autònoms	Les persones autònomes Les autònomes i els autònoms
Treballadors	Persones treballadores / Professionals
Emprenedors	Persones emprenedores
Els homes	Les persones

2. L'ús de paraules que expressen col·lectivitat

En lloc de...	Podem fer servir...
Treballadors	Plantilla, equip
Alumnes	Alumnat
Ciutadans	Ciutadania
Tots	Tothom /Totes i tots

4. Recursos per a un ús del llenguatge inclusiu

3. L'ús de paraules abstractes

(sense fer referència a cap gènere)

En lloc de...	Podem fer servir...
Director	Direcció
Gerent	Gerència
President	Presidència
Secretària	Secretaria

4. L'ús de perífrasis

En lloc de...	Podem fer servir...
Els membres de la comissió	Les persones que conformen la Comissió
Els directius	Les persones que formen part del consell directiu
Els polítics	La classe política

5. Desdoblaments i alterar de manera deliberada el seu ordre d'aparició

En lloc de...	Podem fer servir...
Emprenedors	Els empenedors i les empenedores
Autònoms	Els autònoms i les autònomes
Delegats comercials	Els delegats i les delegades Les delegacions comercials

6. Pronominalització

En lloc de...	Podem fer servir...
Els que vinguin estan convidats al cafè	Qui vingui estarà convidat al cafè
El sol·licitant	Qui sol·liciti
El demandant	Qui presenti la demanda

7. L'ús del vós

L'ús del vós en català presenta la mateixa forma en masculí que en femení, fent-lo un gran aliat del llenguatge igualitari.

En lloc de...	Podem fer servir...
Ens plau convidar-lo a participar	Ens plau convidar-vos a participar

8. L'ús de petits canvis de redacció

a. Canvi del determinant amb marca de gènere per un pronom o un altre determinant que no en tingui: és el cas de tothom, qualsevol, cadascú, ningú, cap, ...

En lloc de...	Podem fer servir...
Els treballadors rebran...	Les persones treballadores rebran
Tots són emprenedors	Tothom és emprenedor

b. Canvi de l'adjectiu o el substantiu per un altre d'invariable

En lloc de...	Podem fer servir...
Alumne	Estudiant
Ciudadans	Habitants
L'expert	Professional

c. Utilització de la passiva reflexa

En lloc de...	Podem fer servir...
Hem de procurar que els treballadors participin més a les formacions	Hem de procurar que es participi més en les formacions
La vacant per la qual va ser entrevistat	La vacant per la qual se us va entrevistar

d. Utilització del verb en lloc de l'adjectiu o el nom

En lloc de...	Podem fer servir...
Cal decidir qui serà el nou coordinador de l'àrea	Cal decidir qui coordinarà l'àrea
No sabem qui seran els participants	No sabem qui participarà

e. Utilització d'adjectius equitatius sense connotació de gènere: és el cas d'infantil, juvenil, humà, professional...

En lloc de...	Podem fer servir...
Els nens participants a Global Money Week	Les nenes i els nens participants a Global Money Week
Els joves viuen una situació de precarietat laboral molt preocupant	La precarietat laboral juvenil és molt preocupant

4. Recursos per a un ús del llenguatge inclusiu

9. Combatre les asimetries

a. Simetria en el tractament

En lloc de...	Podem fer servir...
El senyor Ramón i la senyoreta Marina	La senyora Marina i el senyor Ramón
Tant Aragonès com la Borràs...	Tant la Borràs com l'Aragonès Tant Borràs com Aragonès
Els senyors Garcia (les dones no perden el seu cognom encara que estiguin casades)	La senyora Casals i el senyor Garcia
Al sopar van venir dos anglesos i les seves dones	Al sopar van venir dos matrimonis anglesos

b. Simetria en la denominació

En lloc de...	Podem fer servir...
S'han presentat tres candidats i dues dones	S'han presentat tres candidats i dues candidates

c. Simetria en l'aposiició

En lloc de...	Podem fer servir...
Les dones advocades que porten el cas	Les advocades que porten el cas
Les dones professionals de l'ICF	Les professionals de l'ICF

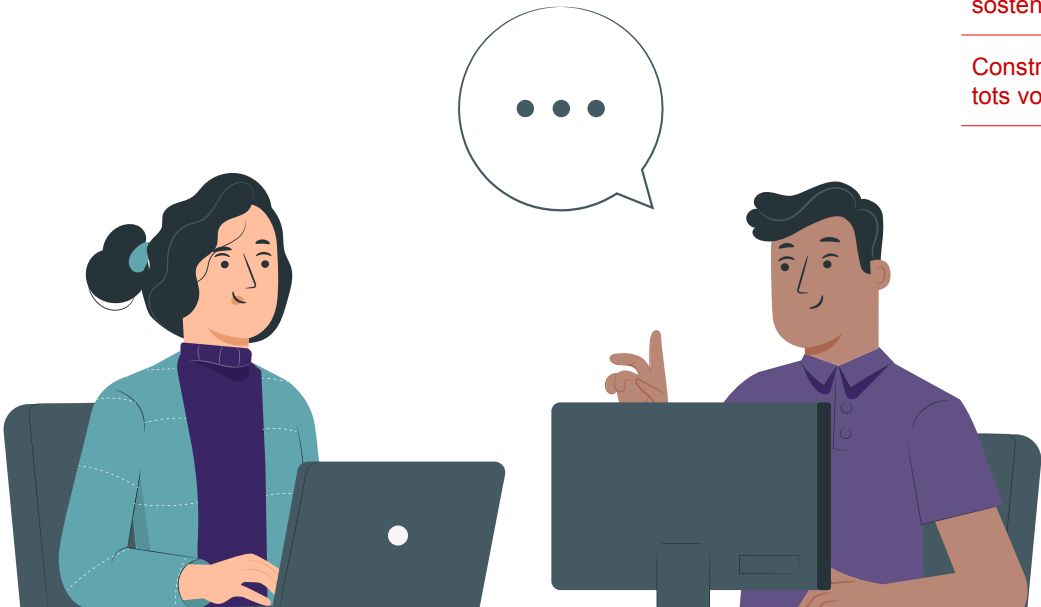
10. L'ús de barres

Se'n recomana el seu ús en contextos limitats com poden ser formularis, ja que dificulta la lectura

En lloc de...	Podem fer servir...
Treballador	Treballador/a
Emprenedor	Emprenedor/a
Usuari	Usuari/a

5. Consells i recomanacions

Consells i recomanacions per un ús del llenguatge inclusiu. Exemples extrets de documents de l'ICF.



Consells per evitar l'ús no inclusiu del llenguatge

Com fem per evitar l'ús del masculí generic?

	R E C O M A N A C I O N S	
	Ús del desdoblament en els casos que es vulgui donar visibilitat al femení	Ús de paraules abstractes i formes genèriques
Autònom.	Autònom i autònoma.	Persona treballadora independent, persona per compte propi.
Els professionals mèdics.	A les professionals mèdiques i als professionals mèdics.	
Els aspirants a emprenedors.	Les persones aspirants a emprenedors i a emprenedores.	Les persones aspirants a exercir l'emprenedoria.
Tres nous vocals independents.	Tres noves vocalies.	
Compromesos amb un futur sostenible.	Compromeses i compromesos.	Tenim un compromís/ Mantenim un compromís.
Construïm junts el futur que tots volem.		Construïm conjuntament el futur que volem.

6. Comunicació escrita

Es deuen aplicar recursos lingüístics inclusius que facin visible l'aportació de les dones i els homes.

En la comunicació interna, tal com **correus electrònics** o **cartes**, per un ús del llenguatge inclusiu **es recomana especialment evitar l'ús del masculí genèric i el signe @** ja que trenca amb les regles gramaticals de l'idioma i és impronunciable. **L'ús de la barra "/" es recomana quan les comunicacions són breus com formularis o sol·licituds.**

En **textos llargs la barra "/" i el desdoblament s'ha d'intentar evitar** (sempre que es pugui) i trobar altres fórmules d'expressió.

Salutacions

Llenguatge no inclusiu	Llenguatge inclusiu
Bon dia, companys	Bon dia. Bon dia companyes i companys.
Hola a tots!	Hola a totes i a tots! Hola a tothom!
Benvolgut company	Benvolgut i benvolguda.
Benvolguts companys	Benvolguts i benvolgudes. Us donem la benvinguda.





Formes de dirigir-se

Llenguatge no inclusiu	Llenguatge inclusiu
A autònoms	A autònomes i autònoms. A persones treballadores independents. A persones treballadores per compte propi.
Als interessats	A qui interessi.
Als inversors	A les inversores i als inversors. Als inversionistes. A persones inversores.
A l'atenció del director	A l'atenció de la direcció. A l'atenció de la directora (en el cas de que hi hagi una dona). Cal visibilitzar el femení en llocs que tradicionalment han sigut ocupats per homes.
A l'atenció del director de Recursos Humans	A l'atenció de la direcció de Recursos Humans.
A l'atenció del conseller	A l'atenció de la conselleria.
A l'atenció dels treballadors de l'ICF	A l'atenció del personal ICF. A l'atenció dels treballadors i treballadores de l'ICF. A l'atenció de la plantilla de l'ICF.
A l'atenció de la secretària de direcció	A l'atenció de la secretaria de direcció.
Als delegats comercials	A les delegades i delegats comercials. A les delegacions comercials.

Comiats

Llenguatge no inclusiu	Llenguatge inclusiu
El director	La direcció.
El conseller	La conselleria.
Salutacions a tots	Salutacions. Salutacions a totes i a tots. Salutacions a tothom.
Gràcies a tots	Gràcies. Gràcies a tots i a totes. Gràcies a tothom.

Sol·licituds i confirmacions

Llenguatge no inclusiu	Llenguatge inclusiu
Les sol·licituds que presentin els interessats	Les sol·licituds que presentin els interessats i les interessades. Les sol·licituds que es presentin.
Els que no compleixin els requisits	Qui no compleixi els requisits
El convidem	Us convidem

6. Comunicació escrita

Ofertes de feina

Llenguatge no inclusiu	Llenguatge inclusiu
Busquem col·laboradors	Busquem col·laboradors i col·laboradores Busquem col·laboracions
Candidats	Persones candidates Les candidatures

Formularis, llistes, gràfics, etc.

Els impresos o documents per emplenar recomanem encapçalar els epígrafs amb fórmules neutres sense variació de gènere.

Llenguatge no inclusiu	Llenguatge inclusiu
El/la sol·licitant	Nom i cognoms
El/la qui subscriu	Qui subscriu



7. Comunicació oral



7. Comunicació oral



Per dirigir-nos en públic cal evitar el **masculí genèric** i **sempre donar visibilització al femení** o **utilitzar expressions neutres inclusives que incloguin ambdós gèneres**. Cal fer ús de paraules neutres o abstractes que evitin estereotips sexistes androcèntrics. En la comunicació oral s'ha de tenir cura de no fer un ús repetitiu del mots com “un” i d'adverbis amb marca de gènere com “molts”. Veiem alguns exemples:

Llenguatge no inclusiu	Llenguatge inclusiu
Benvinguts emprenedors i pimes	Benvingudes i benvinguts emprenedores, emprenedors i pimes. Us donem la benvinguda. Donem la benvinguda a l'emprenedoria i a les pimes (quan l'acte es fa fora de l'entorn de l'ICF).
Estem encantats de presentar	És un plaer poder presentar. Ens complau.
Heu estat convidats	Us han convidat.
El director serà nomenat per	La persona a càrrec de la Direcció serà nomenada.
El consell de direcció serà presidit pel Director	El consell de direcció serà presidit per qui ocupi la Direcció.
La secretaria del Director	La secretaria de la Direcció.
Els delegats comercials rebran...	Les delegades i delegats comercials rebran. La delegació comercial rebrà.
Pocs emprenedors	La minoria de persones emprenedores. La minoria de l'emprenedoria. Poques persones emprenedores.
Molts emprenedors van ser convocats	Es va convocar a moltes persones emprenedores.
Més de la meitat dels treballadors de l'ICF	La majoria de les i els professionals de l'ICF
Els representants de l'ICF a...	Les persones representants de l'ICF a... La representació de l'ICF a ... Qui representa l'ICF a...

8. Comunicació visual/imatge

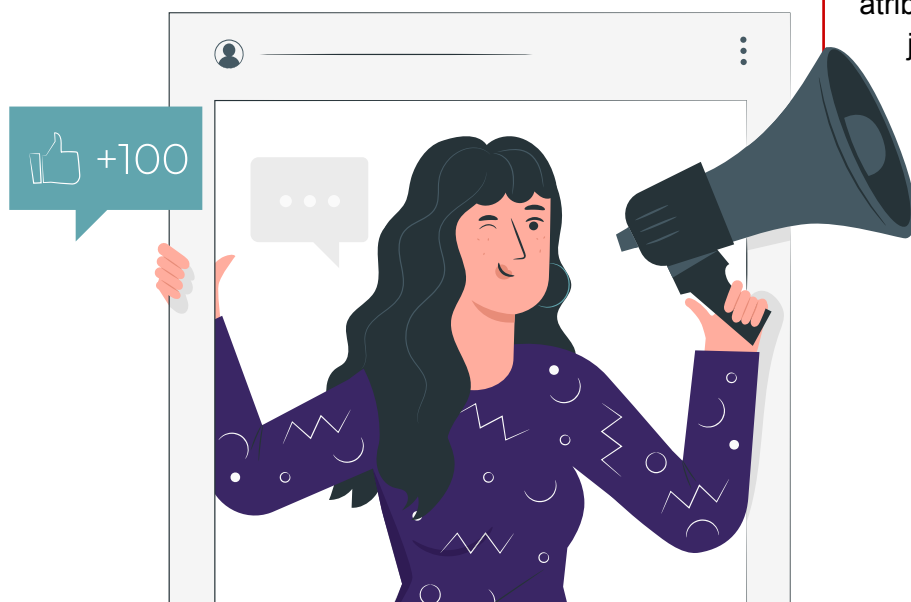
Imatge: És convenient representació paritària dels gèneres en les imatges així com diversitat de persones. És comú que les imatges que acompanyen a textos de qualsevol tipus, protagonitzen campanyes publicitàries o que simplement utilitzem en les nostres presentacions internes estiguin copades per figures masculines, invisibilitzant així al gènere femení. Per a intentar posar-hi solució seria convenient.

1.

Procurar un tracte paritari entre homes i dones en les imatges: freqüència d'aparició, quines accions realitzen les unes i els altres, quins escenaris se'ls atribueixen per raó de gènere, jerarquies en activitats familiars, domèstiques i laborals, de lideratge polític i social, recreatives, esportives, etc.

2.

Evitar la caracterització i valoració estereotipada del masculí i el femení: imatges resultants de judicis de valors estereotipats, emocions i sentiments atribuïts a dones o a homes; patrons de comportament proposats per a homes i dones, colors associats a homes o dones, etc.



8. Comunicació visual/imatge



Butlletí març 2021



Butlletí maig 2021

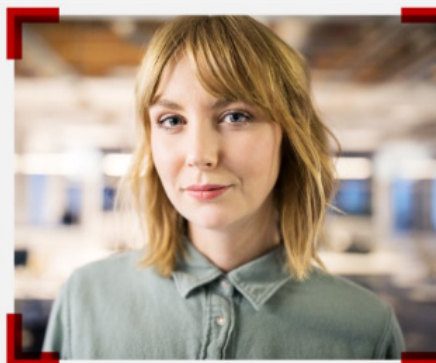
Imatges inclusives des de la perspectiva de gènere

Equiparar la distribució del protagonisme gràfic d'homes i dones: grandària de les imatges i jerarquia de les mateixes en l'estructura del material en qüestió (web, fullet, presentació, anunci, document, etc.).



Imatges de solucions de finançament

**Tenim
el talent**



**i tenim les eines
perquè aquest
talent es mengi
el món.**

Campanya de publicitat de l'ICF

9. Altres eines d'ús no sexista del llenguatge

■ Guia d'usos no sexistes de la llengua en els textos de l'Administració de la Generalitat de Catalunya [aquí](#)

■ Guia de comunicació inclusiva de l'Ajuntament de Barcelona. Disponible en versió Català i Castellà [aquí](#)

■ Guia per a la introducció de la perspectiva de gènere a la comunicació de les administracions públiques de l'Institut Català de les Dones. Disponible [aquí](#)

■ Decàleg d'ús no sexista del llenguatge de l'Ajuntament de Barcelona. Disponible en versió Català i Castellà [aquí](#)

■ Recull de guies per a l'ús no sexista del llenguatge del Ministeri d'Igualtat. Disponible [aquí](#)

■ Manual de documentació bàsica de la Cambra de Comerç de Barcelona en col·laboració amb l'ODEE. Disponible en versió Català i Castellà [aquí](#)

10. Bibliografia

Bejarano, M. T. (2013). El uso del lenguaje no sexista como herramienta para construir un mundo más igualitario. *Revista de Comunicación Vivat Academia*, XV (124), 79–89.

Careaga, P. (2003). El libro del buen hablar. *Una apuesta por un lenguaje no sexista*. Madrid: Plaza Edición.

Violi, P. (1991). *El infinito singular*. Cátedra.



11. Annex. Paraules d'ús freqüent a l'ICF

Annex. Paraules d'ús freqüent a l'ICF

A continuació es llisten les principals paraules que generen conflicte en el marc de l'entorn comunicatiu de l'ICF juntament amb opcions inclusives per al seu ús.

PARAULES	PODEM FER SERVIR...
Adjudicatari	Persones adjudicatàries Persona adjudicatària Adjudicatari o adjudicatària, en funció del gènere de la persona
Autònom	Persones treballadores per compte propi Autònom i autònoma Persones treballadores autònomes
Benvinguts	Us donem la benvinguda Benvinguts i benvingudes Benvingut o benvinguda, en funció del gènere de la persona
Benvolgut	Benvolgut o benvolguda, en funció del gènere de la persona Utilitzar una forma diferent de saludar: un plaer saludar-te, salutacions, ...
Client	Clientela Client i clienta Clients i clientes Client/a Empreses col·laboradores
Conseller	El conseller o la consellera La persona en representació de la conselleria
Delegat comercial	La delegada comercial i el delegat comercial La delegació comercial

PARAULES	PODEM FER SERVIR...
Directius	Persones directives Persones en càrrecs de direcció Directius i directives
Empleat	Professional
Emprenedor	Persones emprenedores Els emprenedors i les emprenedores L'emprenedoria Les persones que inicien un negoci propi
Interlocutor	Persona interlocutora Qui durà a terme la interlocució Interlocutor o interlocutora, en funció del gènere de la persona
Inversors	Les persones inversores Els inversors i les inversores Les empreses inversores
Promotors	Les persones promotores Els promotors i les promotores Les empreses promotores
Usuari	La persona usuària Usuari i usuària Usuari/a

Guia de llenguatge no sexista



Institut Català
de Finances



Generalitat
de Catalunya