



< Lo que no se nombra, no existe >  
Wittgenstein, el *Tractatus Logico Philosophicus*

Kirolean berdintasunerako  
komunikazio gida

Guía para  
una comunicación  
igualitaria en el deporte

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

KULTURA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA

**Egileak / Autoras:**

Ainhoa Azurmendi EcheGARAY  
Maitane Elduaien Queiruga

[www.aventoconsultoria.com](http://www.aventoconsultoria.com)

## ¿Por qué una comunicación igualitaria?

El lenguaje es una de las principales herramientas de comunicación de nuestra sociedad. A través del lenguaje nombramos la realidad, la interpretamos y la construimos simbólicamente.

La sociedad actual está basada en una organización patriarcal que determina los espacios, funciones y actividades que debe desempeñar cada sexo, características que hemos interiorizado en nuestro imaginario social a través del lenguaje, de las imágenes y de los comportamientos. En tanto en cuanto las relaciones sociales han estado dominadas por los hombres y por los valores masculinos, esta subordinación ha sido constantemente transmitida también, a través del lenguaje.

Pero al igual que la sociedad, el lenguaje es un sistema dinámico que va evolucionando para adaptarse a las necesidades de los grupos sociales que lo utilizan. Dado que este proceso es progresivo y no unidireccional, si cambiamos premeditadamente el uso del lenguaje, ello ayudará a cambiar nuestro concepto del mundo y de las relaciones que se establecen entre mujeres y hombres.

## Zergatik berdintasunezko komunikazioa?

Hizkuntza gure gizartean komunikatzeko tresna nagusienetakoa da. Hizkuntzaren bidez errealitateari izena ematen diogu, interpretatu egiten dugu eta sinbolikoki antolatzen dugu.

Egungo gizartea sexu bakoitzaren tokiak, eginkizunak eta jarduerak baldintzatzen dituen antolaketa patriarkalean oinarritzen da. Ezaugarri hauek guztiak gure irudikari sozialean barneratu ditugu hizkuntzaren, irudien eta portaeren bidez. Giza harremanak gizonen eta balio maskulinoen menperatu dituztenez gero, menpekotasun hau etengabe transmititu da hizkuntzaren bitartez.

Baina gizartea lez, hizkuntza, erabiltzen duten gizarteko taldeen beharretara egokitzeko aldatu egiten da. Prozesu hau mailakakoa izan arren ez da noranzko bakarrekoa, beraz hizkuntzaren erabilera apropos aldatzeak munduaz dugun ustea eta emakume eta gizonen artean eratzen diren harremanei buruz dugun ustea aldatzen lagunduko du.

## ¿Por qué en el deporte?

El deporte es un importante espacio de socialización en el que actitudes, valores y comportamientos masculinos y femeninos se encuentran claramente establecidos y diferenciados. En este sentido, la comunicación es una herramienta muy eficaz para romper con los estereotipos preestablecidos y dar paso a un ámbito deportivo basado en la búsqueda de la igualdad de mujeres y hombres.

El hecho de visibilizar a las mujeres que participan, bien como deportistas bien como técnicas o gestoras, ayuda a crear modelos e invita a participar a aquellas que no lo hacen. Asimismo, es una forma de reconocer su implicación en este ámbito y subrayar la importancia de que ambos sexos formen parte del entramado deportivo.

## Zergatik kirolean?

Kirola, jarrera, balio eta portaera maskulino eta femeninoak argi eta garbi ezberdinduta eta ezarrita dituen sozializazio eremua da. Honenbestez, komunikazioa tresna eraginkorra da aldeez aurretik ezarritako estereotipoak apurtzeko eta emakume eta gizonen berdintasunean oinarritutako kirol arloa eratzeko.

Parte-hartzen duten emakumeak bistaratzeak ereduak sortzen laguntzen du (kirolari zein teknikari edo kudeatzaile) eta parte-hartzen ez dutenei bertaratzeko gonbidapena luzatzen die. Halaber, emakumeek eremu honetan duten inplikazioa eta kirol arloan emakume zein gizonen parte-hartzeko garrantzia goraiatzeko modua da.



## **No conviene**

*Realizar un uso androcéntrico del lenguaje: ocultación de la presencia femenina o subordinación de ésta a la masculina*

## **Es aconsejable**

No usar el masculino en un sentido genérico, ni el término hombre(s) para hacer referencia tanto a hombres como a mujeres

“Todos los jugadores  
deben estar federados”

**fórmulas**  
diversas

# 1. Uso de nombres genéricos abstractos

Sustituir el genérico masculino por otros términos con valor genérico real.

Atleta, deportista, equipo, grupo, **colectivo**, alineación, selección, **capitanía**, personas, presidencia, junta directiva, **asambleista**, afición, **familiares**, monitorado, **voluntariado**...



*Los socios del club*

Las personas socias del club

*Los delegados del campo*

La delegación de campo

*El solicitante*

La persona solicitante

*Los deportistas*

El colectivo de deportistas

*Los aficionados*

La afición

*Los alineados*

La alineación

*Los ganadores*

El equipo ganador

*El primer clasificado*

Primer lugar en la clasificación...

*Los voluntarios*

El voluntariado

*Ha aumentado el número de federados*

Ha aumentado el número de licencias federadas

## 2. Uso de dobles formas

Presencia conjunta del femenino y masculino (duplicación)

### *No conviene*

*Abusar de la duplicación porque resulta un lenguaje pesado y repetitivo*

### **Es aconsejable:**

Alternar el uso del femenino y del masculino en el orden



*Los socios del club*

*Los chicos y chicas federados*

*Los aficionados y aficionadas están invitados*

*Los voluntarios informarán a los socios*



Los socios y socias del club  
Los y las socias del club

Los chicos y chicas federadas

Tanto aficionadas como aficionados están invitados

El voluntariado informará a socias y socios

### 3. Cambio de sintaxis en la redacción

Omitir el artículo en los sustantivos neutros que incluyan a mujeres y hombres, así como suprimir los términos que no añadan información.

#### Ejemplos

Qué, **quién**, **quiénes**, frases impersonales, **frases pasivas**



*Los cruces de los ganadores serán en marzo*

Los cruces entre quienes obtengan el primer puesto...

*La federación pondrá a disposición de los federados que soliciten*

La federación pondrá a disposición de quienes soliciten

*Todos aquellos que estén federados*

Aquellas personas que estén federadas

*En caso de estar lesionado rellena el parte*

En caso de lesión...

*Los demás jugarán una liguilla*

El resto jugará una liguilla

*Los menores de 18 años precisan consentimiento paterno*

Quienes sean menores de 18 años precisan consentimiento de su madre o padre

*Se recomienda a los deportistas ingerir hidratos de carbono...*

Recomendamos ingerir hidratos...



## 4. El uso de las barras

Incluir constantemente tanto el masculino como el femenino mediante el uso de barras.

### ***No conviene***

*Abusar de este recurso, sobre todo en textos o redacciones largas*

### **Es aconsejable:**

Para documentos administrativos (formularios, fichas, trípticos, impresos de solicitud,...)

La/el interesada/o, el/la jugador/a, estimados/as amigos/as, tutor/a responsable, la/el asegurada/o...

## 5. El uso de la @

La @ no es un signo lingüístico. Aunque puede ser válido como último recurso, hoy en día no se considera una alternativa apropiada.



Euskarak ez du genero gramatikalik eta honek hizkuntzaren erabilera diskriminatzailea egitea saihesten du hein handi batean. Hala eta guztiz ere, badira kontuan hartu beharreko beste neurri batzuk:

- **Gizon, gizaseme** eta **gizonezko** soilik gizonezkoentzako erabiliko ditugu; **gizaki eta giza** osagaiaren eratorriak, aldiz, bientzako.
- **-lari** atzizkia egokia da hitz konposatuetan erabiltzeko (legegizon ordez, **legelari**)
- Euskarak dituen bokatiboak erabili: **jaun-andre** (ezezaguna denean),  
**seme-alabak, anai-arrebak,...**
- Itzulpenekin kontu handia izan behar da, ez baita beharrezkoa gaztelanian erabiltzen diren estrategia berberak erabiltzea:

**Adibidez:** La **juventud** cada vez practica menos deporte

**Gaztediak** gero eta kirol gutxiago egiten du

**Gazteek** gero eta kirol gutxiago egiten dute

Irudiek kirol arloko aniztasuna eta pluraltasuna islatu behar dute, estereotipaturiko rol sozialak ekidin eta emakumeen itxura eta irudi egokia azalduz.



*persona pasibo edo modu estereotipatuan...  
como personas pasivas o de forma estereotipada...*



Las imágenes deben reflejar la diversidad y pluralidad del ámbito deportivo, visibilizando también a las mujeres y mostrando su imagen de forma adecuada, evitando roles sociales estereotipados.



...protagonista eta ekintza ezberdinak burutuz  
...como protagonistas y diversificando las actividades



## Ondorioa

Borondatea gauzak **aldatzeko** funtsezko balioa da; nahi badugu hizkuntza eta irudiak **aldatu** ditzakegu, aldi berean errealitatea **aldatuz**.



## Conclusión

La voluntad es el cimiento para **cambiar** las cosas; si queremos, podemos **cambiar** el lenguaje y las imágenes, y así, **cambiar** la realidad.

# Manuales

“El lenguaje, más que palabras”:

[www.emakunde.es/images/upload/lenguaje\\_c.pdf](http://www.emakunde.es/images/upload/lenguaje_c.pdf)

“Mujeres en red”:

[www.mujiresenred.net/lenguaje.html](http://www.mujiresenred.net/lenguaje.html)

# Recursos

“Nombra en red”:

[www.mtas.es/mujer/programas/educacion/materiales/lenguajenosexista.htm](http://www.mtas.es/mujer/programas/educacion/materiales/lenguajenosexista.htm)

## A

Adversario / Adversaria

Aficionada/ Aficionado

Afición: *com*.\*

Ajedrecista: *com*.

Alineado / Alineada

Alpinista: *com*.

Alumno / Alumna.

Alumnado: *com*.

Amateur: *com*.

Amazona / Jinete

Aprendiz: *com*.

Árbitro / Árbitra

Asistente: *com*. El femenino “asistenta” tiene otro significado: 1. criada. 2. coloquialmente, mujer del asistente.

Atleta: *com*.

## B

Baloncestista: *com*.

Balonmanista: *com*.

Biker: 1. persona aficionada a las motocicletas.

2. ciclista de montaña. *com*.

Bloqueador / Bloqueadora

Buldero / Buldera

## C

Caballero / Dama

Cadete: *com*.

Campeón / Campeona

Capitán / Capitana

Centrocampista: *com*.

Ciclista: *com*.

Clasificada / Clasificado

Competidor / Competidora

Corredor / Corredora

Cronometrador / Cronometradora

Cronometrista: *com*.

## D

Dama / Caballero

Deportista: *com*.

Defensor / Defensora



Delegación: *com.*

Delegada / Delegado

Diestro / Diestra

Directiva / Directivo

## E

Entrenador / Entrenadora

Esprinter: *com.*

## F

Federada / Federado

Firmante: *com.*

Fisioterapeuta: *com.*

Fondista: *com.*

Futbolista: *com.*

## G

Ganador / Ganadora

Gerenta / Gerente

Gestor / Gestora

Gimnasta: *com.*

Goleadora / Goleador

## J

Jinete / Amazona

Jóvenes: preferible usar juventud: *com.*

Judoka: *com.*

Juez / Jueza

Jugador / Jugadora

Juvenil: *com.*

## K

Karateka: *com.*

## L

Levantador / Levantadora

Lesionada / Lesionado

Líder: *com.*

Linier: *com.*

## M

Miembro: *com.*

Monitor / Monitora.

Montañera / Montañero.

Montañista: *com.*



## N

Nadador/ Nadadora

## O

Ojeador /Ojeadora

## P

Participante: *com.*

Pateador / Pateadora

Patrón / Patrona

Patrocinador / Patrocinadora

Pelotari: *com.*

Piragüista: *com.*

Presidenta / Presidente

Púgil: *com.*

## R

Recogepelotas: *com.*

Recordman / Recordwoman

Remera / Remero

## S

Secretario / Secretaria

Selección: *com.*

Seleccionada / Seleccionado

Seleccionador / Seleccionadora

Senior: *com.*

Solicitante: *com.*

Suplente: *com.*

## T

Técnica / Técnico

Tenista: *com.*

Tesorero / Tesorera

Trabajador / Trabajadora

Triunfador / Triunfadora

## U

Ullera / Ullero

## V

Vencedor / Vencedora

Veterana / Veterano

Voleísta: *com.*

## Z

Zaguero / Zaguera

\* *Com.*: Común para ambos sexos.



FUENTE GLOSARIO:  
Elaboración propia a partir de Recaredo, A.  
(2003): "Diccionario Espasa de términos  
deportivos". Madrid: Espasa Calpe.

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

KULTURA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA