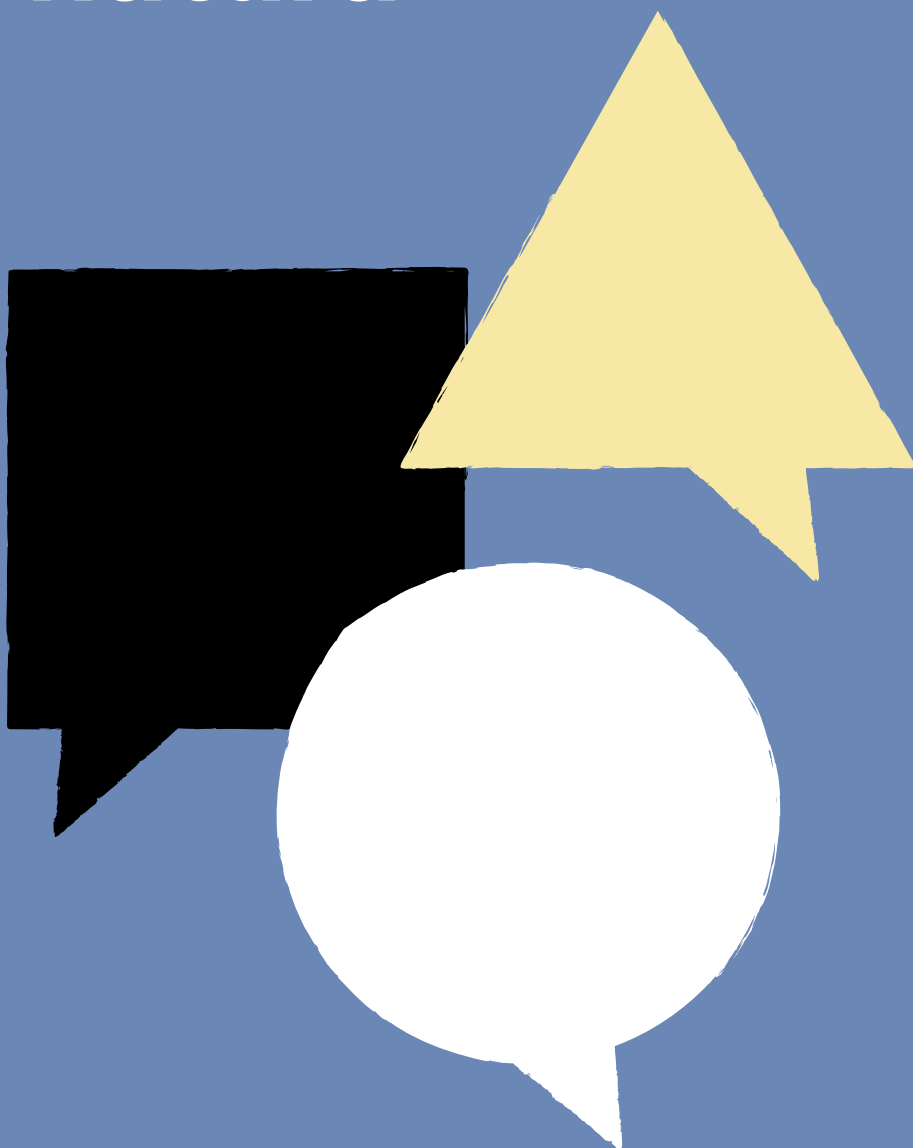


# Català inclusiu i natural



**L'Apòstrof**

EN CONSTRUCCIÓ PERMANENT

Data d'edició: novembre de 2021

Autoria: L'Apòstrof, SCCL

[www.apostrof.coop](http://www.apostrof.coop)

C. Casp, 43, baixos. 08010 Barcelona

Dipòsit legal: B 17816-2021



**Aquesta obra està sotmesa a una llicència de  
Reconeixement - No Comercial - Compartir**

Igual 4.0 Internacional de Creative Commons: és a dir, sou lliures de compartir el material a través de qualsevol mitjà, i adaptar-lo i crear-ne de nou a partir d'aquest. Per fer-ho, caldrà reconèixer-ne l'autoria, no fer-ne cap ús comercial i difondre les noves creacions amb la mateixa llicència CC que aquesta obra original.

Podeu consultar la llicència a:  
[creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.ca](http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.ca)

# Índex

<b>Introducció</b>	4
<b>1. La comunicació inclusiva</b>	6
1.1 Què és la comunicació inclusiva	8
1.2 El sexisme i l'androcentrisme en la llengua catalana	8
1.3 Els problemes del masculí genèric	10
1.4 Les llengües, en procés de canvi	16
<b>2. Recomanacions per a un català inclusiu</b>	20
2.1 Evitem l'androcentrisme	24
2.2 Evitem el sexisme	43
2.3 Evitem el classisme, el racisme, l'LGTBI-fòbia, el capacitisme i l'estigma	46
<b>Bibliografia</b>	52

---

# Introducció

---

# Sí, amb la comunicació inclusiva contribuïm a canviar el món

Com a correctores, traductors, filòlogues, editors, dissenyadores i periodistes, les persones que formem la cooperativa L'Apòstrof sempre hem pensat que teníem la responsabilitat de contribuir a la construcció d'una societat més justa i igualitària.

Una de les vies per materialitzar aquesta responsabilitat ha estat promoure l'anomenada comunicació inclusiva o igualitària a la nostra feina. Perquè com a professionals de la paraula i la imatge que som, podríem menystenir o invisibilitzar les dones i altres grups humans discriminats, és a dir, la majoria de la població, i reforçar així aquesta societat patriarcal, classista i racista que no ens agrada, o bé tractar de representar tothom en igualtat i amb respecte, i contribuir a transformar-la, que és el que intentem fer.

*Català inclusiu i natural* és conseqüència d'aquesta feina i d'aquesta voluntat. Es tracta d'un document centrat en el llenguatge inclusiu que, d'una banda, repassa els usos, estructures i convencions sexistes, androcèntriques i similars que encara perviuen en el català, com en la majoria de les llengües, i que, de l'altra, recomana maneres per evitar-les.

El moment triat per publicar aquesta petita obra no és casual. D'una banda, hem hagut d'esperar a tenir prou coneixement sobre aquest tema mitjançant les nostres tasques docents, de correcció, traducció i edició que s'hi relacionen. De l'altra, no volíem ajornar més la feina de sistematitzar i publicar aquest coneixement en vista de la virulència que darrerament han adquirit alguns atacs contra el llenguatge inclusiu.

De vegades les crítiques estan fonamentades per la inconsistència d'algunes alternatives proposades com a llenguatge inclusiu o per la poca qualitat d'alguns textos presentats com a tals. Certament, escriure en llenguatge inclusiu requereix formació i pràctica. Ara bé, en altres ocasions les crítiques són, al nostre parer, exagerades fins a arribar a la demagògia o directament fal·laces, sovint neguen els trets androcèntrics i sexistes de la llengua, i no aporten cap solució al reclam d'una part creixent de dones i persones no-binàries que senten que hi ha expressions i formes lingüístiques que les discriminen, una percepció que és compartida també, fins i tot, per una part d'homes.

Si aquest document que ara us presentem contribueix a generar un debat constructiu i serà sobre la comunicació inclusiva, doncs benvingut sia, però no és l'objectiu. L'objectiu és més pràctic: posar a disposició de totes les persones i organitzacions que tenen clar que a vegades ens expressem, sovint inconscientment, de manera ofensiva o exclouent els recursos lingüístics necessaris per a evitar-ho.

---

# 1. La comunicació inclusiva

---

“Hi ha paraules que expressen  
el poder d'excloure;  
d'altres, la voluntat d'incloure”

Agnes Callamard, responsable d'Amnistia Internacional,  
frase extreta de “Lo femenino en la lengua: sociedad, cambio y  
resistencia normativa. Estado de la cuestión”.  
Mercedes Bengoechea

---

# 1.1 Què és la comunicació inclusiva

Podem definir la comunicació inclusiva o igualitària com aquella forma d'ús del text i de la imatge que busca que tots els grups humans se sentin igualment representats i que aquesta representació sigui digna.

De vegades ens expressem amb paraules i imatges que oculten, subordinen o denigren determinats grups humans, fruit sovint d'una interiorització inconscient i normalitzada de la ideologia social dominant, que és patriarcal, classista i racista, per esmentar només els principals eixos de dominació en les societats actuals.

Centrant-nos de moment en el caràcter patriarcal de la comunicació i de la societat, advertim que a partir de la dècada de 1980 es multipliquen els estudis que tracten de la discriminació de les dones en la llengua i la seva influència en el pensament. La majoria els escriuen feministes universitàries a partir del camp assaonat que proporcionaven les investigacions sobre sociolingüística i sociologia del llenguatge iniciades per William Labov un parell de dècades abans.

Són estudis que parteixen d'una triple presumpció. La primera és que la llengua és un reflex de la societat patriarcal que la fa i, per tant, té característiques sexistes i androcèntriques. La segona és que la llengua no sols reproduceix la realitat, sinó que també la produeix en la mesura en què influeix en la percepció, les actituds i els comportaments de les persones. I la tercera presumpció és que, expressant-nos d'una manera més igualitària, contribuïrem a fer també més igualitària la societat.

La llengua no sols reproduceix la societat patriarcal que la fa, sinó que també la produeix. Expressant-nos d'una manera més igualitària, contribuïrem a fer també més igualitària la societat.

# 1.2 El sexisme i l'androcentrisme en la llengua catalana

Aclarim abans de continuar que no entenem ben bé el mateix per sexisme que per androcentrisme. Seguint Eulàlia Lledó, una de les investigadores més importants dels biaixos sexistes i androcèntrics de la literatura i la llen-



## LA LLENGUA NO CANVIA EL MÓN, PERÒ HI AJUDA

La comunicació inclusiva és necessària per assolir la igualtat de gènere i construir un món no patriarcal, necessària però no suficient. Un dels principals arguments que s'esgrimeixen darrerament contra el llenguatge inclusiu, en concret contra el llenguatge no sexista ni androcèntric, consisteix a afirmar que fins ara el llenguatge inclusiu no ha aconseguit millorar la situació social de les dones i que, per tant, abans de pretendre canviar la llengua hauríem de canviar el món. Podem trobar aquest raonament fins i tot al subtítol del llibre col·lectiu *Som dones, som lingüistes, som moltes i diem prou*, editat a cura de Carme Junyent (Eumo Editorial, 2021): *Prou textos incoherents i confusos. Canviem el món i canviarà la llengua*.

Naturalment, la construcció d'una societat més justa i igualitària no depèn tan sols de modificar algunes normes i usos lingüístics. No hem sentit mai ningú que defensés tal ingenuïtat. Posar fi al patriarcat depèn de molts altres factors: econòmics, socials, polítics, culturals...; però entre aquests factors, com un més, hi ha també la nostra manera d'expressar-nos. La llengua és part d'aquest món (patriarcal) que volem canviar i, si avui dia i malgrat les resistències, el català ja té més en compte les dones (per exemple, feminitzant els noms de càrrecs i professions) és precisament perquè, a les últimes dècades, aquestes s'han empoderat (un neologisme creat precisament per una xarxa de grups de dones el 1985), han ocupat l'espai públic i, a través de la lluita feminista, han aconseguit les seves primeres victòries en el llarg camí per desterrar el masclisme i guanyar "la meitat del cel".

D'altra banda, les llengües evolucionen contínuament; la llengua catalana fa mil anys que canvia, abans que res per l'ús social però també, durant els darrers cent anys, pel paper normativitzador de l'Institut d'Estudis Catalans. La darrera gramàtica de l'IEC modifica, per exemple, molts aspectes de la llengua i ningú no fa escarafalls de la gran majoria d'aquestes modificacions.

gua, l'androcentrisme seria la consideració que l'home constitueix el centre del món i el patró per a mesurar qualsevol cosa, mentre que el sexisme seria la desvaloració d'un sexe/gènere –femení, no-binari o masculí–, mitjançant expressions basades en estereotips i prejudicis que el discriminen. És a dir, l'androcentrisme menysté les dones i les persones amb identitat no-binària implícitament, invisibilitzant-les, mentre que el sexisme les menysté explícitament, i també les persones LGTBI, subordinant-les als homes o pensant-los un estereotip o un prejudici.

En la llengua catalana, els principals trets lingüístics sexistes o androcèntrics que s'acostumen a assenyalar són els següents:

- a) els adjectius o noms pejoratius tan sols existents en femení o amb un sentit més negatiu quan es refereixen a dones;

- b) els criteris diferents a l'hora d'escriure cognoms, aposicions i tractaments;
- c) les resistències a crear substantius femenins que designin càrrecs i professions;
- d) l'ordre habitual d'exposició, primer el masculí i després el femení (“homes i dones”, “pares i mares”...), si no és per “cortesia” (“senyores i senyors”);
- e) la prevalença del masculí en qualsevol enumeració de subjectes de gèneres diferents, independentment de la seva quantitat o de la seva proximitat a l'adjectiu o el determinant (“En Toni, la Irene, la Neus, la Marta i l'Olga són infermers”);
- f) la doble funció del masculí gramatical, que té tant una funció específica (els individus masculins) com genèrica (qualsevol individu, de qualsevol sexe). El masculí en funció genèrica serveix per a designar:
  - f1) Una classe d'individus (una professió, un origen, una característica..., fins i tot l'espècie humana). Per exemple: “Ser mestre és de les feines més boniques que hi ha”, “Un musulmà no menja porc”, “L'home és un mamífer”...
  - f2) Un grup de persones de diferents sexes. Per exemple: “els metges de l'hospital”, “els cosins de la Maria”, “els treballadors de l'empresa”...

Fixem-nos que els trets *a* i *b* tenen a veure amb el lèxic, mentre que *c*, *d*, *e* i *f* amb la morfologia. Els primers són senzills de canviar i les persones usuàries de la llengua tenen a l'abast formes o expressions alternatives, tal com veurem més endavant. Pel que fa a *c*, és a dir, la feminització de professions i càrrecs, avui dia és pràcticament total i la normativa l'avalua; per tant, ara el repte més important és vetllar perquè l'oposició a la feminització manifestada encara per algunes persones no faci recular aquesta conquesta de les dones. Quant a *d* i *e*, es poden modificar fàcilment, tal com sovint ja es fa de manera espontània. Finalment resta *f*, és a dir, la doble funció que s'atribueix al masculí gramatical, que tant serveix per a designar els individus mascles com tots els individus (masculí genèric). Aquesta és, sens dubte, la característica androcèntrica del llenguatge més difícil d'esquivar i la que suscita més polèmica.

## 1.3 Els problemes del masculí genèric

Al nostre parer, el problema més greu del masculí és que compleix dues funcions alhora: una d'específica (referir-se només a individus mascles) i una altra de genèrica (referir-se en singular a qualsevol persona de la qual

desconeixem el sexe/gènere i en plural a totes les persones d'una determinada classe o grup).

## 1. Ocultar les dones en el discurs i afavorir el pensament androcèntric

Les paraules ens susciten representacions mentals; si anomenem les persones sobretot en masculí, la representació mental que ens farem de la societat serà també masculina, ja que allò que no s'anomena no existeix. Comprovem-ho, si no. Si preguntéssim a gent del carrer quina imatge els ve al cap quan els diem la frase “Els nois juguen al pati de l'escola” o “Els juguen al pati de l'escola”, la majoria la representaria amb tot de nens (mascles) jugant. El resultat és que les noies haurien desaparegut de la representació que ens fem d'un pati d'escola.<sup>1</sup> Si en canvi diem simplement “Els nois i les noies juguen al pati de l'escola”, la gran majoria de persones ens descriuran una imatge que inclourà també les noies jugant.

Vegem un segon exemple: quina imatge mental ens ve al cap quan sentim o llegim la frase: “En el paleolític, l'home s'alimentava sobretot de la caça”? Segurament un grup d'homes barbuts armats amb llances intentant caçar un animal salvatge. Novament la frase haurà fet desaparèixer les dones. Fàcilment, qui l'escolti o la llegeixi pot pensar que, en les societats del paleolític, les dones no caçaven, sinó que devien estar esperant a la cova que els homes portessin el mamut caçat per cuinar-lo, un pensament que, a més de ser fals, reforça els rols que la ideologia patriarcal atribueix a dones i homes.

I posem un darrer exemple. Si, a propòsit d'un incendi forestal, llegim al diari que probablement va ser causat per la burilla llençada per un conductor en un voral de la carretera, quina representació mental ens farem d'aquest conductor, hi veurem una dona o un home? El més segur és que hi veiem un home. I és normal, el fet que el masculí gramatical serveixi per a representar qualsevol persona, sigui home, dona o persona no-binària, i al mateix temps tan sols l'home (mascle), ens fa decantar inconscientment a veure-hi homes (mascles).

El problema més greu del masculí és que compleix dues funcions alhora: una d'específica (referir-se només a individus mascles) i una altra de gènérica (referir-se en singular a qualsevol persona de la qual desconeixem el sexe/gènere i en plural a totes les persones d'aquella classe o grup).

1. S'han fet estudis amb la llengua anglesa sobre la interpretació que la gent dona al pronom *he*, que teòricament funciona també com a genèric, i els resultats són conclouents: qui llegeix tendeix a assumir que l'escrit es refereix a un home. Pinker, Steven. *El sentido del estilo*. Pàg. 289. Ed. Capitán Swing, 2019.

## 2. Generar ambigüïtat o falses interpretacions

Per exemple, quan llegim un text com, “El curs passat, les notes mitjanes dels nens van baixar en gairebé totes les assignatures, però sobretot en llengua i matemàtiques, mentre que només van augmentar en educació física, si les comparem amb el curs 2019. En canvi, les notes mitjanes de les nenes van ser semblants...”, fins a quatre línies més avall no hem pogut verificar que “nens” es feia servir en aquella frase en funció específica, no pas genèrica com en altres ocasions. Durant una estona hem dubtat sobre a qui feia referència la notícia o bé ens pensàvem que es referia a tots els infants.

Un altre exemple. Com interpretem la frase: “Moltes candidates a l’estudi abandonen perquè se senten observades per dos investigadors”? Les candidates es posen nervioses perquè dos homes, una dona i un home o dues dones..., tant és, les observen (pressuposem que “investigadors” fa aquí de masculí genèric), o bé es posen nervioses perquè són dos homes mascles (pressuposem que “investigadors” fa aquí de masculí específic)? No ho sabem. Amb frases d’aquesta mena ens hi trobem sovint.

## 3. Atorgar als homes la representació del conjunt de l’espècie humana

Per exemple, malgrat que el 75% de professionals de l’ensenyament a casa nostra són dones, la norma diu que el substantiu que representa el conjunt “mestres” ha de ser “els mestres”. Es considera que el nom que serveix per a anomenar el subconjunt dels individus masculins de l’espècie o d’un grup determinat ha de servir també per a anomenar tot el conjunt d’éssers humans o els del grup en qüestió, fins i tot quan el subconjunt masculí és clarament minoritari dins d’aquest grup.

## 4. Incloure les dones en circumstàncies en què estan absents

Per exemple: “L’Alcorà dicta normes per als musulmans, que poden tenir fins a quatre esposes”, “Els antics egipcis vivien a la riba del Nil, on les seves dones rentaven la roba” o “Selectivitat: Milers de nois s’estan jugant en aquests moments el seu futur. Sense ni tan sols haver fet la mili...”<sup>2</sup>. Malgrat el que podia semblar a primera vista, qui va dir o va escriure aquestes oracions no incloïa les dones; sota un fals masculí genèric, en realitat només pensava en homes mascles. És l’operació que Álvaro Garcia Messeguer va

---

2. Traduït del castellà, notícia apareguda a *El País*, 11 de juny de 1991, Joaquín Vidal. Esmentada per Mercedes Bengoechea a *Sexismo y androcentrismo en el lenguaje público de la empresa*.

anomenar “salt semàntic” i que definí així: “S’incorre en salt semàntic quan un parlant o escriptor fa servir un mot de gènere masculí en el seu sentit genèric i construeix sobre aquest una primera frase el significat de la qual convé a tots dos sexes; i, més endavant en el mateix context, repeteix l’ús d’aquest mot masculí (de manera explícita o implícita), però aquesta vegada en el seu sentit específic, és a dir, referit a home exclusivament.”<sup>3</sup> Tal com afirma Messeguer mateix, “el salt semàntic és una de les formes més subtils de discriminació, ja que contribueix de manera subliminal a reforçar la creença que ser home mascle i ser persona és la mateixa cosa, mentre que ser dona és una cosa específica”<sup>4</sup>.

## 5. Ocasionar problemes de comprensió

Si a la porta d’un restaurant llegim un cartell que diu “Busquem cuiner”, què hem d’entendre que busquen: un home cuiner o bé qualsevol professional de la cuina, qualsevol que sigui el seu sexe? Senzillament, no ho podem saber. Si qui llegeix el cartell és un cuiner que cerca feina, no dubtarà a entrar-hi. Tant és com interpreti el sentit del substantiu “cuiner”, en sentit genèric o en sentit específic, que sempre l’encertarà. Si, en canvi, qui llegeix el cartell és una cuinera, no sabrà què fer i, si hi acaba entrant, es pot trobar que li diguin que el restaurant vol un cuiner que sigui home, que ja ho diu, el cartell. Per tal que la dona pugui entrar al restaurant amb la mateixa seguretat que l’home, el cartell s’hauria d’haver escrit en llenguatge inclusiu: “Busquem cuiner o cuinera” o “Busquem cuiner/a”.

Al setembre del 2021, la Generalitat va obrir la convocatòria de 250 places de bomber i bombera. L’anunci radiofònic ho deia precisament així, “bomber i bombera”, i encara que algú se’n pogués riure perquè parlava de “bombera”, creiem que fer aquest desdoblament era molt important per deixar clar que les dones també hi podien optar, més encara en una professió masculinitzada com aquesta.

Els problemes de comprensió que sovint provoca aquest doble ús del masculí gramatical (equivalent a individus masculins i alhora a qualsevol individu de qualsevol sexe) s’accentuen en les nenes i els pot provocar inseguretat. Tal com explica la lingüista Rosa Estopà, a P5, les nenes no se senten identificades amb el masculí genèric, ja que atribuir al masculí la representació també dels

3. *García Messeguer, A. ¿Es sexista la lengua española? Una investigación sobre el género gramatical.* Paidós, 1994.

4. “Salto semántico en Rusia”, al web de l’Instituto Cervantes, 3 de març de 2003. Disponible a Internet.

subjectes femenins no és pas una qüestió innata, sinó una regla gramatical que encara no se'ls ha ensenyat<sup>5</sup>.

## MASCULINS GENÈRICS PERILLOSOS

Eulàlia Lledó explica que, cap al 1848, a les franceses que es volien inscriure a les llistes electorals, els van dir que no podien fer-ho perquè l'article de la Declaració dels Drets de l'Home i el Ciutadà deia: "són electors tots els francesos", i... l'expressió "francesos" s'havia d'entendre com "tots els mascles que tenien la ciutadania francesa", i que aquesta mateixa interpretació va estar també vigent al Canadà en totes les lleis a partir de 1867 (*De llengua, diferència i context*. Institut Català de les Dones, 2007).

Ana María Bejarano, professora de llengua i literatura hebrees de la Universitat de Barcelona, recull una situació similar amb els rabins jueus, els quals van excloure les dones de l'estudi de la llengua hebrea, perquè el versicle bíblic del Deuteronomi 4,9, diu: "Instruiràs els teus fills" (Vegeu "Mort i vida estan en mans de la llengua (Proverbis,18.21)", p. 251, a Carme Junyent. *Som dones, som lingüistes, som moltes i diem prou*, Eumo Editorial, 2021).

Possiblement aquestes interpretacions del masculí (pretesament) genèric s'han donat moltes altres vegades al llarg de la història. Simptomàtic d'això és que, vers el segle III, el jurista romà Domici Ulpia (Tir?, 170? - Roma, 228) recomanés fer el desdoblament lingüístic entre dones i homes en els textos jurídics per evitar males interpretacions (Vegeu: Rubio, Ana. "Perspectivas bioéticas. El lenguaje y la igualdad efectiva de mujeres y hombres", *Revista de bioética y Derecho*. 2016; 38: 5-24).

Aquí sembla avinent recordar la conversa entre Àlícia i Humpty Dumpty, a *Àlícia a través del mirall*:

–"Quan jo faig servir una paraula –va insistir Humpty Dumpty amb un to de veu més aviat de menyspreu– vol dir el que vull que digui..., ni més ni menys.

–La qüestió és –va insistir Àlícia– si es pot fer que les paraules signifiquin tantes coses diferents.

–La qüestió –va tallar Humpty Dumpty– és saber qui mana. Això és tot."

5. No oblidem que ens construïm com a subjectes a través de la paraula; si les altres persones no ens anomenen, la construcció de la subjectivitat i, per tant, de la identitat trontolla. Estopà diu: "En aquestes edats tan primerenques de l'aprenentatge d'una llengua les nenes no es senten identificades en el masculí genèric. Per què? Doncs justament perquè no es tracta d'una qüestió innata, sinó d'aprenentatge d'unes regles gramaticals." Estopà, Rosa, "Els científics o les científiques o simplement els científics? Tot depèn del context!", a *Som dones, som lingüistes, som moltes i diem prou*, edició a cura de Carme Junyent (Eumo Editorial, 2021): *Prou textos incoherents i confusos. Canviem el món i canviarà la llengua*.

## 6. Cometre errors de concordança de gènere que rarament es detecten o generar dubtes sobre aquesta concordança

Sovint es cometen errors de concordança de gènere que passen desapercebuts o que no es corregeixen invocant que es tracta del masculí genèric.

Per exemple, la frase “Qualsevol persona que utilitzi els nostres serveis pot fer-se *soci* de l’entitat” és incorrecta; hauria de ser: “Qualsevol persona que utilitzi els nostres serveis pot fer-se *sòcia* de l’entitat”.

“Després d’elaborar un qüestionari semiestructurat, vam preguntar a persones amb discapacitat intel·lectual sobre les seves experiències d’estigma. *Molts* van reconèixer rebre un tracte discriminatori; per exemple, deien que la gent se’n reia o que *els* tractava com si fossin criatures” conté dos errors de concordança de gènere, hauria de dir: “Després d’elaborar un qüestionari semiestructurat, vam preguntar a persones amb discapacitat intel·lectual sobre les seves experiències d’estigma. *Moltes* van reconèixer rebre un tracte discriminatori; per exemple, deien que la gent se’n reia o que *les* tractava com si fossin criatures”.

Són només dos exemples d’ús incorrecte del masculí genèric, un error molt freqüent i poc esmenat.

Fixem-nos ara en la frase següent. Si diem “Josep Carner és un dels escriptors més importants de la literatura catalana”, tothom sobreentén que comparem Carner no sols amb la resta d’escriptors, sinó també d’escriptores; però si intentem expressar la mateixa apreciació amb Mercè Rodoreda, aleshores segons la normativa haurem d’ignorar la seva condició de dona i dir “Mercè Rodoreda és un dels escriptors més importants de la literatura catalana”, la qual cosa, a més, ens farà incórrer en un error de concordança, ja que un substantiu femení exigeix un determinant també femení (*una*). Probablement, la millor solució sigui emprar un substantiu epicè, és a dir, que designa els diferents sexes mitjançant un únic gènere gramatical, i dir, per exemple: “Mercè Rodoreda és una dels figures més importants de la literatura catalana”. Si no existís aquest nom epicè, podríem fer servir el desdoblament, és a dir: “Mercè Rodoreda és un dels escriptors i escriptores més importants de la llengua catalana”.

Aquest darrer exemple evidencia els problemes no sols semàntics, sinó també gramaticals del masculí en funció genèrica.

## 1.4 Les llengües, en procés de canvi

La percepció que el llenguatge margina les dones ve de lluny. En el cas de la llengua anglesa, Joan Solà ens explica com ja al segle XVI hi havia qui utilitzava *they, their, them*, en lloc dels singulars *he* o *she* per aquesta raó<sup>6</sup>. Sabem també que a la França dels anys posteriors a la Revolució de 1789 hi va haver dones que van demanar, parafrasejant-les, “que la gramàtica no considerés més digne un sexe que l’altre, perquè tots dos eren igualment nobles”<sup>7</sup>.

A partir de la segona meitat de la dècada de 1980, aquest moviment protagonitzat per feministes tant de base com acadèmiques va arribar a les administracions quan algunes d’aquestes dones assumiren càrrecs de responsabilitat i, en general, a mesura que la relació entre els sexes es va anar equilibrant i augmentaren la consciència feminista i la presència de les dones en la vida pública. Vam assistir aleshores als primers pronunciaments institucionals en favor d’un llenguatge que les representés d’una manera adequada. Es va publicar l’anomenat *Informe del director general de la UNESCO sobre la revisió dels textos fonamentals per vetllar per l’ús de fórmules i termes de gènere neutre* (1987 i 1990) i també el 1990 el Consell d’Europa elaborà unes recomanacions similars. D’ençà de llavors, la recomanació, i de vegades fins i tot l’obligatorietat, d’escriure en un llenguatge igualitari o inclusiu en àmbits com l’administració, les lleis, l’ensenyament i els mitjans de comunicació s’ha estès a molts països, mentre que administracions, universitats i organitzacions editen guies amb recomanacions per a expressar-se sense estereotips i trets sexistes, unes recomanacions que reben el nom d’inclusives o igualitàries.

Avui dia, la freqüència d’ús del masculí genèric singular ha disminuït de manera significativa, així com del terme “home” per a representar tota l’espècie humana. A aquesta conclusió va arribar María Rodríguez Fernández el 2009 mitjançant un estudi en què analitzà l’evolució en la manera de fer referències genèriques des de 1976 a 2006, utilitzant textos de diaris i revistes<sup>8</sup>. Aquesta investigadora constatà una davallada considerable en la freqüència d’ús del masculí genèric singular i un augment correlatiu dels substantius de gènere fix amb referents humans (sobretot “persona”). La tendència esdevenia més evident en les dones, i entre aquestes, en les de classe social mitjana-alta, amb

6. Joan Solà, “El sexe dels àngels”, pàg. 130, *Parlem-ne (Converses lingüístiques, 1990-1997)*, Ed. Empúries, 2020.

7. Fragment extret de Rubio, Ana. “El lenguaje y la igualdad efectiva de mujeres y Hombres”, *Revista de bioètica y derecho*. Observatori de Bioètica i Dret de la Universitat de Barcelona i FLACSO Argentina. 2016. Disponible a Internet.

8. Rodríguez Fernández, María. *La evolución del género gramatical masculino como término genérico. Su reflejo en la prensa española contemporánea*. Editorial Fundamentos, Madrid, 2009.



un nivell cultural alt i una ideologia progressista. El seu estudi també mostrava que el terme “home” tendia a ser interpretat com a específic en un 90% dels casos i que, consegüentment, quan calia referir-se a subjectes de qualsevol sexe, era reemplaçat per d'altres com “persona”, “ésser/ser humà”, “individu”, “gent”, etc.

En aquests moments, el llenguatge inclusiu es troba força estès en àmbits com l'ensenyament, el món associatiu i l'administració, així com en sectors socials com la població universitària i les dones joves. Així doncs, ens trobem enmig d'un procés de canvi lingüístic que s'accentua en les darreres dècades, un procés que ja ha aconseguit que moltes llengües hagin reduït els seus trets androcèntrics i sexistes.

En anglès, per exemple, la gramàtica admet com a opcional la concordança entre l'antecedent i el pronom, de manera que ja és correcte emprar *they* per referir-se a una sola persona de qualsevol sexe, un ús inclusiu que Shakespeare mateix ja utilitzava<sup>9</sup>. En espanyol, la Real Academia de la Lengua va acabar suprimint del seu diccionari normatiu un munt de definicions masculines que avui ens farien enrojolar (“Cocinilla. Hombre que se entromete en cosas, especialmente domésticas, que no son de su incumbencia”, “Femenino. Débil, endeble”, “Gozar. Conocer carnalmente a una mujer”, “Periquear. Dicho de una mujer: disfrutar de excesiva libertad”, “Sexo débil. Conjunto de mujeres...”)<sup>10</sup>.

En català, la modernització del llenguatge administratiu després de la dictadura franquista es va guiar per un conjunt de criteris, un dels quals va ser la democratització. A partir de l'impuls inicial d'Antoni M. Badia i Margarit i Carles Duarte, el llenguatge administratiu català va eliminar el to humiliant i llagoter dels documents tradicionals –allò que en aquesta obra anomenem *llenguatge classista*– i es va intervenir també contra la discriminació per motius de sexe, de manera que es van canviar “l'interessat” per “la persona interessada” o “Benvolgut senyor” per “Benvolgut/uda senyor/a”, per esmentar dos exemples.<sup>11</sup>

9. Pinker, Steven. *El sentido del estilo*. Pàg. 289-288. Ed. Capitán Swing, 2019.

10. Barrachina Buxona, María. *El sexismo en el léxico español*. UAB, 2018-2019.

11. Vegeu Badia i Margarit, Antoni M. i Duarte i Montserrat, Carles, *Formulari administratiu*, Curial Edicions Catalanes, 1979, i Duarte i Montserrat, Carles, *Curs de llenguatge administratiu català*, Ed. Teide, 1981. D'aquest segon llibre val la pena llegir, per la seva actualitat, l'argumentació que fa Duarte sobre això: “N'ha de desaparèixer la discriminació que per motius de sexe s'ha fet gairebé general dins tots els documents administratius. D'acord amb aquest criteri, canviarem 'l'interessat' per 'la persona interessada', 'El qui subscriu' per 'El/la qui subscriu', 'L'alumne' per 'L'alumne/a', etc. No cal dir que aquesta equivaloració dels sexes pot ésser reflectida de diverses maneres, i que, d'això, cal fer-ne un estudi més aprofundit. Tot i així, creiem que, de moment, pot ser assumida una regularització com la que suggereixen els exemples que hem donat abans ('la persona interessada', 'El/la qui subscriu...'), tot acceptant, d'entrada, les dificultats que això pot implicar en la redacció i lectura de textos molt extensos” (pàg. 24).

Així mateix, en tots aquests anys l'IEC ha fet un esforç considerable per erradicar de les darreres edicions del diccionari normatiu les definicions sexistes i, alhora, per augmentar els exemples protagonitzats per dones, sense que obeeixin a estereotips de gènere. Eulàlia Lledó va poder treballar en la seva revisió, de manera que les definicions sexistes que ella mateixa denunciava a les seves obres (p.e. a *De llengua, diferència i context*) foren modificades. Però, pel que sembla, no ho va aconseguir tot i encara avui l'ordre tradicional d'aparició dels mots no segueix un criteri estrictament alfabètic, com hauríem d'esperar d'un diccionari, i al DIEC2 trobem la variant masculina abans que la femenina, per exemple, primer apareix *architecte* que *arquitecta*.

Les modificacions en la llengua per rebaixar el sexisme i l'androcentrisme no s'han produït fàcilment, sinó que han hagut de superar moltes resistències, tant de l'acadèmia i d'un sector de professionals de la llengua, com també de les elits masculinitzades i d'una part de la població. De vegades aquestes resistències eren motivades sobretot per les febleses d'algunes alternatives proposades com a llenguatge inclusiu. D'altres, en canvi, s'han expressat negant contra l'evidència qualsevol tret sexista o androcèntric en el llenguatge sense adonar-se que fins i tot, encara que fos així, la necessitat d'emprendre canvis lingüístics seguiria existint, ja que el principal factor que determina la necessitat d'usar formes lingüístiques anomenades inclusives és que una part significativa i creixent de dones i la majoria de persones no-binàries senten que hi ha expressions que les menystenen i invisibilitzen, una percepció que és compartida també per una part, de moment petita, d'homes.

## EL GÈNERE NO-BINARI

D'acord amb el Termcat, les persones no-binàries són aquelles que no s'identifiquen "amb cap gènere específic, ni com a homes ni com a dones (*agèneres* o *de gènere neutre*), pot ser que s'identifiquin amb tots dos gèneres alhora o amb una combinació de tots dos gèneres (*bigèneres*), o pot ser que tinguin una identitat inclassificable o canviant segons el moment (*de gènere fluid*)".

De vegades, la crítica s'ha fet des del rigor; d'altres acudint a la riota, a titllar el llenguatge inclusiu d'"estúpidesa"<sup>12</sup>, o s'han aprofitat algunes propostes inclusives inconsistentes per elevar l'anècdota a categoria i invalidar-les totes. Són resistències que s'han manifestat, dèiem, però que encara es manifesten; probablement ens acompanyaran al llarg d'aquest procés de canvi. Benvingu-

12. Quim Monzó va qualificar el llenguatge inclusiu com una de les estúpideses més grans que s'havien fet en la història lingüística. A "Carme Junyent i Quim Monzó parlen del 'tots i totes': 'Una de les estúpideses més grans que s'han fet en la història'", *Vilaweb*, 27.02.2016.

des siguin les que s'expressen des del rigor, el respecte i la voluntat constructiva. Ens agradaria conèixer les seves propostes per obrir-hi un diàleg.

A parer nostre, perquè aquest diàleg entre les persones que propugnem un llenguatge inclusiu i les que s'hi oposen fos fructífer hauria de partir de les bases següents:

- a) Un diagnòstic mínim compartit: hi ha un problema amb certes normes i usos de la llengua, almenys, en la mesura que una part creixent de la societat no s'hi sent còmoda. Podem discutir si aquesta percepció està prou fonamentada lingüísticament o no, però encara que no ho estigués, si una part de la societat demana canvis, l'acadèmia li ha de donar una resposta, com ja ha fet en altres aspectes de la llengua.
- b) La voluntat compartida que aquests canvis modifiquin al mínim possible l'estructura de la llengua i es facin a partir de les seves possibilitats evolutives.
- c) Una metodologia compartida: el paper de l'IEC ha de ser obrir possibilitats en el si de la normativa i deixar que l'ús social acabi amb el temps sancionant o no les noves propostes.
- d) Un estil compartit: respectar totes les posicions i intentar cada una entendre les preocupacions de l'altra.

Acabem aquest capítol amb una reflexió sobre aquest tema de Joan Solà que, per nosaltres, sintetitza magníficament quin hauria de ser el marc per a abordar els trets sexistes i androcèntrics que encara perviuen en la llengua catalana. El paràgraf pertany a l'article "A repèl de la gramàtica" que va publicar qui fou vicepresident de l'Institut d'Estudis Catalans (IEC) a la seva columna del diari *Avui* el 2 de juliol de 1993 i que, en aquest moment, es troba recollit entre les pàgines 137 i 140 de *Parlem-ne (Converses lingüístiques, 1990-1997)*, Ed. Empúries, 2020:

"Potser és hora de fer una reflexió. No crec que una qüestió com aquesta [la necessitat de no deixar la dona en un lloc subaltern en la llengua, emprant paraules seves d'un paràgraf anterior] es pugui despatxar amb una rialleta dissimulada. Es tracta d'una qüestió socialment molt important que no ha de ser tergiversada pel fet que sigui difícil o que algú s'hi excedeixi. Avui s'intenta suprimir totes aquelles fórmules de submissió que omplien els documents administratius, com s'intenta dosificar els tractaments honorífics i estalviar majúscules en els noms de càrrecs (*alcalde, president, rei*). La qüestió que ara ens ocupa és del mateix tipus: simplement és una exigència de respecte per tothom i d'igualtat. Ara bé: sospito que en el terreny que ens ocupa no hi haurà una solució totalment satisfactòria sense un esforç continu i llarg, i potser ni tan sols així. I de moment cal vigilar a no forçar la llengua fins a extrems que precisament poguessin comprometre el noble objectiu pretès".

---

# **2. Recomanacions per a un català inclusiu**

---

---

(La Teresa a una amiga)  
–Maria, tu creus que el llenguatge  
és masclista?  
–No, home, no!

Esther Forgas Berdet, "Implicaciones de género en la  
comunicación: el sexismo en el lenguaje"

---

Proposem considerar que un text deixa de ser sexista i androcèntric quan homes, dones i persones no-binàries són tractades amb respecte i igual dignitat i, a més, tothom pot entendre que el text, en conjunt, es refereix a tots els sexes/gèneres. Aquest “en conjunt” és fonamental: de vegades no tindrem més remei que deixar en el text, sobretot si és llarg, alguna marca androcèntrica perquè no sabem con canviar-la; no passa res mentre, en acabar de llegir-lo, conclouem que tots els sexes/gèneres, si aquest era el cas, han quedat igualment representats i que aquesta representació és respectuosa i tracta tothom amb igual dignitat.

Aconseguir aquest resultat sense renunciar a la naturalitat, la precisió i la concisió expressives no és fàcil; cal formació i pràctica. També serà més senzill fer-ho com més s'estengui l'ús de les formes inclusives i es creïn nous recursos lingüístics per esquivar algunes formes androcèntriques que avui encara se'ns resisteixen. Per exemple, ens costa estalviar-nos el masculí en funció genèrica en molts titulars periodístics perquè aquests han de ser concisos, o en textos llargs perquè hauríem d'emprar massa sovint uns recursos que de moment percebem com a artificiosos. En aquest sentit, cadascú de nosaltres pot contribuir amb l'ús a naturalitzar les formes inclusives.

Així mateix, és evident que els criteris del llenguatge inclusiu són més senzills d'aplicar a textos escrits que no pas quan parlem de manera espontània, igual com ens costarà molt menys obtenir un text inclusiu si tenim incorporat aquest compromís des de la preescriptura mateix, abans fins i tot que haguem escrit la primera ratlla, que no pas una vegada redactat, quan toca revisar-lo.

En aquests moments, creiem disposar dels recursos per a evitar pràcticament qualsevol expressió sexista i per a garantir que, quan escrivim referint-nos a grups formats per persones de sexes/gèneres diferents, totes se sentin incloses si es valora l'escrit –repetim-ho– d'una manera global.

Tinguem present que la comunicació ha de ser eficaç; ens comuniquem perquè ens entenguin. Tot allò que enrareixi o dificulti l'expressió o la comprensió aixecarà reticències ben naturals. Si a aquestes reticències hi afegim la dificultat intrínseca de canviar d'hàbits lingüístics i l'oposició de persones i institucions que, per raons diverses, estan en contra d'aquestes propostes, comprendrem que l'exigència és clara: necessitem filar molt prim les formes inclusives que proposem per tal que s'acabin aplicant.

Per això mateix, també topem amb dificultats per a expressar-nos en llenguatge no-binari. La flexió de gènere gramatical amb l'arrova o la “x”

Aconseguir que un text sigui inclusiu sense renunciar a la naturalitat, la precisió i la concisió expressives no és fàcil; cal formació i pràctica.

El llenguatge inclusiu no pretén inventar una nova llengua; els recursos que proposa formen tant part del català com el mateix masculí genèric que volem minimitzar.

(“tot@s”, “totxs”) es pot emprar en un títol o una piulada, per donar un toc d’atenció si es vol; però difícilment tindrà més recorregut, ja que no serveix per a l’expressió oral. Pel que fa a la proposta de crear un gènere gramatical per a les persones no-binàries (flexió en *-i*) ens sembla, ara per ara, inviable perquè

exigiria massa canvis partint del no-res, ja que caldria alterar la morfologia de substantius, adjectius, pronoms, articles, etc. Molt més factible fora introduir exclusivament tres neologismes: “elli” i “ellis” com a pronoms personals forts per a designar una persona o un conjunt de persones no-binàries, i “totis” com a pronom indefinit per a referir-se específicament a totes les persones no-binàries. Més endavant hi tornarem.

Abans d’entrar en les propostes concretes, volem aclarir encara dues coses més. La primera és que totes aquestes propostes les hem d’entendre com una caixa d’eines; segons el que ens trobem haurem de menester un recurs o bé un altre, i en un text llarg haurem de posar en joc tot el repertori de recursos i combinar-los per no fer un escrit encarcerat o fred. I fins i tot així potser no aconseguim desprendre’ns de totes les marques androcèntriques que conté, però almenys sí de la majoria.

La segona qüestió que volem aclarir és que expressar-nos en llenguatge inclusiu significa canviar la freqüència d’ús d’una sèrie de recursos, tots ells propis de l’idioma. És a dir, el llenguatge inclusiu no pretén inventar una nova llengua: els substantius col·lectius, els substantius epicens, les dobles terminacions d’adjectius, determinants i substantius, el substantiu “persona”..., pràcticament tots els recursos que proposarem a continuació formen tant part del català com el mateix masculí genèric que volem minimitzar.

## 2.1 Evitem l'androcentrisme

“Sembla que hem de reconèixer que la gramàtica no és amiga de les dones, car les ha reduït a un paper subaltern i negatiu”

“... Si hem de ser sincers, tampoc no ens ha d'estranyar que avui les dones no es vulguin resignar a fets que la gramàtica ens dona com a naturals”

Joan Solà, “La gramàtica contra les dones”  
*Parlem-ne (Converses lingüístiques, 1990-1997, Ed. Empúries, 2020)*

Comencem amb una recomanació general, l'anomenada regla de la inversió. Per a descobrir un text o una imatge androcèntrica o sexista, hem de reemplaçar la paraula o persona dubtosa per la seva corresponent del gènere oposat. Si resulta inadequada, aleshores intentem canviar-la. Per exemple, hem de modificar “Els treballadors tindran dret a dues pagues extraordinàries a l'any” perquè, si canviem de gènere el subjecte de l'oració, en surt “Les treballadores tindran dret a dues pagues extraordinàries a l'any” i no és això el que volíem dir. Per tant, serà millor que diguem: “El personal tindrà dret a dues pagues extraordinàries a l'any”.

Alguns dels recursos que més ens poden ajudar són:



## 1. Evitar d'utilitzar el substantiu “home/s” per a designar un conjunt de persones de diversos sexes, una persona qualsevol o per a designar tota l'espècie humana

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
Els drets de l'home	Els drets humans
L'origen de l'home	L'origen de l'ésser humà / de l'espècie humana...
L'home prehistòric	L'ésser humà de la prehistòria / L' <i>Homo sapiens</i> prehistòric
Va haver de fer d'home bo entre dos germans renyits (referint-se a una dona)	Va haver de fer de mitjancera entre dos germans renyits
Es van aixecar com un sol home (referint-se a persones de diferents sexes)	Es van aixecar com una sola persona
El canvi climàtic és fruit de l'acció de l'home	El canvi climàtic és fruit de l'acció humana
En la prehistòria els homes vivien en coves	En la prehistòria vivíem en coves

## 2. Convertir el substantiu masculí genèric en adjectiu de la paraula *persona*, *població*, *gent*, *món*, *part* o d'un mot similar

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
Cursos de català per a adults	Cursos de català per a persones adultes
Els becaris	Les persones becàries
L'arrendatari	La part arrendatària
Els grans	La gent gran
La majoria de vegades, els periodistes no segueixen aquest criteri	La majoria de vegades, el món periodístic no segueix aquest criteri
Els lectors	El públic lector
Els joves	La gent jove
Metges i infermeres	El personal medicosanitari
Els mallorquins	La població mallorquina
Els treballadors	La classe treballadora, la gent treballadora

**3. Fer servir substantius epicens, és a dir, que tenen un únic gènere gramatical (masculí o femení), però es refereixen a éssers vius de qualsevol sexe (la girafa, el cocodril, la criatura, el personatge...)**

home → persona, personatge, figura, membre

nen, nounat → infant, criatura, nadó

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
A quina edat comença a parlar un nen?	A quina edat comença a parlar una criatura?
Els cuiners del restaurant fan vaga	El personal de cuina del restaurant fa vaga
A l'entrada de la llar d'infants hi havia molts nens plorant	A l'entrada de la llar d'infants hi havia moltes criatures plorant
Tots els qui hi vulguin participar tenen fins demà per a inscriure's. La inscripció serà gratuïta per als qui siguin socis de l'entitat	Totes les persones que hi vulguin participar tenen fins demà per a inscriure's. La inscripció serà gratuïta per a les que siguin sòcies de l'entitat.

L'últim exemple il·lustra una interessant extensió d'aquest recurs al qual dediquem la recomanació següent: l'epicè “persona” funciona com a part elidida del subjecte de la segona oració, i permet estalviar-nos d'una manera natural l'ús del masculí genèric.

**4. Substituir el terme “home” per “persona” com a referent genèric o universal referit a dones, homes i persones no-binàries.**

Al capdavant, les definicions sobre noms comuns referits a éssers humans que ens proporciona l'actual diccionari de l'IEC comencen per “persona que...”.

Aquesta substitució es pot fer al llarg de tot el text o discurs o bé tan sols en algunes parts. En qualsevol cas, caldrà assegurar-se que qui ens llegeix o escolta és conscient que ens estem referint en tot moment a individus de qualsevol sexe, per la qual cosa necessitarem introduir de tant en tant el substantiu “persona”.

**FORMA ANDROCÈNTRICA**

La majoria de presos que hi ha a la presó hi són per les drogues. Els han tancat per haver delinquit sota els seus efectes, per aconseguir una dosi o sovint per tràfic d'estupefaents. I entre reixes, els qui encara no eren consumidors de cocaïna o similars acabaran per ser-ho.

Per a ser soci de la cooperativa s'ha de tenir un vincle definit amb la publicació: pots ser subscriptor (web o paper), col·laborador (text, il·lustració, fotografia, audiovisual, etc.), o bé treballador

Els consumidors compren per avançat una cistella d'aliments a una empresa o un productor; aquest tria els productes segons la temporada, encara que els consumidors poden canviar un producte per un altre si ho prefereixen

Sindicat de Llogaters (*referent implícit: homes*)

**FORMA INCLUSIVA**

La majoria de persones que hi ha a la presó hi són per les drogues. Les han tancat per haver delinquit sota els seus efectes, per aconseguir una dosi o sovint per tràfic d'estupefaents. I entre reixes, les qui encara no eren consumidores de cocaïna o similars, acabaran per ser-ho.

Perquè una persona sigui sòcia de la cooperativa ha de tenir un vincle definit amb la publicació: pots ser subscriptora (web o paper), col·laboradora (text, il·lustració, fotografia, audiovisual, etc.), o bé treballadora

Les persones consumidores compren per avançat una cistella d'aliments a una empresa o persona productora; aquesta tria els productes segons la temporada, encara que les consumidores poden canviar un producte per un altre si ho prefereixen

Sindicat de Llogateres (*referent implícit: persones*)

## 5. Utilitzar el femení en les generalitzacions que parteixen de l'autorepresentació de qui parla o escriu, especialment si s'és dona

**FORMA ANDROCÈNTRICA**

Igual que jo, qualsevol escriptor sap que és molt difícil fer de la literatura la teva professió (*dit per una dona*)

He estat el tercer de la classe (*dit per una estudianta*)

Vaig fer de president (*dit per una dona*)

**FORMA INCLUSIVA**

Igual que jo, qualsevol escriptora sap que és molt difícil fer de la literatura la teva professió (*dit per una dona i incloent dins d'"escriptora" també els homes i les persones no-binàries*)

He estat la tercera de la classe (*dit per una estudianta i incloent dins de l'ordinal també els estudiants*)

Vaig fer de presidenta (*dit per una dona*)

## 6. Fer servir substantius col·lectius quan ens referim a una pluralitat de persones d'un mateix grup, estament o categoria

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
Els estudiants	L'estudiantat, l'alumnat
Els professors	El professorat
Els treballadors	El personal, la plantilla
Els nens	La mainada, la canalla, la quitxalla
Els veïns	El veïnat
Els pagesos	La pagesia
Els joves	La joventut, el jovent
Els funcionaris	El funcionariat
Els voluntaris	El voluntariat

## 7. Usar l'anomenada concordança de proximitat entre substantius i adjectius de dues terminacions

Es tracta de fer concordar el gènere gramatical de l'adjectiu amb el gènere del substantiu que té més pròxim quan afecta més d'un substantiu de gèneres diferents. Amb una excepció: si aplicant la concordança de proximitat creem una frase en què, malgrat el context i el sentit comú, no queda clar que l'adjectiu qualifica o determina tant els substantius masculins com els femenins de l'enumeració. Aleshores valdrà més que utilitzem altres recursos (substantius epicens o col·lectius, adjectius invariables, etc.).

Cal dir també que, de moment, la normativa no accepta la concordança de proximitat i prescriu concordar sempre en masculí. D'acord amb aquesta, hauríem de dir i escriure, per exemple, "Els tres van dormir al poble", per referir-nos a dues dones i un gos.

Al nostre parer, aquesta norma es podria flexibilitzar, obrint la possibilitat de fer també la concordança en femení, tal com permet ja la nova gramàtica de l'IEC en alguns casos de concordança de nombre entre subjecte i verb; per exemple, avui ja és tan correcte "Un grup de diputats votaren contra la proposta" com "Un grup de diputats votà contra la proposta", "Què volen aquesta gent?" com "Què vol aquesta gent?".

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
Els homes i dones japonesos en edat de votar...	Els homes i dones japoneses en edat de votar... (o "Les dones i homes japonesos en edat de votar...")
Senyors i senyores diputats	Senyors i senyores diputades
La petita Jana, el seu gosset Roc i aquella misteriosa dona van arribar esgotats a la gasolinera	La petita Jana, el seu gosset Roc i aquella misteriosa dona van arribar esgotades a la gasolinera
El funcionari o funcionària encarregat del registre	El funcionari o funcionària encarregada del registre
Tant en Pere com la Joana, la Neus i la Lúdia estaven molt emocionats	Tant en Pere com la Joana, la Neus i la Lúdia estaven molt emocionades (o "Tant la Joana, la Neus i la Lúdia com en Pere estaven molt emocionats")

## LA PREEMINÈNCIA DEL MASCULÍ, CONVENCIO O IDEOLOGIA?

De vegades, la preeminència de la categoria gramatical masculina s'ha justificat per la suposada superior "noblesa" del masculí; per tant, no per una pura convenció, sinó per una raó ideològica (patriarcal). El 1859, les germanes Felipa Maxima i María Paula de Cabeza escriuen a *La señorita instruida o sea Manual del bello sexo* que "si fossin dos substantius, l'adjectiu es posara en plural amb la terminació peculiar del gènere més noble, això és, el masculí". (Vegeu Eulàlia Lledó a *De llengua, diferència i context*. Quaderns de l'Institut / 3. Institut Català de les Dones, 2005).

## 8. Utilitzar expressions neutres o despersonalitzades, que sovint es refereixen a l'activitat, el càrrec, el lloc, el fenomen, etc., relacionat amb la persona

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
El filòsof sempre busca un sentit a les coses	La filosofia sempre busca un sentit a les coses
Els jutges no saben com abordar...	L'aparell judicial / La justícia...
Manual de l'usuari	Manual d'ús
Col·laboradors:	Amb la col·laboració de...
Els representants	La representació
Redactors:	Redacció:
Els amics	Les amistats
Els aficionats	L'afició
Els nens	La infància
El president	La presidència
Els diputats	El Parlament
Els conserges	La consergeria
Puja el nombre d'aturats	Puja l'atur

## 9. Canviar un determinant amb marca de gènere (tots, el/la, un, cadascun/a...) per un pronom o un altre determinant que no en tingui (tothom, cada, qualsevol, cadascú, ningú, algú, cap...). La forma *altri*, equivalent a altres persones o el pròxim (*els béns d'altri, en mans d'altri, treballar per altri, no facis mal a altri*), també ens pot ser útil

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
El coneixement que té el parlant	El coneixement que té qualsevol parlant
Tots volien dir la seva	Tothom volia dir la seva
L'administració necessita disposar d'un responsable de coordinar tots els centres	L'administració necessita disposar d'algú responsable de coordinar tots els centres
Això, que en els altres ens resulta d'una obscenitat intolerable, ens sembla correcte en el seu cas particular	Això, que en altri ens resulta d'una obscenitat intolerable, ens sembla correcte en el seu cas particular

## 10. Canviar l'adjectiu o el substantiu per un altre d'invariable

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
A la jornada poden participar 5,2 milions d'electors	A la jornada poden participar 5,2 milions de votants
Comença la prova per a candidats al càrrec	Comença la prova per a aspirants al càrrec
Al final, el concurs de matemàtiques el guanyarà el més llest	Al final, el concurs de matemàtiques el guanyarà qui sigui més intel·ligent
Quedem entesos, Laura?	Quedem d'acord, Laura?

## 11. Reduir tant com es pugui l'ús dels pronoms personals forts de tercera persona del plural (*ells, elles*) per a referir-nos a tothom o a un conjunt indeterminat de persones

Emprats com a genèrics, aquests pronoms invisibilitzen les dones (*ells* genèric) o les persones amb identitat no-binària (*ells i elles*).

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
En una assemblea mixta van decidir sumar-se als actes del 8 de març. Seguidament tots ells van sortir de l'institut i van baixar carrer avall en manifestació	En una assemblea mixta van decidir sumar-se als actes del 8 de març. Seguidament van sortir de l'institut i van baixar carrer avall en manifestació
Miren d'entendre's entre ells	Miren d'entendre's

## 12. Utilitzar la veu passiva reflexa

Les passives reflexes eviten esmentar el subjecte (*es diu, s'ha trobat...*).

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
Hem de procurar que els nois participin...	Hem de procurar que es participi...
Llista d'empreses en què l'alumne podrà fer les pràctiques	Llista d'empreses en què es podrà fer les pràctiques
En acabar el contracte laboral, el treballador tindrà dret...	En acabar el contracte laboral, es tindrà dret...
Els visitants poden fer servir totes les instal·lacions de la Fira	En visitar la Fira, es poden fer servir totes les instal·lacions

### 13. Utilitzar el verb en lloc de l'adjectiu o el nom

#### FORMA ANDROCÈNTRICA

No sabem qui serà el coordinador

Per a ser soci de la comunitat energètica, has d'omplir el formulari. Hi has de fer constar si ho fas només com a consumidor o si també ets productor.

#### FORMA INCLUSIVA

No sabem qui coordinarà

Per a associar-te a la comunitat energètica, has d'omplir el formulari. Hi has de fer constar si ho fas només consumint o també produint.

### 14. Substituir els substantius masculins en funció genèrica per adjectius sense marca de gènere

#### FORMA ANDROCÈNTRICA

Dels nens

Dels joves

Dels funcionaris

Dels mestres/ensenyants/educadors

#### FORMA INCLUSIVA

Infantil

Juvenil

Funcionarial

Docent

### 15. Reemplaçar les construccions passives que porten un participi masculí en funció genèrica per altres construccions neutres

#### FORMA ANDROCÈNTRICA

Heu estat informats

#### FORMA INCLUSIVA

Us hem informat

### 16. Canviar els pronoms amb flexió de gènere per altres de neutres o genèrics

#### FORMA ANDROCÈNTRICA

Els qui vinguin tindran premi

Em plau convidar-los

#### FORMA INCLUSIVA

Qui vingui tindrà premi

Em plau convidar-vos



## 17. Posar epígrafs amb fórmules neutres sense variació de gènere als documents oberts, com són impresos, circulars i formularis

### FORMA ANDROCÈNTRICA

El titular, \_\_\_\_\_

Nascut a \_\_\_\_\_

Marqueu el sexe:

- Home
- Dona

### FORMA INCLUSIVA

Nom i cognoms \_\_\_\_\_

Lloc de naixement \_\_\_\_\_

Marqueu el sexe:

- Home
- Dona
- Altres

## EL SEXE/GÈNERE ALS FORMULARIS

En algunes administracions catalanes, es comença a incloure una tercera opció en l'atribució de sexe/gènere als formularis, una tendència que avança arreu del món. A Austràlia, des de 2011, a l'hora de fer-se el document d'identitat o passaport, es pot optar per autoidentificar-se com a M (*male*), F (*female*) o X (*Indeterminate / Intersex / Unspecified*). Des del 2012, el Nepal reconeix en els seus documents d'identitat una nova categoria, la X, a la qual es pot adscriure qualsevol persona que no se senti ni dona ni home. A Alemanya, des de 2013, les criatures poden ser inscrites com a pertanyents al sexe/gènere M, F o X, si les característiques sexuals no estan clarament definides. D'altra banda, l'enciclopèdia nacional sueca va reconèixer, també el 2013, a més dels pronoms ell/ella (en suec, *han/hon*), un pronom neutre (*hen*) que una part de la societat ja utilitzava des de fa dècades.

## 18. En el cas de comunicacions personalitzades, adaptar el tractament personal al que desitgi la persona a la qual ens adreçem

### FORMA ANDROCÈNTRICA

Benvolgut Joan,  
En resposta a la teva carta en què et manifestaves interessat a participar...

### FORMA INCLUSIVA

Benvolguda Joana,  
En resposta a la teva carta en què et manifestaves interessada a participar...  
*(Aquesta persona ens ha demanat que ens adreçem "d'ella" i li diguem Joana, perquè no se sent home, sinó dona)*

Benvolgut Joan,  
En resposta a la teva carta en què et manifestaves interessat a participar...

Bona tarda<sup>13</sup>,  
En resposta a la teva carta en què manifestaves el teu interès per participar...  
*(Aquesta persona ens ha demanat que no ens adreçem ni "d'ell" ni "d'ella", perquè no se sent home ni dona)*

## 19. Prescindir quan es pugui de l'article i els pronoms amb flexió de gènere

Davant de substantius amb una forma única, prescindim sempre que es pugui de l'article per tal d'incloure tots els subjectes.

### FORMA ANDROCÈNTRICA

Aquí no deixen entrar els joves

### FORMA INCLUSIVA

Aquí no deixen entrar joves

## 20. Ometre els pronoms o determinants masculins quan no siguin necessaris

### FORMA ANDROCÈNTRICA

Afrontarem un altre trasbals com el que tots hem viscut en aquests últims divuit mesos?

### FORMA INCLUSIVA

Afrontarem un altre trasbals com el que hem viscut en aquests últims divuit mesos?

13. Si cal, utilitzarem fórmules de salutació despersonalitzades, com ara "bon dia" o "bona tarda", en els registres informals, o simplement ometrem la salutació.

## 21. Reformular la redacció

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
Els lectors interessats a renovar el carnet de biblioteca han de portar...	Per a renovar el carnet de la biblioteca heu de portar / s'ha de portar...
Es recomana als usuaris de la targeta que la utilitzin degudament	Es recomana que feu / de fer un bon ús de la targeta
Ha d'estar disposat a viatjar	Ha de tenir disposició de viatjar
Adequadament qualificats	Amb la qualificació adequada
Benvinguts a...	Us donem la benvinguda
El 51% dels graduats són dones	Hi ha un 51% de dones graduades

## 22. Emprar la variant femenina de les professions

El fet de disposar de variants femenines i masculines diferenciades és una tendència general en la formació de substantius i adjectius, motivada per les necessitats d'atribució i de precisió.

A mesura que les dones han exercit un càrrec o accedit a una feina que fins llavors només feien els homes, per referir-s'hi, la societat, especialment les dones, ha creat d'una manera espontània el substantiu femení de la professió, normalment afegint una *-a* a la variant masculina. Per exemple, *advocada*, *àrbitra*, *arquitecta*, *bisbessa*<sup>14</sup>, *bombera*, *cartera*, *crítica*, *doctoranda*, *enginyera*, *gerenta*, *mecànica*, *metgessa*, *notària*, *soldada*, *tècnica*, *tinenta d'alcaldia*, *torera* i *xofera*. En aquells casos en què el femení que en resultava es podia prestar a confusió o semblava inversemblant (“pilota d'aviació”, per exemple), proposem anteposar al substantiu de la professió el terme “dona” (per seguir amb l'exemple, “dona pilot”) o l'article femení (“la pilot”).

14. Per exemple, una bisbessa de l'Església anglicana. De moment la variant femenina no està recollida al DIEC.

## L'ANÈCDOTA I LA CATEGORIA

Carme Junyent esgrimeix uns quants casos de substantius femenins referits a professions que alhora anomenen un objecte o una disciplina, com ara “pilota” o “música”, per criticar globalment i ridiculitzar la feminització de les designacions de càrrecs i professions. Argüeix que molts noms femenins de feines i càrrecs denigren les dones. Escolteu, si no, el fragment que va del minut 21.44” al 26.43” de la conferència que va impartir el 8 d’abril de 2021, titulada “Serveix d’alguna cosa manipular el gènere en la llengua?”. Més endavant, al minut 45.20” arriba a parlar de “la psicòleg”, en comptes de “la psicòloga”, quan “psicòloga” forma part del diccionari normatiu des de fa més de quaranta anys.

Coincidim amb ella que emprar el nom “pilota” per a designar les dones que treballen pilotant un avió seria una feminització poc afortunada, si algú pretengués fer-la (el diccionari de l’IEC no la recull), i que és preferible parlar de “dona pilot”. Però es tracta d’un cas excepcional que pertany al terreny de la mera anècdota.

Junyent també critica afegir al mot “música” el significat de dona que compon, dirigeix i interpreta obres musicals –un ús perfectament recollit pel diccionari de la llengua–, perquè, segons ella, la gent se’n riuria. Al nostre parer, en la majoria de casos el context esvaeix qualsevol equívoc. Per exemple, si diem “Maria Anna Mozart va ser una música tan genial com el seu germà”, tothom entén que ens referim a una dona que feia música. I si a algú li fa gràcia quan per primer cop sent o llegeix el terme emprat amb aquest sentit, doncs és una reacció ben sana i natural que tenim sovint davant certes noves paraules o expressions, i que desapareix amb el seu ús sovintejat. Altra cosa és si aquesta persona, més que riure per efecte de la sorpresa, ho aprofita per riure’s de les dones o “de les feministes”. Aleshores, qui ha de canviar és la persona, no la nova paraula.

De fet, moltíssims mots tenen més d’un significat (polisèmia), però aquest fet rarament emmena a cap problema; el context i el sentit comú desfan la majoria de dubtes o possibles confusions. Per exemple, una frase com “La cartera truca al timbre cada dia a les deu del matí” és ben clara i normal; el context ens indica perfectament que parlem d’una dona que té com a ofici repartir la correspondència i no pas d’una “bossa de forma rectangular...”.

De fet, hi ha casos de polisèmia que també afecten les variants masculines d’algunes professions. Per exemple, “cosidor” i “costurer” poden designar tant els homes que es dediquen a cosir com l’habitació, la capsa o el moble vinculats a aquesta feina i, en canvi, a ningú no se li ha acudit mai afirmar que anomenar-los “cosidor” o “costurer” sigui denigrar els homes i que, per tant, hauríem de referir-nos-hi com “un cosidora” o “un costurera”.

La gran majoria de variants femenines creades de nou han acabat recollides als diccionaris normatius, no pas sense topar abans amb l'oposició d'una part de l'acadèmia<sup>15</sup>. Però, com acabem de veure, encara avui, hi ha qui les qüestiona o, fins i tot, se'n riu.

### “... TRENTA, QUARANTA / AMETLLA AMARGANTA...”

La flexió de gènere és habitual no solament entre els noms, sinó també entre els adjectius. En alguns casos, però, la normativa rebutja la variant femenina d'alguns adjectius perquè les considera vulgarismes. Josep Ruaix, a *El català/2, Morfologia i sintaxi* (Moià, 1985), recull algunes d'aquestes variants no acceptades: *iguala* (i el diminutiu, afegiríem nosaltres; pensem, si no, en una frase com “És igualeta que sa mare!”), *principala*, *fàcila*, *útila*.

El mateix autor ens informa també de la vacil·lació de la normativa en alguns adjectius acabats en *-ant* i *-ent*: *amargant*, *bullent*, *elegant*, *picant*, *tibant*, *ardent*, *coent*..., les variants femenines dels quals afirma que es troben usades per “alguns bons autors de la Renaixença”.

Fabra va desautoritzar l'ús d'aquestes variants femenines: “... la referent a la flexió dels adjectius, suscitada pels que, veient sens dubte en la invariabilitat de certs adjectius com *evident* una influència castellana, empen sistemàticament formes com *evidenta*, *eleganta*, contra l'ús general dels antics” (*La llengua catalana i la seva normalització*, p. 95). Tot i amb això, mostrà alguna vacil·lació a l'hora d'escriure'ls ell mateix: en textos primerencs va fer servir *viventa* en comptes de *vivent* (*La llengua catalana i la seva normalització*, pàg. 16).

Per últim, Ruaix esmenta també els noms acabats en *-ant*, *-ent* que tenen femenins en *-anta*, *-enta*, molts procedents del participi present. Alguns d'aquests noms tenen acceptada la variant femenina pròpia acabada en la marca *-a*, com ara *estudianta* o *aprenenta*, mentre que d'altres no, de manera que noms com *cantanta* o *fabricanta* es consideren formes inadequades, almenys en el registre estàndard. A propòsit d'aquest darrer substantiu, recordem que “fabricanta” donà nom a la novel·la de Dolors Monserdà, *La fabricanta* (1904).

Avui, algunes d'aquestes formes femenines encara es fan servir en registres col·loquials o informals mentre que d'altres han desaparegut.

15. Vegeu, per exemple, aquests comentaris d'Albert Jané: “Un dels exponents d'aquesta tendència immobiliària es pot observar en la denominació de certs carrers públics quan són exercits per dones, en què alguns s'entesten a mantenir-ne la forma del masculí, afegint -o, si més no, obeint-hi- el fet que fins ara eren exercits exclusivament per homes. Algú, per exemple, vol diferenciar *una alcalde* (que presideix el consistori municipal) d'una *alcaldesa* (la dona d'un alcalde). Però aquesta diferència és artificial. “Les dones al poder” (08-11-77), Albert Jané, *El llenguatge*, 3a sèrie, pàg. 109. O aquest altre, a propòsit de la incorporació al DGLC per part de la Secció Filològica de l'IEC de la forma femenina de tots els noms que designen professions com *cardiòloga*, *pediatra*, *degana*, *psiquiatra*: “Resta, però, un altre mot important amb la mateixa terminació al qual fins ara no s'ha reconegut forma femenina, *ministre*, i creiem que hauria de rebre el mateix tractament que els que hem esmentat” (Albert Jané, “Més femenins”, 5 d'abril de 1978, *El llenguatge*, 3a sèrie, pàg. 111).

## 23. Repassar la concordança quan el referent és femení, perquè sovint es fa erròniament en masculí

### FORMA ANDROCÈNTRICA

Parlem amb altres persones, experts en la matèria

El van acompanyar tota l'estona les seves múltiples amistats. Quan va acabar l'acte i després d'haver-lo acomiadat, van marxar plegats.

L'obra pública no beneficia igualment totes les empreses. Les grans companyies guanyen la majoria de concursos perquè els petits no poden competir.

Volen intervenir la Núria i en Pep, però no hi ha temps; o parla l'un o parla l'altre.

### FORMA INCLUSIVA

Parlem amb altres persones, expertes en la matèria

El van acompanyar tota l'estona les seves múltiples amistats. Quan va acabar l'acte i després d'haver-lo acomiadat, van marxar plegades.

L'obra pública no beneficia igualment totes les empreses. Les grans companyies guanyen la majoria de concursos perquè les petites empreses no poden competir.

Volen intervenir la Núria i en Pep, però no hi ha temps; o parla l'una o parla l'altre.

## 24. Fer servir els desdoblaments

Si els recursos que hem proposat fins ara per evitar el masculí en funció genèrica no ens serveixen en una oració, o bé ja els hem emprat massa vegades, podem valer-nos de les formes dobles o desdoblaments en el cas que el substantiu sigui de dues terminacions. Si a més duu determinant, cada substantiu pot portar el seu (“Les investigadores o els investigadors”), o bé només el primer substantiu (“Moltes investigadores o investigadors”). Si el substantiu és d’una terminació, escriurem els dos sintagmes coordinats (“el responsable o la responsable” o “la responsable o el responsable”). Joan Solà esmentava a “A repèl de la gramàtica” (*Parlem-ne*, pàg. 136, Ed. Empúries, 2020) també l’opció d’escriure una vegada el nom i anteposar-hi les variants femenines i masculines de l’article (“el o la responsable” o “la o el responsable”) i hi ha qui la fa servir.

L’ús del desdoblament el trobem al mateix DIEC, de vegades en contextos en què el masculí en funció genèrica no hauria de provocar ambigüïtat, si ens atenem a la mateixa normativa. Vegeu, per exemple, les entrades “hàbit. Vestit que denota una professió, un grau, especialment el que usen els religiosos i les religioses, “tricot. Peça d’abric interior, negra, feta de punt de llana o de cotó, que portaven els homes i les dones per a treballar en el camp”, o “cosidor. Habitació o departament on treballen els cosidors i les cosidores”.

A parer nostre, val la pena utilitzar el desdoblament de tant en tant perquè, d’una banda, fa més concret el text, la qual cosa exerceix de contrapès del més abstracte que impregna un escrit quan fem servir tan sols mots col·lectius o epítics, i de l’altra perquè visibilitza explícitament les dones.

En una notícia periodística, per exemple, pot ser útil emprar la forma doble a l'entrada per deixar clar des del principi que ens referirem a tots els sexes. O en una capçalera. En aquest aspecte, com en tants altres, la revista *Cavall Fort* és pionera, ja que des dels primers números utilitzà el lema “Revista per a nois i noies”. Pensem també en un altre lema, aquest reivindicatiu, “Llibertat preses i presos polítics”, escrit en tantíssimes pancartes i cridat en diverses variants en moltes manifestacions; parlar directament de “preses” contribuïa a recordar que Carme Forcadell i Dolors Bassa també estaven tancades a la presó, a més dels seus set companys presos.

Ara bé, és obvi que el desdoblament és un recurs que hem de fer servir amb comptagotes, només de tant en tant com acabem de dir; altrament, si produïéssim de formes dobles un text es faria molt pesat de llegir.

Per últim, recordem que també existeixen les formes dobles abreujades, que s'acostumen a crear afegint la terminació femenina al nom masculí, separada per una barra (/) –interessat/ada– o, fins i tot, dins d'un parèntesi –interlocutor(a). Ara bé, aquests sistemes encara enfarfeguen més els textos; per tant, llevat de formularis, impresos i algun altre document similar, emprem-los tan sols en darrera instància. Dins un text, qualsevol altre recurs inclusiu serà millor que aquest<sup>16</sup>.

FORMA ANDROCÈNTRICA	FORMA INCLUSIVA
Associació de Pares d'Alumnes	Associació de Mares i Pares d'Alumnes, o millor: Associació de Famílies d'Alumnes
Els metges estan al límit, després de tants mesos de pandèmia	Metges i metgesses estan al límit, després de tants mesos de pandèmia
Benvolguts senyors,	Opcions: Bon dia / Bona tarda / ... Omissió de la fórmula genèrica de salutació Benvolguts senyors / Benvolgudes senyores, Benvolgudes senyores / Benvolguts senyors, Benvolguts/udes senyors/es,

16. L'hem de fer servir poc, com menys millor, per no recarregar el text; però és un recurs legítim, emprat sovint en els llibres de gramàtica per a designar precisament les variants masculina i femenina (per exemple, “dolent/a” a *El llenguatge*, Albert Jané, 3a sèrie, “Polonesos i poloneses”). D'altra banda, la nova gramàtica de l'IEC legitima l'ús de la barra per a indicar una doble possibilitat en acceptar com a nova conjunció “i/o”, “útil especialment en escrits tècnics, que generalment són més concisos” (pàg. 980-981, Gramàtica de la llengua catalana, IEC. Criteri esmentat a la pàg. 85, *La nova normativa de l'Institut d'Estudis Catalans*, Jordi Ginebra i Serrabou).

## 25. Alternar les formes masculines i femenines; de vegades començar per la femenina, d'altres per la masculina

Fins ara, l'ordre habitual de precedència ha estat enunciar primer el masculí i després el femení (pares i mares, germans i germanes, nens i nenes...), si no era per “cortesía” (senyores i senyors).

El gramàtic francès M. de Vaugelas, a *Remarques sur la langue française* (1647), ho justificava dient que “el gènere masculí és el més noble”<sup>17</sup>.

Aquesta “superior noblesa” del masculí provoca de vegades frases sexistes com aquesta: “Tenen quatre criatures: en Pau, de cinc anys; l'Íngrid, de set; la Paula, de quatre, i la Blau, de tres”. L'ordre lògic d'enumeració seria per edat: “Tenen quatre criatures: l'Íngrid, de set anys; en Pau, de cinc; la Paula, de quatre, i la Blau, de tres”.

Afortunadament aquesta norma no escrita cada vegada se segueix menys. El Termcat comença esmentant el femení en la definició de diversos termes (p.e. “Registre retributiu: registre on es recull tota la informació salarial d'una empresa o organització, i que mostra, amb detall i de forma separada, les retribucions de dones i homes de la plantilla”), i el diccionari de l'IEC també (p.e. “molinet. Figura del rigodon i d'altres balls en què les dones o els homes, formant cercle i donant-se les mans amb el ballador diametralment oposat, giren o fan balancé al voltant del centre”)<sup>18</sup>.

Així mateix, una de les cinc associacions professionals de jutges de l'Estat espanyol, considerada com la més progressista, s'anomena Jutgesses i Jutges per la Democràcia. També és interessant observar la denominació que han adoptat els col·legis d'infermeria. Els noms oficials dels quatre col·legis catalans són: els de Barcelona, Tarragona i Lleida, “Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers”, i el de Girona, “Col·legi Oficial d'Infermeres/rs”<sup>19</sup>. És a dir, tradueixen el fet que la majoria de professionals de la infermeria siguin dones a l'ordre de precedència i esmenten primer les “infermeres” i després els “infermers”, una solució ben lògica.

17. Frase citada a Lledó, Eulàlia. *De llengua, diferència i context*. Quaderns de l'Institut / 3. Institut Català de les Dones. Barcelona, 2007.

18. No tothom ho veu igual; fins i tot hi ha qui considera que anteposar el femení al masculí és discriminar els homes. Vegeu, si no: “Finalment tampoc no és lícit d'invertir l'ordre habitual no marcat o neutre (masculí-femení), ja que aleshores sí que es produeix discriminació contra el sexe masculí (p.e. dient “les dones i els homes” en comptes de dir “els homes i les dones”), llevat d'algunes fórmules de cortesía estereotipades (p.e., “senyores i senyors”). Pàg. 168-169, Ramon Sangles i Moles. *Compendi de normes d'estil, Manual per a redactors i correctors*. Ed. Llengua Nacional, 2009. Aquesta mena de reaccions ens fa pensar que fins i tot qui rebutja el llenguatge inclusiu amb l'argument que la preeminència del masculí gramatical és una mera convenció, es neguiteja quan algú simplement anteposa un substantiu femení al masculí i, aleshores sí, ho considera una discriminació.

19. Al nostre parer, en aquest cas l'ús de la barra no està ben resolt. Si s'opta per la barra, trobem preferible fer-ho així: “d'Infermeres/ers”, encara que nosaltres preferiríem escriure el nom sencer com fan els altres col·legis.



## 26. Combinar substantius masculins i femenins en les enumeracions de diversos grups humans que tenen un valor d'exemple, això sí, vigilant que les atribucions de gènere no caiguin en estereotips

Un magnífic exemple d'aquest recurs el trobem a l'últim paràgraf del llibre d'Irene Vallejo, *L'infinít en un jonc*:

“Aquesta és la història d'una novel·la coral encara per escriure. El relat d'una fabulosa aventura col·lectiva, la passió callada de tants éssers humans units per aquesta misteriosa lleialtat: narradores orals, inventors, escribes, il·luminadors, bibliotecàries, traductors, llibreres, venedors ambulants, mestres, savis, espies, rebels, viatgers, monges, esclaus, aventureres, impressors.”

### FORMA ANDROCÈNTRICA

És clar que podem consultar-ho a un amic o al veí del davant, però sempre és millor assessorar-se per algú que hi entengui

La cinquena onada va començar entre els joves, però va acabar arribant als seus tiets o avis

### FORMA INCLUSIVA

És clar que podem consultar-ho a una amiga o al veí del davant, però sempre és millor assessorar-se per algú que hi entengui

La cinquena onada va començar entre el jovent, però va acabar arribant als seus tiets o a les seves àvies

Hi ha qui condemna aquest recurs argüint que provoca ambigüitat. Nosaltres creiem que el context i el sentit comú resolen la majoria de dubtes que es puguin produir. Per exemple, a la frase esmentada més amunt, “La cinquena onada va començar entre el jovent, però va acabar arribant als seus tiets o a les seves àvies”, ningú no pensarà que la COVID-19 va perdonar les tietes o els avis, de la mateixa manera que, en el paràgraf d'Irene Vallejo, encara que esmenti les narradores orals, les bibliotecàries o les aventureres, ningú no pensarà que l'autora està exclouent els narradors orals, els bibliotecaris o els aventurers.

Ara bé, si en algun escrit aquesta fórmula es prestés a ambigüitat i ni el context ni el sentit comú no la desfessin, aleshores, hauríem de fer servir un altre recurs inclusiu.

## 27. Compensar en altres parts del text els masculins genèrics que no s'aconsegueixen evitar

De vegades, no trobem altra solució que fer servir alguns masculins genèrics, per exemple, en documents llargs que versen d'un grup humà (“els transportistes”, “els pintors valencians”, “els menors migrants no acompanyats”...).

En aquests casos, recomanem compensar aquesta marca androcèntrica escrivint tot seguit formes genèriques o femenines que remarquin que aquell

masculí genèric inclou tothom, o bé escampant al llarg del text prou referències genèriques i també femenines per tal que qualsevol que el llegeixi entengui perfectament que ens referim tota l'estona a homes, dones i persones no-binàries, si aquest fos el sentit de l'escrit, naturalment. Ara bé, en el cas de textos legals, recomanem prescindir d'aquest recurs a fi de no alimentar cap ambigüitat que pogués comportar inseguretat jurídica.

#### FORMA ANDROCÈNTRICA

Pel que fa als pacients crítics, dels 764 que han analitzat, el 73% no estava immunitzat

#### FORMA INCLUSIVA

"Pel que fa als pacients crítics, de les 764 persones que han analitzat, el 73% no estaven immunitzades" (Maria Ortega, diari ARA, 29 de juliol de 2021)

### 28. Explicitar les persones no-binàries quan parlem de grups humans integrats per individus de diferents sexes/gèneres, almenys en els textos d'una certa llargada

És important que, en algun moment del text o del discurs, deixem clar que la humanitat no sols està formada per homes i dones, sinó també per persones no-binàries. Així mateix, no parlem mai de "dos sexes" o d'"ambdós sexes", sinó de "diferents sexes", "diversos sexes", "qualsevol sexe" o d'expressions semblants.

#### FORMA ANDROCÈNTRICA

Tothom ha de ser tractat amb igual dignitat, sigui home o dona

#### FORMA INCLUSIVA

Tothom ha de ser tractat amb igual dignitat, sigui home, dona o persona no-binària

### 29. Començar a introduir els neologismes "elli", "ellis" i "totis" per designar les persones no-binàries

En els casos en què ens haguem de referir d'una manera específica i explícita a una persona, a un grup de persones o a totes les persones no-binàries, proposem assajar l'ús dels termes "elli", "ellis" i "totis" i veure si acaben arrelant en la llengua. Per exemple: "La xerrada sobre gèneres múltiples serà a càrrec de Patrícia Colldeforns i Noah Gutiérrez. Ella és sociòloga i transsexual i elli, docent i persona no-binària".

### 30. Evitar l'article personal per referir-nos a les persones no-binàries

Recomanem evitar l'article personal (en/el o la) per referir-nos a les persones no-binàries. Per exemple: “La xerrada serà a càrrec de la Patrícia, una persona transsexual, i Noah, una persona no-binària”.

## 2.2 Evitem el sexisme

### 31. Anomenar la dona com a ésser independent de l'home i d'igual dignitat i valor

FORMA SEXISTA	FORMA INCLUSIVA
Els convidats i les seves dones ( <i>frase que, a més de subordinar les dones, ignora les parelles homosexuals</i> )	Les persones convidades i les seves parelles
Ahir va morir Juliette Greco, la que va ser musa i amant d'Albert Camus, Miles Davis i altres escriptors i artistes	Ahir va morir Juliette Greco, actriu i cantant francesa que triomfà amb temes com “Si tu t'imagines” o “Déshabillez-moi”
La dona de Sartre, Simone de Beauvoir, va escriure <i>El segon sexe</i>	Simone de Beauvoir va escriure <i>El segon sexe</i>
Mentre es reuneixen els congressistes, s'organitzaran activitats culturals per a les seves dones	Mentre celebren el Congrés, s'organitzaran activitats culturals per a les persones acompanyants
Ahir es van allotjar a l'hotel dos italians amb les seves dones	Ahir es van allotjar a l'hotel dues parelles italianes
Es presenten a concurs tres candidats i dues dones	Es presenten a concurs tres candidats i dues candidates

### 32. Bandejar estereotips que atribueixen a les dones valors o objectes socialment menys prestigiats que els que s'atribueixen als homes

Home: valent (“No ets home si no ho fas”); dona: indecisa, poruga (“Plora com una dona”, “És una bleada assolellada!”).

Home: anuncis de cotxes, de begudes; dona: anuncis de productes de neteja, d'alimentació.

Home: qualitats intel·lectuals i racionals; dona: qualitats estètiques i emocionals.

FORMA SEXISTA	FORMA INCLUSIVA
Juga a futbol tan bé com un home	Juga molt bé a futbol
Tan fort que és, i ha cridat com una nena	Tan fort que és, i ha cridat
No aguanta gens; plora com una nena	No aguanta gens
El cotxe del pare, del papa	El cotxe
La rentadora de la mare, de la mama	La rentadora

### 33. Evitar referir-se a les dones amb expressions que només representen els homes

Exemples: cavalleriesitat, homenia, home bo, home de bé, paternitat (en el sentit d'autoria), prohom, etc.

FORMA SEXISTA	FORMA INCLUSIVA
A la sala d'actes hi havia penjats els retrats d'homes i dones cèlebres del segle XX, els prohoms de la societat valenciana d'aquella època	A la sala d'actes hi havia penjats els retrats d'homes i dones cèlebres del segle XX, les principals figures/personalitats de la societat valenciana d'aquella època
Lliurant el premi a la seva rival, va mostrar una vegada més la seva cavalleriesitat ( <i>referint-se a una dona</i> )	Lliurant el premi a la seva rival, va mostrar una vegada més la seva generositat/educació

### 34. No utilitzar expressions, adjectius o noms pejoratius, només existents en femení o amb un sentit més negatiu si es refereixen a dones (duals aparents)

Exemples: harpia, comare, putada, fill/a de puta, comareig, una bruixa (com a dona lletja i/o dolenta), una maria, una fresca, una *fulana*, una *guarra*, una qualsevol, cosa de dones, posar o enviar (algú) a parir, etc. O adreçar-se a les dones amb paraules com “nena” o “maca” quan no ho faríem amb els homes.

FORMA SEXISTA	FORMA INCLUSIVA
És una harpia	És una mala persona
Aquesta assignatura és una maria	Aquesta assignatura té poca importància

### 35. Mostrar el paper actiu de les dones

FORMA SEXISTA	FORMA INCLUSIVA
A les dones els van concedir el dret de vot després de la I Guerra Mundial	Les dones van guanyar el dret de vot després de la I Guerra Mundial
La violació es va evitar gràcies a la veïna, que es va abraonar sobre l'agressor, i al porter de la finca, Juanjo Belmonte, que va avisar els mossos d'esquadra	La violació es va evitar gràcies a [Nom i cognom de la veïna], que es va abraonar sobre l'agressor, i al porter de la finca, Juanjo Belmonte, que va avisar els mossos d'esquadra

### 36. Emprar el mateix criteri per a homes que per a dones a l'hora d'escriure cognoms, aposicions i tractaments

FORMA SEXISTA	FORMA INCLUSIVA
Han arribat els Garcia	Ha arribat la família Garcia i Domènec (o Domènec i Garcia)
Assisteixen a l'acte el senyor Sales i la senyoreta Mònica	Assisteixen a l'acte el senyor Sales i la senyora Gómez (o la senyora Gómez i el senyor Sales)
La Sra. de ...	La Sra. ... (el seu nom i cognom/s)
Dues dones militars declaren haver sofert...	Dues militars declaren haver sofert...
Josep Carreras i la Caballé...	Josep Carreras i Montserrat Caballé...

### 37. Equilibrar el protagonisme d'homes i dones en les referències. També caldrà introduir referències de persones no-binàries a mesura que figures destacades del món de les arts, les ciències, la política, l'esport, etc., s'hi declarin

FORMA SEXISTA	FORMA INCLUSIVA
Els Estats Units han donat grans cantants al món: Elvis Presley, Bruce Springsteen, Bob Dylan, Roy Orbison, etc. ( <i>tots homes i blancs</i> )	Els Estats Units han donat grans cantants al món: Aretha Franklin, Elvis Presley, Ray Charles, Janis Joplin, etc.

### 38. Evitar les formes anomenades de cortesia o les expressions condescendents o paternalistes envers les dones

#### FORMA SEXISTA

42 morts, la majoria dones i nens, en un nou naufragi a les costes del Sàhara

#### FORMA INCLUSIVA

Moren 42 persones, entre aquestes X criatures, en un nou naufragi a les costes del Sàhara

### 39. Utilitzar la mateixa expressió per a designar una professió que fan les dones i els homes

Quan una feina la fan únicament o sobretot les dones, aquesta professió acostuma a perdre prestigi social i, per tant, el nom agafa connotacions negatives. Quan més tard la comencen a fer també els homes, aquests busquen un altre nom més grandiloqüent per a anomenar-se. Cal unificar el nom amb què designem aquesta professió, la faci qui la faci. Per exemple, o parlem de personal de neteja (siguin homes o dones) o parlem d'homes de fer feines i de dones de fer feines.

#### FORMA SEXISTA

La tripulació compta amb tres hostesses i dos auxiliars de vol

#### FORMA INCLUSIVA

La tripulació compta amb cinc auxiliars de vol, tres dones i dos homes / tres hostesses i dos hostes

## 2.3 Evitem el classisme, el racisme, l'LGTBI-fòbia, el capacitisme i l'estigma

No solament hem d'evitar el sexisme i l'androcentrisme quan parlem o escrivim; també hem de tenir cura de no introduir expressions racistes, clasistes, LGTBI-fòbiques o que són poc respectuoses de les persones amb diversitat funcional o amb malalties mentals.

En els casos dubtosos, el millor és consensuar els termes que designen o descriuen els grups humans amb aquests grups mateix o amb les entitats que els representen.

## 40. Evitar les expressions racistes i etnocèntriques

FORMA ETNOCÈNTRICA O RACISTA	FORMA INCLUSIVA
persona de color/negret(a)	persona negra / persona afrodescendent / persona negroafricana o afroamericana
immigrant il·legal	persona en situació (administrativa) irregular
immigrant de segona generació	descendent de persones migrants/migrades / descendent d'immigrants
arribada massiva, allau, onada, flux (d'immigrants)	Ø, un grup, o indicar la quantitat aproximada
"Al Barri Gòtic, un home mexicà assassina..."	"Al Barri Gòtic, un home assassina..."
moro/mora	persona del Magrib / persona marroquina / persona algeriana...
vel islàmic	vel, hijab, xador...
sudaca	llatinoamericana-ana, argentí, equatoriana...
terrorisme islàmic / terrorisme gihadista	terrorisme fonamentalista / Al Qaeda / Daeix / Boko Haram...
pisos pastera	pisos sobreocupats
raça gitana	ètnia gitana / poble gitano / poble romaní
anar al <i>paki</i> / anar al <i>badulake</i> / comprar al <i>xino</i>	anar al supermercat / anar al "nom del supermercat" / comprar a la botiga / comprar al "nom de la botiga"
agafar una turca	emborratxar-se, agafar una borratxera
indígena	població autòctona, originària
xineta, xinet	xinesa, xinès
"És un cafre!"	"És molt cruel!"
"Prou de fer l'indi!"	"Prou de fer ximpleries!"
"Aquest tio és un jueu"	"Aquest tio és un usurer / només pensa en els diners"
"Aquest tio és un gitano, ves amb compte"	"Aquest tio enganya, ves amb compte"
"On vas així? Sembles una gitana!"	"On vas així, tan bruta/deixada?"
"Uns 50 joves d'origen magrebí, també amics del ferit..."	<i>No posem èmfasi en les diferències ètniques quan no calen per exposar i contextualitzar els fets</i>

## 41. Evitar les expressions homòfobes o poc respectuoses cap a les persones LGTBI

### FORMA HOMÒFOBA O POC RESPECTUOSA

### FORMA INCLUSIVA

“Que et donin pel cul”

“Ves a pastar fang”

“Això és una mariconada”

“Això és una ximpleria”

Hermafrodita

Persona intersexual

Operació de canvi de sexe

Operació d’afirmació de gènere

## 42. Evitar les expressions classistes

### FORMA CLASSISTA

### FORMA INCLUSIVA

l’Alcalde, el Rei, la Presidenta, la Doctora...

l’alcalde, el rei, la presidenta, la doctora...

vagabund, indigent, captaire

persona sensesostre / que viu al carrer

“No li facis cas, és un mort de gana!”

“No li facis cas”

“Prové d’una família de classe baixa”

“Prové d’una família de classe treballadora / de les classes populars”

## 43. Evitar les expressions capacitistes

El capacitisme és una forma de discriminació o prejudici social contra les persones amb diversitat funcional o amb discapacitat.<sup>20</sup> Les persones som molt més que la malaltia que patim o una discapacitat que puguem tenir. Per tant, no designem una persona per la seva malaltia o discapacitat, de la mateixa manera com evitem fer comentaris i burles sobre l’aparença física d’algú, per exemple, per la seva obesitat (grassofòbia).

### FORMA CAPACITISTA

### FORMA INCLUSIVA

A l’aula hi ha dues nenes amb sordesa; la resta és normal

A l’aula hi ha dues nenes amb sordesa; la resta no ho és (o “no ho són”)

discapacitat/ada

persona amb discapacitat / persona en situació de discapacitat / persona amb diversitat funcional

deficient/mongòlic-a

persona amb discapacitat intel·lectual

20. També se l’anomena discriminació de la discapacitat, capacitocentrisme, fiscalisme o opressió de la discapacitat.



persona minusvàlida / invàlida / paralítica / coixa / disminuïda	persona amb discapacitat física / persona amb mobilitat reduïda
tenir un defecte / una tara de naixement	tenir una discapacitat congènita
una persona que pateix síndrome de Down / Un/a Down	una persona que té/presenta síndrome de Down
la cega o el cec <sup>21</sup> / la invident o l'invident	la persona cega / persona amb ceguesa / persona amb discapacitat visual
el sord o la sorda	la persona sorda / persona amb sordesa / persona amb discapacitat auditiva
la sordmuda o el sordmut	la persona sordmuda / persona amb sordmudesa
el sordcec o la sordcega	la persona sordcega / persona amb sordceguesa

#### **44. Evitar les expressions estigmatitzadores de les persones que tenen algun problema de salut mental o utilitzar com a insults termes que designen malalties**

<b>FORMA ESTIGMATITZADORA</b>	<b>FORMA INCLUSIVA</b>
dement/boig-boja/trastornat-ada/malalt-a mental/esquizofrènic-a	persona amb problemes de salut mental / persona que té o conviu amb un trastorn mental
reclòs-osa / tancat-ada en un manicomi / intern-a en un psiquiàtric	pacient o persona usuària de centres de salut mental
"Va a la seva; és un autista"	"Va a la seva"
"De tant en tant l'han d'ingressar; és esquizofrènica"	"De tant en tant l'han d'ingressar; té esquizofrènia"
"La jutgessa va sentenciar recloure'l en un manicomi"	"La jutgessa va sentenciar recloure'l en un centre de salut mental"
"Sembles bipolar"	"Ets molt voluble"

21. Hi ha persones per a les quals tenir una discapacitat visual o auditiva és un signe d'identitat i prefereixen ser anomenades "cegues" o "sordes". Per això, sempre que puguem, el millor és preguntar a la persona sobre qui escriurem amb quina denominació se sent més còmoda.

## RECOMANACIONS PER A UNA COMUNICACIÓ VISUAL INCLUSIVA

Acabem amb algunes recomanacions relacionades amb la imatge. Quan creem un missatge visual, abans hem de decidir amb cura sobre una sèrie de variables: el lloc de la representació, les persones que hi apareixeran i quina relació entre elles mostrarem, com seran i què faran aquestes persones... Segons les decisions que prenguem, crearem una imatge ofensiva o discriminatòria, o bé una imatge inclusiva.

Tot seguit, presentem 15 recomanacions que ens poden ajudar a fer una comunicació visual inclusiva o igualitària.

1. Equilibrem les imatges de dones i homes: en nombre, freqüència, dimensions, protagonisme...
2. No perpetuem rols de gènere: evitem clixés com ara mostrar homes desenvolupant una activitat intel·lectual i dones tenint cura d'un nadó. Hem de representar persones de qualsevol sexe fent tota classe d'activitats indistintament. Val la pena que presentem les tasques que tradicionalment són femenines com a cosa que correspon igualment als homes, i al revés.
3. Evitem al·lusions innecessàries sobre l'aspecte físic o la manera de vestir de les dones, ni de ningú. Quan representem dones, no hem de cosificar-les ni hipersexualitzar-les per defecte. Apostem per una representació no estereotipada i allunyada dels cànons de bellesa.
4. Evitem l'ús de colors històricament vinculats a un gènere (relacionar les dones amb el rosa i els homes amb el blau) o que les dones representades apareguin més petites o en un segon pla.
5. Presentem les dones com a independents, amb capacitat d'elecció i decisió sobre tots els aspectes de la seva vida, des de l'econòmic i el polític fins al psicològic.
6. Mostrem dones reals de la vida quotidiana com a protagonistes i no "dones perfectes".
7. Quan parlem de violència masclista o contra les dones (millor que dir-ne violència de gènere), evitem el sensacionalisme; els detalls morboses no aporten informació rellevant ni tenen valor pedagògic. A més:
  - a) anomenem la causa d'aquesta violència: la cultura patriarcal i el masclisme;

- b) introduïm veus d'expertes, sobrevivents i organitzacions feministes;
  - c) no diguem que una dona ha mort, sinó que ha estat assassinada;
  - d) si l'agressor és una persona famosa, no n'utilitzem imatges positives;
  - e) podem optar per imatges d'arxiu de manifestacions o concentracions contra la violència masclista;
  - f) no fem servir recursos que vinculin l'agressor o l'assassí amb una nacionalitat, ètnia o religió concreta;
  - g) respectem la intimitat de les dones violades o víctimes d'agressions sexuals i no en difonguem la imatge.
8. No sexualitzem les nenes ni les presentem embadocades amb maquillatges i vestits.
  9. Evitem l'ús d'ícones de connotació masculina i potenciem les que facin visibles els diversos gèneres, o bé amb sentit neutre simbòlic.
  10. Quan presentem diferents grups humans (dones i homes; persones de diferent ètnia...), mostrem-los amb el mateix estatus social, en una situació d'igualtat i no de superioritat o jerarquització.
  11. Intentem que a les nostres imatges no apareguin tan sols persones blanques.
  12. Si hem de representar famílies o relacions afectives, presentem-ne de molt diverses: famílies nuclears i extenses, famílies heterosexuales però també famílies gais, lesbianes, monoparentals (femenines, masculines o no-binàries), sense descendència, famílies enllaçades, comunitats afectives, criatures tutoritzades...
  13. Mostrem cossos no normatius i persones amb diversitat funcional.
  14. Assegurem-nos de tractar les persones amb diversitat funcional com qualsevol altra, visibilitzant-les sense promoure una visió paternalista.
  15. Les imatges també poden ser inclusives per a les persones cegues. Quan les publiquem a webs o a xarxes, omplim el camp de text alternatiu amb una petita descripció per contextualitzar el contingut per a qui utilitzi un lector de pantalla.

---

# Bibliografia

---

- Alario, Carmen; Bengoechea, Mercedes; Lledó, Eulàlia; Vargas, Ana. *NOMBRA. En femenino y en masculino. La representación del femenino y el masculino en el lenguaje*. Madrid: Instituto de la Mujer, 1995.
- Bengoechea, Mercedes. *Guía para la revisión del lenguaje desde la perspectiva de género*. Diputación Foral de Vizcaya, 2003.
- Bengoechea, Mercedes. *Sexismo y androcentrismo en el lenguaje público de la empresa*. Diputación Foral de Vizcaya.
- Bengoechea, Mercedes. “Lo femenino en la lengua: sociedad, cambio y resistencia normativa. Estado de la cuestión”, *Lenguaje y Textos*, núm. 27, pàg. 37-68, 2008.
- Calvo Fajardo, Yadira. *Redacción con lenguaje inclusivo*. Centro Agronómico Tropical de Investigación y Enseñanza, CATIE. Costa Rica, 2013.
- Departament de la Presidència. Secció d'Assessorament de Política Lingüística. Generalitat de Catalunya. *Marcar les diferències: la representació de dones i homes a la llengua*. Barcelona. [Criteris Lingüístics 6], 2005.
- Forgas Berdet, Esther. “Implicaciones de género en la comunicación: el sexismo en el lenguaje”. *Els papers socials de les dones (1)* / Grup de Recerca Grèc (aut.), 2001.
- Herrero i Gómez, Pere. *Guia de llenguatge inclusiu en el tractament de persones amb discapacitat*. Generalitat de Catalunya. Barcelona, 2021.
- Lledó, Eulàlia. *De llengua, diferència i context*. Quaderns de l'Institut / 3. Institut Català de les Dones. Barcelona, 2007.
- Lledó, Eulàlia. “El gènere en català. Estructura, asimetries i canvis”, 2013.
- Lledó, Eulàlia. *Cambio lingüístico y prensa*. Editorial Laertes, 2013.
- L'Apòstrof. *Comunicació igualitària*. Quaderns de Transformació. Grup cooperatiu ECOS. Barcelona, 2019.
- López León, Carla. *El género no binario en la traducción al español: análisis del uso del lenguaje inclusivo no binario*. 2020.
- Marçal, Heura; Kelso, Fiona, i Nogués, Mercè. *Guia per a l'ús no sexista del llenguatge a la Universitat Autònoma de Barcelona*. Servei de Llengües i Observatori per a la Igualtat de la UAB. Barcelona, 2011.
- Moure, Teresa. *Lingüística se escribe con A*. Ed. Catarata. Madrid, 2021.
- Obertament. *Guia de mitjans. Recomanacions per informar sobre salut mental*.
- Solà, Joan. *Parlem-ne (Converses lingüístiques, 1990-1997)*, p. 127-142. Ed. Empúries, 2020.





L'Apòstrof, SCCL, som una cooperativa de comunicació formada per professionals de la llengua, el periodisme, el disseny gràfic i la docència. Treballem en quatre grans àmbits —text, comunicació, disseny i economia social i solidària— amb el convenciment que a través de la nostra feina podem contribuir a transformar la societat. Som un projecte cooperatiu i autogestionat, amb una trajectòria de vint-i-cinc anys, que es regeix pels valors d'ajuda mútua, responsabilitat, democràcia, igualtat, equitat i solidaritat.

Partim de la idea que la comunicació és un reflex de la societat que la utilitza. Així, si la nostra societat discrimina, la nostra comunicació tendeix a reproduir aquesta discriminació. Conscients d'això, aprofitem totes les possibilitats que ens ofereix el llenguatge i el disseny gràfic per visibilitzar tots els grups socials i per eliminar dels nostres textos i productes audiovisuals marques i estereotips discriminatoris (referents a gènere, classe, ètnia, religió, ideologia, etc.).

**L'Apòstrof**