

## Normas APA 7ª edición

### ANEXO I: PAUTAS PARA UN LENGUAJE INCLUSIVO Y NO DISCRIMINATORIO

El manual de estilo de la APA (7ª edición, 2020) ha incluido un nuevo capítulo dedicado al lenguaje inclusivo, no discriminatorio y libre de prejuicios. El contenido desarrolla aspectos sobre cómo escribir al tratar las cuestiones de identidad de género, orientación sexual, discapacidad, edad, estatus socio-económico, grupos raciales o étnicos, etc.

En consecuencia, el objetivo de este documento es aportar recomendaciones sobre cuestiones de género y uso del lenguaje inclusivo y no discriminatorio, con el fin de que en los escritos se utilice un lenguaje libre de prejuicios y evitar perpetuar creencias prejuiciosas o actitudes degradantes.

Estas pautas y recomendaciones fueron elaboradas por grupos de expertos de los comités lingüísticos libres de prejuicios de la [APA-American Psychological Association](#).

Pautas generales para escribir sobre todas las personas y sus características personales sin prejuicios:

#### Reducir el sesgo

##### 1. Describa el nivel apropiado de especificidad:

Se debe elegir palabras que sean precisas, claras y libres de prejuicios o connotaciones perjudiciales. Por ejemplo, usar "hombre" para referirse a todos los seres humanos no es tan exacto o inclusivo como usar los términos "individuos" o "personas".

Usar términos que sean adecuadamente específicos para mejorar la capacidad de los lectores para comprender la generalización de sus hallazgos y la capacidad de otros investigadores para usar sus datos en un metanálisis o replicación.

Ejemplos de especificidad por temas:

Cuando se escribe sobre la [edad](#), utilizar las edades exactas o los rangos de edad (p. ej., De 15 a 18 años, de 65 a 80 años).

Al escribir sobre la [discapacidad](#), son más específicos los nombres de las afecciones (p. ej., la enfermedad de Alzheimer) en vez de usar referencias generales como "personas con discapacidades".

Respecto a la [identidad de género](#), los descriptores con modificadores (p. ej., mujeres cisgénero, mujeres transgénero) son más específicos que los descriptores sin modificadores (p. ej., mujeres) o términos generales sin género (p. ej., personas, individuos).

Cuando se escribe sobre [grupos raciales o étnicos](#), se recomienda usar términos que indiquen nación o región de origen (p. ej., estadounidenses de origen chino, estadounidenses de origen mexicano) en vez de un origen generalizado (p. ej., estadounidenses de origen asiático, latinoamericanos).

Sobre [la orientación sexual](#), los nombres de las orientaciones de las personas (por ejemplo, lesbianas, hombres gay, personas bisexuales, personas heterosexuales) son más específicos que las etiquetas de grupos amplios (por ejemplo, gay).

Al escribir sobre [el estatus socioeconómico](#), utilizar los rangos de ingresos o las designaciones específicas en vez de etiquetas generales (por ejemplo, bajos ingresos).

## 2. Sea sensible con las etiquetas:

Elija etiquetas con sensibilidad, asegurándose de que se respete la individualidad y la humanidad de las personas. Una etiqueta peyorativa no debe usarse de ninguna forma.

Evite el uso de adjetivos como sustantivos para etiquetar a las personas (p. ej., "los gays", "los pobres") o etiquetas que equiparen a las personas con su condición (p. ej., "amnésicos", "esquizofrénicos", "discapacitados del aprendizaje", "consumidores de drogas"). En su lugar, utilice adjetivos (p. ej., hombres homosexuales, adultos mayores) o sustantivos con frases descriptivas (p. ej., personas que viven en la pobreza, personas con problemas de aprendizaje, personas que consumen drogas).

Compare los grupos con cuidado. El sesgo ocurre cuando los autores usan un grupo (a menudo su propio grupo) como el estándar contra el cual se juzga a los demás.

Tenga en cuenta que el orden de presentación del grupo social puede implicar que el grupo mencionado en primer lugar es la norma o estándar y que los grupos mencionados más tarde son anormales o desviados.

Cuando se refiera a varios grupos, considere cuidadosamente el orden en el que presentarlos. No coloque grupos en orden de dominio social por defecto; en su lugar, considere opciones como el orden alfabético o el orden del tamaño de la muestra. Para facilitar la comprensión, enumere los grupos en el mismo orden de forma coherente a lo largo de un documento.

Reducción de sesgo por tema:

### **Género**

Habla sobre género con inclusión y respeto.

El género se refiere a las actitudes, sentimientos y comportamientos que una cultura determinada asocia con el sexo biológico de una persona (APA, 2012). La identidad de género se aplica a todas las personas y no es una característica sólo de las personas transgénero o no conformes al género.

*Transgénero* se usa como adjetivo para referirse a personas cuya identidad, expresión y/o rol de género no se ajusta a lo que se asocia culturalmente con su sexo asignado al nacer.

Al respecto de la asignación de sexo, los términos "sexo al nacer", "sexo natal", "transexual" y "travesti" son considerados despectivos por los estudiosos de la investigación psicológica y, por tanto, estos términos despectivos deben evitarse.

Se recomienda usar etiquetas de identidad que estén de acuerdo con las identidades declaradas de las personas que está describiendo y defina claramente cómo está usando dichas etiquetas de identidad en su escritura.

Por ejemplo, para referirse a todos los seres humanos, utilice términos como "individuos" o "personas" en lugar de "hombre" o "humanidad" para ser exactos e inclusivos; si usa fuentes que incluyen el genérico "hombre", el genérico "él" o títulos ocupacionales fechados, aclare el contexto histórico en el que se usaron estos términos.

Evite el uso de combinaciones como "él o ella", "ella o él", "él / ella" y "(s) él"; evite también referirse a un sexo o género como "sexo opuesto" o "género opuesto"; la redacción adecuada puede ser "otro sexo" u "otro género".

Ejemplos de lenguaje libre de prejuicios para el género en:

<https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/bias-free-language/gender>  
(en inglés)

### **Orientación sexual**

Utilice el término "orientación sexual" en lugar de "preferencia sexual", "identidad sexual" o "identidad de orientación sexual".

Algunos ejemplos de términos para la orientación sexual son lesbiana, gay, heterosexual, heterosexual, asexual, bisexual, queer, polisexual y pansexual (también llamado multisexual y omnisexual). Se debe tener en cuenta que

estas definiciones están evolucionando y que la autoidentificación es mejor cuando es posible. En todo caso, cuando utilice términos específicos para las orientaciones, defínalos si hay ambigüedad.

Utilice el término general "minorías sexuales y de género" para referirse a múltiples grupos minoritarios sexuales y / o de género; también se pueden utilizar abreviaturas como LGBTQ, LGBTQ +, LGBTQIA y LGBTQIA + para referirse a varios grupos.

Evite términos inexactos o peyorativos como "homosexual" y "homosexualidad", asociados con estereotipos negativos. En su lugar, utilice términos específicos de identidad para describir la orientación sexual de las personas (por ejemplo, personas bisexuales, personas queer).

Ejemplos de lenguaje libre de prejuicios para la orientación sexual:

<https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/bias-free-language/sexual-orientation> (en inglés)

## **Identidad racial y étnica**

Los términos utilizados para referirse a grupos raciales y étnicos continúan cambiando con el tiempo por volverse anticuadas y tener connotaciones negativas.

La *raza* se refiere a las diferencias físicas que los grupos y culturas consideran socialmente importantes. La raza es una construcción social que no es universal, por lo que hay que tener cuidado de no imponer etiquetas raciales a los grupos étnicos. Siempre que sea posible, use los términos raciales y / o étnicos que sean los más claros y específicos posibles o los que utilizan sus propios participantes. Por ejemplo, en lugar de categorizar como asiático-americano o hispano-americano, identifique su nación o región de origen, como japonés-americano o cubano-americano.

El lenguaje que esencializa o cosifica la raza está fuertemente desaconsejado y generalmente se considera inapropiado. Por ejemplo, frases como "la raza negra" y "la raza blanca" son de naturaleza esencialista, retratan a los grupos humanos de manera monolítica y, a menudo, perpetúan los estereotipos.

Los grupos raciales y étnicos se designan con nombres propios y se escriben con mayúscula: Nativo Americano, Hispano, Indígena, Aborigen...; pero use minúsculas para "personas" cuando describa a personas que son indígenas o aborígenes. Si las personas pertenecen a varios grupos raciales o étnicos, los nombres de los grupos específicos se escriben con mayúscula, pero los términos "multirracial", "birracial", "multiétnico", etc., están en minúsculas.

Para escribir sobre "minorías", se debe de utilizar términos como "personas de color" o "grupos subrepresentados" en lugar de "minorías". El uso de "minoría" puede verse de manera peyorativa porque generalmente se equipara con ser menos que, oprimido o deficiente en comparación con la mayoría.

En este enlace <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/bias-free-language/racial-ethnic-minorities> se describe una amplia casuística de designaciones para grupos étnicos y raciales específicos.

## **Discapacidad**

Discapacidad es un término amplio que se define tanto de manera legal como científica y abarca las deficiencias físicas, psicológicas, intelectuales y socioemocionales (Organización Mundial de la Salud, 2011).

El lenguaje que se debe utilizar en lo que respecta a la discapacidad está evolucionando. El principio general para usar el lenguaje de la discapacidad es mantener la integridad (valor y dignidad) de todas las personas como seres humanos.

Utilice términos y descripciones con respeto e inclusión, y eviten términos con implicaciones negativas. Si bien la naturaleza de una discapacidad debe indicarse cuando sea relevante.

Entre otros ejemplos, se recomienda usar "una persona con paraplejía" y "un joven con epilepsia" en lugar de "parapléjico" o "epiléptico"; "personas con trastornos por uso de sustancias" o "personas con discapacidades intelectuales" en lugar de "abusadores de sustancias" o "retrasados mentales"; usar "problemas de audición" en vez de "personas con discapacidad auditiva".

Respecto a la terminología negativa y condescendiente, se recomienda evitar el lenguaje que use metáforas pictóricas o términos negativos que impliquen restricción, insultos, etc., como por ejemplo: use el término "usuario de silla de ruedas" en vez de "en silla de ruedas" o "confinado a una silla de ruedas"; utilice los términos "persona con SIDA" o "persona con una lesión cerebral traumática" en vez de "víctima del SIDA" o "daño cerebral"; insultos como por ejemplo, "lisiado", "inválido", "loco", "alcohólico", "adicto a la metanfetamina" y úsese "persona con una discapacidad física", "persona con una enfermedad mental", "persona con trastorno por consumo de alcohol" o "persona con trastorno por consumo de sustancias" en su lugar.

Más ejemplos de lenguaje libre de prejuicios para la discapacidad con comentarios explicativos en <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/bias-free-language/disability> (en inglés)

## **Estatus socioeconómico**

El *estatus socioeconómico* abarca no solo los ingresos, sino también el nivel educativo, el prestigio ocupacional y las percepciones subjetivas del estatus social y la clase social.

Evite el uso de términos amplios, peyorativos y generalizadores como "vagabundos", "gueto", "afectados por la pobreza" y "dependientes del bienestar". En su lugar, use un lenguaje específico que aborde la calidad o falta de vivienda o el tiempo sin vivienda, no si las personas consideran su residencia como un hogar: "personas sin hogar", "persona en situación de emergencia", "personas en viviendas transitorias", etc.

Más ejemplos de lenguaje libre de prejuicios para el estatus socioeconómico, tanto problemáticos como los preferidos, con comentarios explicativos sobre la condición jurídica, descripción de ingresos, estado de la vivienda, logro educativo o asistencia gubernamental en <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/bias-free-language/socioeconomic-status> (en inglés)

## **Edad**

La edad se debe informar como parte de la descripción de los participantes en la investigación. Se recomienda ser específico al proporcionar rangos de edad, medios y medianas.

Evite definiciones abiertas como "menor de 18 años" o "mayor de 65 años", a menos que se refiera, por ejemplo, a criterios amplios de elegibilidad para estudios de investigación.

Para un individuo de cualquier edad, los términos apropiados son "persona", "individuo", etc.; para una persona de 12 años o menos, los términos apropiados son "bebé" (para un niño muy pequeño), "niño", "niña", "chico", "chica", "niña transgénero", "niño transgénero", "niño de género fluido", etc.; para una persona de 13 a 17 años: "adolescente", "persona joven", "juventud", "mujer joven", "hombre joven", "adolescente mujer", "adolescente varón", "adolescente joven", etc.; para una persona de 18 años o más, los términos apropiados son "adulto", "mujer", "hombre", "hombre transgénero", "hombre trans", "mujer transgénero", "mujer trans", "adulto género queer", "cisénero adulto", y así sucesivamente; para los adultos mayores se prefieren términos como "personas mayores", "adultos mayores", "pacientes mayores", "individuos mayores", "personas de 65 años o más" y "población mayor". Evite el uso de términos como "viejos/as", "ancianos/as", "ancianos/as dependientes" y términos similares de "alteridad" porque connotan un estereotipo y sugieren que los miembros del grupo no son parte de la sociedad sino un grupo.

Por último, los descriptores generacionales como "baby boomers", "Generación X", "millennials", "centennials", "Gen Z", etc., deben usarse sólo cuando se analizan estudios relacionados con el tema de las generaciones.

Más ejemplos de lenguaje libre de prejuicios para la edad en <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/bias-free-language/age> (en inglés)

### **Referencias**

American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>

Asociación Americana de Psicología. (2015). Directrices para la práctica psicológica con personas transgénero y no conformes con el género. *Psicólogo estadounidense*, 70 (9), 832–864. <https://doi.org/10.1037/a0039906>

Asociación Americana de Psicología. (2012). Pautas para la práctica psicológica con clientes lesbianas, gays y bisexuales. *Psicólogo estadounidense*, 67 (1), 10–42.

Organización Mundial de la Salud. (2011). *Informe mundial sobre discapacidad*. [https://www.who.int/disabilities/world\\_report/2011/en/](https://www.who.int/disabilities/world_report/2011/en/)