

El lenguaje también construye igualdad:

Nombrar también es reconocer

Con el lenguaje nombramos, incluimos o excluimos. Cuando usamos expresiones que invisibilizan a personas o refuerzan estereotipos, reproducimos desigualdades que se reflejan en la vida cotidiana. **Hablar con enfoque de igualdad no es una moda, es una forma de respeto.**

Lo que decimos importa



- ★ **El lenguaje incluyente** visibiliza a mujeres, niñas, hombres y grupos históricamente discriminados.
- ★ **Evitar expresiones sexistas** ayuda a desmontar prejuicios y formas sutiles de violencia.
- ★ **Nombrar de manera adecuada** es un acto de justicia simbólica y social.

Un cambio que empieza hoy

Revisa tus palabras, ajusta tus expresiones y **elige formas de comunicación que no invisibilicen ni discriminen.**

La **CNDH** promueve formas de comunicación respetuosas, igualitarias y libres de discriminación. Porque la igualdad también se escribe todos los días.

