
E

PSICOLOGÍA >

¿Trabajar como un negro? Cómo responder a este y otros microrracismos de la lengua española

Y sin alzar la voz ni un decibelio



Retrato de una mujer afroamericana del proyecto Muéstranos FLORENCE GOUPIL | GETTY

MANUELA SANOJA

5 JUN 2020 - 06:47 CEST



Por la crisis del coronavirus, BuenaVida no está en quioscos. Descárgalo gratis [aquí](#)

La muerte de George Floyd ha hecho que la población estadounidense tome las calles contra el **racismo**. Es el último ejemplo de un problema que viene de lejos en Estados Unidos, pero también en el resto del mundo. Solo que la huella del racismo a veces solo se deja ver en pequeñas dosis, en insidiosas, dañinas ofensas que destilan gota a gota, sin levantar protestas. Quizá no te des cuenta, pero es probable que habitualmente caigas en el **microrracismo**. Si no, piensa en todas las veces que has usado frases como "llevo toda la semana currando como un negro".

"A lo largo de la historia, se han ido transmitiendo una serie de expresiones que hacen referencia a determinados colectivos y los califican de forma negativa. Si bien durante mucho tiempo fueron consideradas como normales, **con el paso de los años y los cambios sociales han empezado a generar polémica por su carga ofensivas**", explica el secretario general de SOS Racismo Mikel Mazkiaran. En el español, sobran los ejemplos: "la oveja negra de la familia" es aquella persona inadaptada o problemática; "un negro literario", el escritor que redacta la obra de una persona que la firma y se lleva la fama; "merienda de negros" significa desorden y confusión, y viene de los momentos en los que los esclavos paraban para comer, charlar y cantar; "no hay moros en la costa" se refiere a que no hay peligro a la vista...

De forma oficial, quienes velan por el buen uso de nuestra lengua, han llegado a incluir entre las descripciones de nombres de ciertos colectivos palabras sin lugar a dudas ofensivas. Un claro ejemplo fue **la polémica** que se dio cuando la

Real Academia Española incluyó en su edición de 2014 el término "trapacero" —una persona que actúa de forma engañosa, es falsa, mentirosa— dentro de los significados de la palabra "gitano". Hoy en día permanece aunque con una aclaratoria que indica que se trata de un "uso ofensivo o discriminatorio". Al igual que ocurre con la palabra "judío" al ser usada como sinónimo de "avaricioso o usurero", que la RAE denomina como "despectivo". A pesar de esto, muchas personas siguen dándole este sentido a las palabras a la hora de mantener conversaciones distendidas.

Estereotipo y prejuicio: la fórmula de la discriminación

Todo parte de los estereotipos. "Esto es algo que tenemos todos, un proceso normal del ser humano en el que se realizan valoraciones reduccionistas sobre quiénes son los demás", explica el profesor de psicología social de la Universidad Complutense de Madrid y presidente de la Fundación Psicología Sin Fronteras, Guillermo Fouce. **El problema empeora, dice, cuando pasa a convertirse en un prejuicio**, "que es cuando esa imagen se carga de negatividad. Entonces, esta carga nos predispone a actuar o responder de determinada manera ante esas personas". Inevitablemente, "todo esto se ha filtrado en el lenguaje cotidiano, en las frases hechas... Y al haber estado en nuestro sustrato cultural desde hace tanto tiempo, se ha convertido en una de las cosas más difíciles de cambiar".

Nada de esto es inocuo. **Distintos estudios** han demostrado en numerosas ocasiones el poder que tienen los estereotipos sobre las personas. Ejemplo de ello es el historial de trabajos del profesor de psicología de la Universidad de Stanford (EE UU) Claude Steele, quien ha constatado que cuando le repites a una persona negra que por su color de piel es menos lista, termina obteniendo peores resultados en pruebas relacionadas con la inteligencia. También si le dices a una estudiante negra que por su etnia y género no es igual de capaz que sus compañeros de clase, saca peores notas en las evaluaciones.

Empatía y humor para mejorar

La ciencia también ha podido observar que muchas ocasiones, como es el caso de las frases coloquiales que forman parte de nuestro lenguaje, este tipo de trato no solo no es intencionado sino que quienes lo perpetúan ni siquiera se dan cuenta de lo que están haciendo. Se puede observar en **los trabajos** de los psicólogos Jack Dovidio de la Universidad de Yale (EE UU) y Samuel Gaertner de la Universidad de Delaware (EE UU), que concluyen que personas blancas que no solo no se consideran racistas sino que creen en la igualdad actúan de forma racista en determinadas circunstancias. Por supuesto, no es excusa ni justificación. Corregirlo y mejorarlo es algo que está en mano de todos. Y, aunque, según dice Fouce "es difícil", es posible conseguirlo. Ejemplo de ello son los avances que se han ido consiguiendo con el tema del género en el lenguaje gracias al feminismo, coinciden ambos expertos.

Si formas parte de una conversación en la que surge una de estas frases, no te quedes callado. **"La manera de corregir este tipo de lenguaje, expresiones y adjetivos debe ser de forma constructiva.** Quien emplea esos términos normalmente no lo hace de una manera consciente y en absoluto subyace una intencionalidad de ofender. Lo tiene normalizado en su habla, lo cual no quiere decir que no deba ser corregido", aclara Mazkieran. Nada de reproches, "lo que hay que hacer es una reflexión sobre si procede usar determinados términos o no".

Y ponerse en la piel del otro. "Tiene que hacerse desde el punto de vista emocional, hay que activar la empatía. Con niños se hace por ejemplo convirtiendo al patito feo en el agresor de sus hermanos. Así el agresor se siente agredido y entiende lo que es", indica Fouce. Tampoco está de más plantear cómo le sentaría a una persona de ese colectivo si estuviera delante. ¿Y si lo está? "También debería transmitirlo. Y lo mejor es que intente **canalizar el sentimiento y reaccione de forma amable, con cierta ironía o humor para hacer ver lo absurdo que suena**", dice Mazkieran. Vamos, quitarle hierro al asunto y no olvidar que "son correcciones que tenemos que hacer todos y que va a hacer falta paciencia, concluye Mazkieran.

Puedes seguir Buenavida en [Facebook](#), [Twitter](#), [Instagram](#) o suscribirte aquí a la [Newsletter](#).

ARCHIVADO EN:

[Derechos humanos](#) · [Racismo](#) · [Delitos odio](#) · [Discriminación](#) · [Prejuicios](#) · [Delitos](#) · [Bienestar](#)
· [Problemas sociales](#) · [Estilo vida](#) · [Sociedad](#) · [Justicia](#)

NEWSLETTER

Recibe el boletín de Buenavida

