



CARTILHA

# DIVERSIDADE

# ÍNDICE

Apresentação .....	3
Conceitos Gerais .....	9
As Mulheres e o Gênero.....	23
As pessoas LGBTQIA+ .....	37
As pessoas com deficiência.....	54
As pessoas de etnias e raças diversas .....	68
As pessoas de gerações diversas.....	81
Conclusão .....	94
Referências.....	95

# GUIA

[substantivo]

Aquele que conduz, que mostra o caminho, que direciona moral, espiritual e intelectualmente.

# GLOSSÁRIO

[substantivo]

Pequeno dicionário específico para palavras e expressões pouco conhecidas sobre determinado tema, cujo significado é necessário no dia a dia.



## Saiba mais:



Vídeo: Não deixar ninguém para trás



# GRUPOS MINORIZADOS

## Contexto Geral

Muitas vezes, uma maioria é minorizada e discriminada dentro de ambientes corporativos. Se levarmos em conta as estatísticas demográficas, mulheres, pessoas pretas e pardas compõem a maior parte da população brasileira, mas ainda estão pouco representados dentro das organizações, principalmente em cargos de liderança.

Em outros casos, como pessoas com deficiência e a comunidade LGBTQIA+, discriminações de toda ordem fazem o trabalho se tornar uma barreira adicional em suas vidas. Todas são pessoas, profissionais, em busca de oportunidades e espaços que lhe são negados por uma visão enviesada sobre o que podem representar na sociedade.

## O que são grupos minorizados?

A sociedade é composta por diferentes grupos sociais. Seja por suas características culturais, fenótipos, gêneros, orientação sexual, condição econômica e tantos outros fatores, cada pessoa vivencia realidades e oportunidades diferentes. Essas vivências estão relacionadas aos preconceitos e estereótipos existentes.

Por isso, quando falamos sobre grupos minorizados, fazemos referência a todas as pessoas que se encontram em categorias que sofrem com o preconceito, a desigualdade e a baixa representatividade em espaços de influência. Ou seja, àqueles que, ainda que sejam maioria na sociedade, são sub-representados nas posições de liderança e tomada de decisão.

O termo “minorizados” não faz referência a número, mas a grupos excluídos do poder político, econômico e social.

# GRUPOS DE AFINIDADE

## A importância dos Grupos de Afinidade nas organizações

### Quando e de onde surge o nome Grupos de Afinidade?

O termo, com origem em inglês, Employee Resource Groups – ERGs, foi adaptado para o cenário brasileiro como “Grupos de Afinidade” ou “Grupos de Diversidade”. Surgidos nos anos 1960, para enfrentar desafios de tensões raciais no trabalho nos EUA, esses grupos são uma das estratégias empresariais de inclusão e diversidade mais efetivas.

### O que são os Grupos de Afinidade?

Os Grupos de Afinidade podem assumir os pilares de pessoas sub-representadas especificamente de cada empresa, por exemplo, inserção de mulheres (equidade de gênero), pessoas negras (raça/etnia), pessoas com deficiência, LGBTQIA+, pessoas idosas (maturidade ou gerações), imigrantes e/ou refugiados, pessoas de diferentes culturas (multiculturalidade), dentre outros marcadores sociais possíveis de se apoiar. De uma forma geral, os integrantes do grupo de afinidade se reúnem em fóruns e encontros recorrentes para compartilhamento de informações, conhecimentos ou para definir as ações que podem ser realizadas, estimulando o engajamento dos demais colaboradores.

## Quais os principais grupos de afinidade trabalhados nas empresas?

### RAÇA E ETNIA

Este grupo representa as diferentes raças de critérios físicos ou biológicos (cor da pele), e também podem representar fatores sociais e culturais, como tradições e linguagem de um território específico.

### EQUIDADE DE GÊNERO

Trabalha a igualdade de tratamento e direito para homens e mulheres dentro da organização, este grupo busca eliminar principalmente toda e qualquer discriminação contra a mulher.

### PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Este grupo tem por objetivo trazer reflexões e propor avanços nas políticas dentro da empresa para pessoas com deficiência, como acessibilidade, autonomia e independência para realização das tarefas.

### LGBTQIA+

Este grupo trabalha para combater qualquer tipo de discriminação dentro da empresa e promove a igualdade de oportunidades e suporte emocional.

### PESSOAS IDOSAS/MATURIDADE/GERAÇÕES

Este grupo trata o preconceito etário e luta para combater os paradigmas criados em torno das pessoas mais velhas, mais experientes (ex.: 50+) ou mais jovens.

## Qual a importância e finalidade da criação de grupos de afinidade nas empresas?

A relevância de sua existência para as organizações é embasada em várias pesquisas e estudos que comprovam os inúmeros benefícios de se ter um ambiente com diversidade, equidade de oportunidades e respeito às diferenças.

Potencializar o senso de pertencimento, de comunidade e de identificação entre os participantes geralmente são os motivos para empresas estimularem um engajamento orgânico dos colaboradores nessa iniciativa, gerando impacto em toda a organização.

### Quais são os principais objetivos dos Grupos de Afinidade:

- ▶ Unir pessoas com propósitos semelhantes, promovendo espaços seguros de troca
- ▶ Estimular a pauta e ampliar perspectivas dentro da organização
- ▶ Trazer o senso da cultura de diversidade, equidade e inclusão para o negócio
- ▶ Viabilizar ações de sensibilização dentro da companhia
- ▶ Avaliar potenciais soluções e trazer direcionamento nas prioridades estratégicas
- ▶ Promover ações para atrair e criar engajamento da liderança
- ▶ Realizar ações para promover a atração, seleção e engajamento de talentos diversos

## Quais impactos no engajamento e desenvolvimento profissional?

Os grupos de afinidades podem influenciar em diversos aspectos do negócio. Além disso, também oferecem aos colaboradores a oportunidade de solucionar problemas, inovar, desenvolver e demonstrar suas habilidades de liderança, independentemente da senioridade ou cargo que ocupam dentro da empresa. Isso impacta diretamente no seu desenvolvimento pessoal e profissional.

E como já sabemos, as equipes de melhor desempenho são aquelas em que os laços sociais são fortes. Assim, o poder do pertencimento não pode ser negado. Empresas e líderes que abraçam essa realidade podem ganhar, e muito, pois, eles desenvolvem um espaço seguro para compartilhar suas experiências, sendo essenciais para impulsionar a construção de um ambiente de trabalho mais inclusivo. Acima de tudo, são grupos que promovem ações concretas e alinhadas com os objetivos organizacionais.





The background of the image features several white wooden chess pieces, including pawns and kings, arranged on a light blue surface. The pieces are slightly out of focus, creating a sense of depth. The text 'CONCEITOS GERAIS' is overlaid in a bold, blue, sans-serif font, positioned in the lower half of the image.

# CON CEI TOS GERAIS

# LETRAMENTO EM DIVERSIDADE

**“É um exercício diário de reflexão e aprofundamento”**

Letramento nada mais é que a sensibilização dos colaboradores, especialmente os da alta direção e as lideranças, com base no aprendizado e na educação, para uma postura de abertura e assertividade, ampliando a consciência em relação à diversidade, com pessoas de modelos mentais diferentes e que se sintam à vontade no ambiente corporativo.

O letramento tem como conteúdo basal o estudo dos vieses inconscientes, ou seja, os preconceitos intrínsecos aos seres humanos e que se desenvolvem por crenças e experiências pessoais, culturais, sociais, entre outras coisas. “Trazê-los para o consciente é o caminho para desconstruir crenças e estereótipos, abrindo a mente para a diversidade”, diz Cris Kerr uma das maiores estudiosas e autoridade no assunto. E isso vale para qualquer tipo de preconceito. Palavras e expressões que ofendem ou constrangem as pessoas que fazem parte dos grupos minorizados são os principais pontos de atenção.

## Diversidade

Nós representamos a Diversidade. Isso mesmo, cada um de nós. No planeta, somos 8 bilhões de indivíduos distintos. A diversidade diz respeito às várias formas de manifestação da identidade que formam nossa sociedade. Ela é também chamada de diversidade demográfica (incluindo gênero, raça, orientação sexual, etc.) e diversidade experiencial (nossas afinidades, interesses e habilidades).

Isso abrange nossa nacionalidade, condição socioeconômica, formas de pensar, crenças, orientação afetivo-sexual, entre outras características. Portanto, somos parte desse vasto conjunto de traços: nós somos a Diversidade.

## Diversidade Cognitiva

A diversidade cognitiva é definida pela reunião de indivíduos com diferentes capacidades, estilos, habilidades e personalidades em um determinado ambiente. Assim, reconhece-se que essa pluralidade de perfis é benéfica para a resolução de problemas, para o aumento do potencial de inovação e para um maior engajamento com os objetivos organizacionais. Cognição refere-se ao processo de aprendizado e à construção e desenvolvimento do conhecimento, envolvendo aspectos como raciocínio, compreensão, memória, linguagem, pensamento, percepção, criatividade e organização.

## Inclusão

A inclusão deve ser entendida como a habilidade da empresa de reconhecer, respeitar, acolher, envolver e desenvolver diferentes públicos, considerando suas particularidades. Em outras palavras, enquanto a diversidade se concentra na presença, a inclusão se preocupa com as condições que qualificam ou impõem barreiras a essa presença. Ela está relacionada a aspectos como acessibilidade, a criação de ambientes livres de assédio e discriminação, processos de atração, carreira e desenvolvimento sem vieses, além da garantia de tratamento equitativo e do reconhecimento das diferenças entre grupos sociais que geram privilégios para alguns e dificuldades para outros.

Enquanto a diversidade pergunta: “Quantas pessoas temos aqui?”, na inclusão questionamos:

**Como essas pessoas se sentem?**

## Exclusão

Exclusão é quando uma pessoa ou um grupo é privado ou tem algum acesso negado a alguma atividade relacionada à vida social, econômica e política. Isso pode estar relacionado a atitudes discriminatórias, geralmente, étnicas, culturais e religiosas. Como exemplos temos pessoas pretas, pardas (miscigenadas), amarelas (descendência asiática), indígenas, pessoas acima dos 50 anos, pessoas de baixa renda, LGBTQIA+, pessoas com deficiência, dentre outros grupos de pessoas que estão mais propensas a sofrer com os diversos tipos de discriminação.

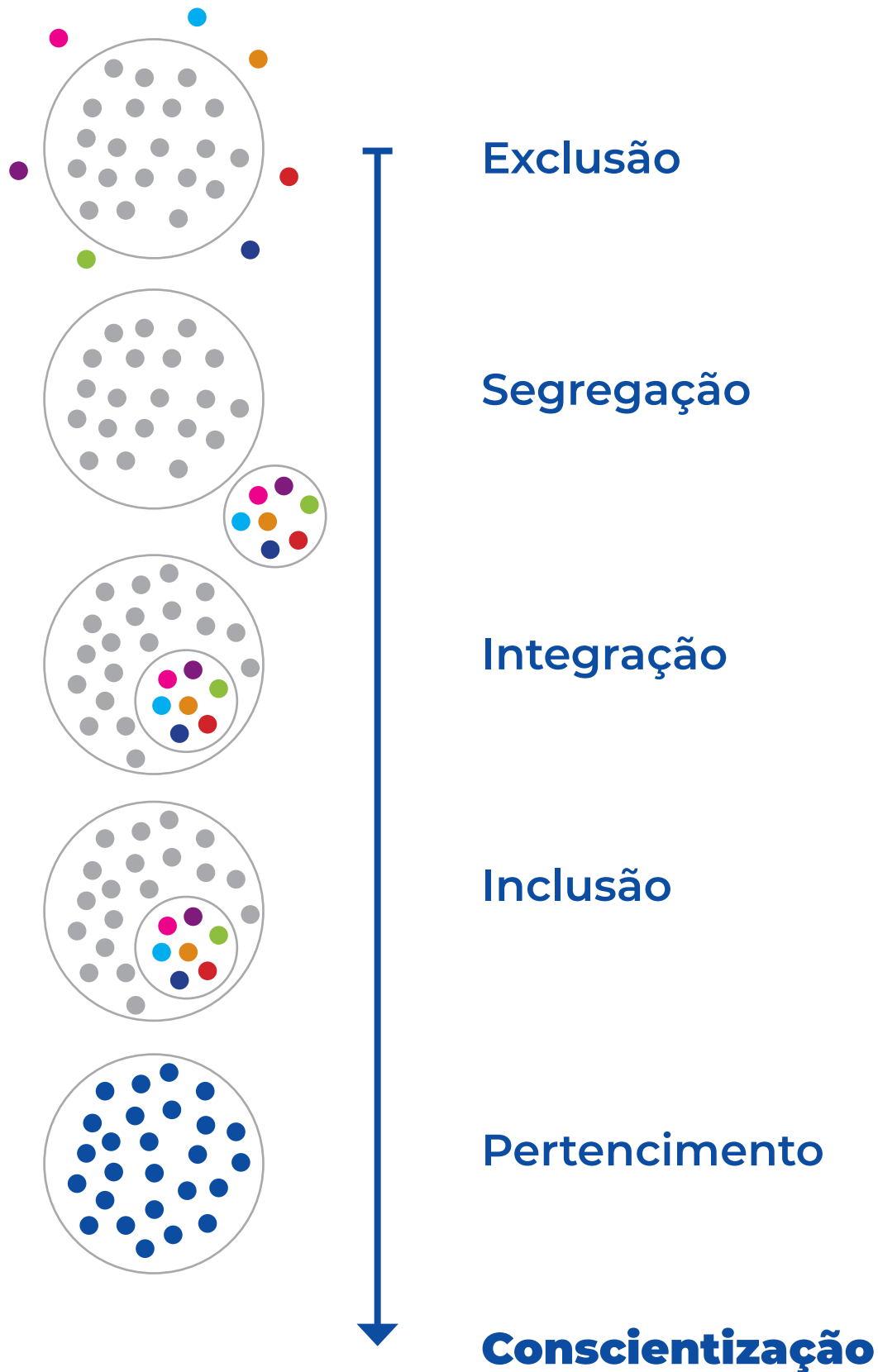
**PROMOVER A DIVERSIDADE, A EQUIDADE E A INCLUSÃO NÃO É APENAS OLHAR PARA AS DIFERENÇAS, MAS RECONHECER O VALOR INTRÍNSECO DE CADA INDIVÍDUO.**

## Pertencimento

Sentimento de estar integrado, conectado e aceito em um determinado grupo, comunidade ou ambiente. É a percepção de ser parte de algo maior, de ter laços de identificação, aceitação e valorização.



# Processo de Aprendizagem



## Justiça Social

Está ligada às desigualdades sociais e às iniciativas voltadas para resolver a exclusão sistemática de grupos minoritários. Assim, a justiça social representa o compromisso do Estado e de instituições não governamentais em encontrar mecanismos que compensem as desigualdades sociais historicamente produzidas.

### **Uma sociedade será justa se respeitar três princípios:**

- ▶ Garantia das liberdades fundamentais para todos(as)
- ▶ Igualdade equitativa de oportunidades
- ▶ Manutenção de desigualdades apenas para favorecer as pessoas desfavorecidas



## Equidade

Considera-se justo promover resultados equivalentes para pessoas distintas, tratando cada um de acordo com suas particularidades. O conceito de equidade está ligado à Justiça. Na busca por igualdade, é fundamental, em primeiro lugar, reconhecer a existência de desigualdades.



**Para saber mais acesse:**  
<https://www.politize.com.br/equidade/>



## Privilégios

Em nossa sociedade, nem todos têm as mesmas oportunidades, escolhas e direitos. Quando nos referimos a uma pessoa como “privilegiada”, estamos indicando que ela teve acesso a oportunidades ou a determinadas condições que proporcionam vantagens em relação às outras.

### Você já refletiu sobre o fato de que:

Pessoas negras frequentemente precisam carregar notas fiscais quando possuem itens mais valiosos?

Mulheres sentem medo ao caminhar nas ruas?

Casais homoafetivos são reprimidos ou mal vistos ao demonstrarem carinho em público?

**Quando essas preocupações não afetam pessoas brancas, homens e casais heteroafetivos, isso é privilégio.**

**Outro exemplo:** pessoas com deficiência frequentemente se preocupam se um restaurante ou evento possui banheiro acessível. Refletir sobre essas situações nos ajuda a entender a quantidade de privilégios que temos ou não como indivíduos.

É crucial reconhecer que os privilégios estão ligados à história da nossa sociedade brasileira. Por exemplo, durante o período da escravidão, pessoas brancas desfrutavam de privilégios sociais, econômicos e políticos baseados na cor da pele.

**Desconstruir privilégios não é dar vantagem ou privilegiar as pessoas que estão nos grupos minorizados, é proporcionar a elas acesso igualitário a direitos e oportunidades.**

Enquanto as pessoas negras, de ascendência africana, eram escravizadas e submetidas a condições desumanas, tratadas como propriedade e privadas de seus direitos mais fundamentais. Até hoje, os reflexos da escravidão permanecem em nossa sociedade. O período de escravidão durou 358 anos e, mesmo com seu fim em 1888, com a promulgação da Lei Áurea, isso não igualou as raças em direitos e oportunidades. Como consequência, as pessoas pretas enfrentaram desvantagens significativas ao longo de suas vidas.

**Pensar em privilégio não é sentir culpa, mas sim refletir sobre a responsabilidade social a partir do momento que a consciência é gerada.**



## Ações afirmativas

São iniciativas voltadas a transformar a histórica situação de desigualdade e discriminação que se acumulam ao longo do tempo, com o intuito de eliminar esses problemas. Essas ações podem ser realizadas tanto pelo setor público quanto pelo privado e podem ser adotadas de forma espontânea ou obrigatória.

Uma ação afirmativa não deve ser considerada paternalista ou que crie dependência. Assim que as desigualdades forem superadas, a necessidade dessas ações poderá cessar, embora isso possa levar anos ou até décadas. Elas não devem ser vistas como um privilégio, discriminação ou uma injustiça. Pelo contrário, tornam-se essenciais quando se reconhece um histórico de injustiças e direitos que não foram garantidos.

## Preconceito

Preconceito é uma predisposição, um julgamento prévio negativo direcionado a pessoas e grupos sociais.

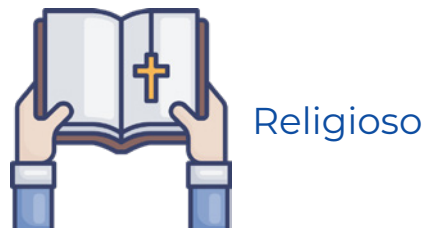
O preconceito contribui para a construção e perpetuação de estereótipos, que são conceitos ou imagens pré-concebidas, padronizadas e generalizadas pelo senso comum sobre algo ou alguém, frequentemente influenciadas por vieses inconscientes. Quando esses estereótipos são colocados em prática, eles se transformam em atitudes discriminatórias.

## Preconceito Reverso

Situações em que indivíduos de grupos privilegiados alegam estar sendo alvo de discriminação por parte de grupos historicamente minorizados.

No entanto, é importante observar que essa situação não pode ser igualada ou até mesmo comparada ao preconceito sistêmico que já conhecemos, uma vez que este último exerce um impacto profundo sobre os indivíduos pertencentes a grupos minorizados.

## Preconceitos mais comuns no Brasil



## Vieses inconscientes

São percepções que desenvolvemos desde a infância, muitas vezes de forma inconsciente, e que podem levar a julgamentos errôneos e/ou preconceituosos.

Existem mais de 150 tipos de vieses inconscientes que reforçam estereótipos e excluem grupos de pessoas, sem qualquer justificativa válida.

Sempre que vemos alguém, podemos automaticamente atribuir certas características a essa pessoa, mesmo sem nos darmos conta desse processo.

Esses atributos automáticos resultam de nossas experiências e de nossa cultura, podendo nos levar a tomar decisões erradas.

É fundamental criar consciência de que as pessoas, por vezes, fazem suposições inconscientes. Portanto, é essencial entender como esses preconceitos inconscientes influenciam a tomada de decisões.

**“Preferimos acreditar que somos pessoas sem preconceitos, mas as pesquisas mostram o contrário. Essa é uma constatação desconfortável para a maioria de nós. O primeiro passo para derrotar os nossos preconceitos inconscientes é sermos honestos e honestas conosco sobre como realmente nos sentimos em relação às pessoas de outros grupos. Ter um viés não é o fim do mundo, a única vergonha é se você não fizer nenhum esforço para melhorar.”**

– Mahzarin Banaji, psicóloga e professora da Universidade de Harvard.

### Saiba mais:



Vídeo:  
Diversidade, inclusão e  
vieses inconscientes |  
Cristina Kerr



Teste:  
Associação  
Implícita



# Assédio

## O que é assédio?

O assédio é qualquer comportamento ou abordagem que provoque constrangimento ou intimidação. Ele pode se manifestar por meio de perseguições, comentários, insistências e diversas outras formas de importunação. O assédio pode ser psicológico ou físico, e é classificado como sexual ou moral.

## Tipos de assédio

### Brincadeira, elogio e assédio

Comentários ou flertes que deixam uma pessoa desconfortável são classificados como assédio. Diferente da paquera, que ocorre com o consentimento mútuo, o assédio provoca constrangimento à pessoa abordada. Isso pode se manifestar através de gestos, olhares, sons e diálogos inapropriados. Elogios nunca devem causar intimidação em quem os recebe.

Em uma conversa, quando alguém não ri porque se sente ferido em sua dignidade ou na de outra pessoa, isso deixa de ser uma simples piada ou brincadeira.

### Importunação sexual

Crime definido pelo Código Penal no artigo 215-A, refere-se a comportamentos invasivos e inadequados de natureza sexual, que ocorrem sem o consentimento da outra pessoa e geram desconforto, constrangimento ou medo, visando a satisfação do ofensor.

### Assédio moral

O assédio moral refere-se a qualquer comportamento sistemático que provoque constrangimento ou vergonha. Pode ocorrer de maneira direta, por meio de gestos ou insultos, por exemplo; ou de forma indireta, como através de isolamento social ou disseminação de boatos.



## Assédio sexual

O assédio moral diz respeito a qualquer ação sistemática que cause constrangimento ou vergonha. Ele pode se manifestar de forma direta, como através de gestos ou insultos, ou de maneira indireta, por meio de isolamento social ou a propagação de boatos.

## Assédio virtual

Nem sempre o assédio ocorre de forma presencial. Utilizar meios digitais de comunicação para ofender, humilhar, constranger, fazer comentários de natureza sexual ou disseminar boatos, por exemplo, é classificado como assédio virtual.

## Lugar de fala

Refere-se à perspectiva e experiência singular de um indivíduo, moldada por sua identidade e vivências pessoais. Isso é fundamental para pessoas de grupos minoritários, pois possibilita que suas vozes sejam ouvidas e respeitadas, desafiando a opressão histórica e promovendo a diversidade de opiniões na sociedade.

## Descrição de alguns grupos

**Grupo de identidade:** um conjunto, cultura ou comunidade com a qual um indivíduo se identifica ou com a qual compartilha um sentimento de pertencimento.

**Grupo étnico:** grupo de pessoas que compartilham a mesma linguagem, cultura, herança, idioma ou religião.

**Grupos sub-representados:** grupo de pessoas ausentes ou com uma baixa presença nos diversos setores da sociedade fruto da dificuldade de acesso ao poder social, econômico, político e religioso.

## Interseccionalidade: como se identificar com o tema

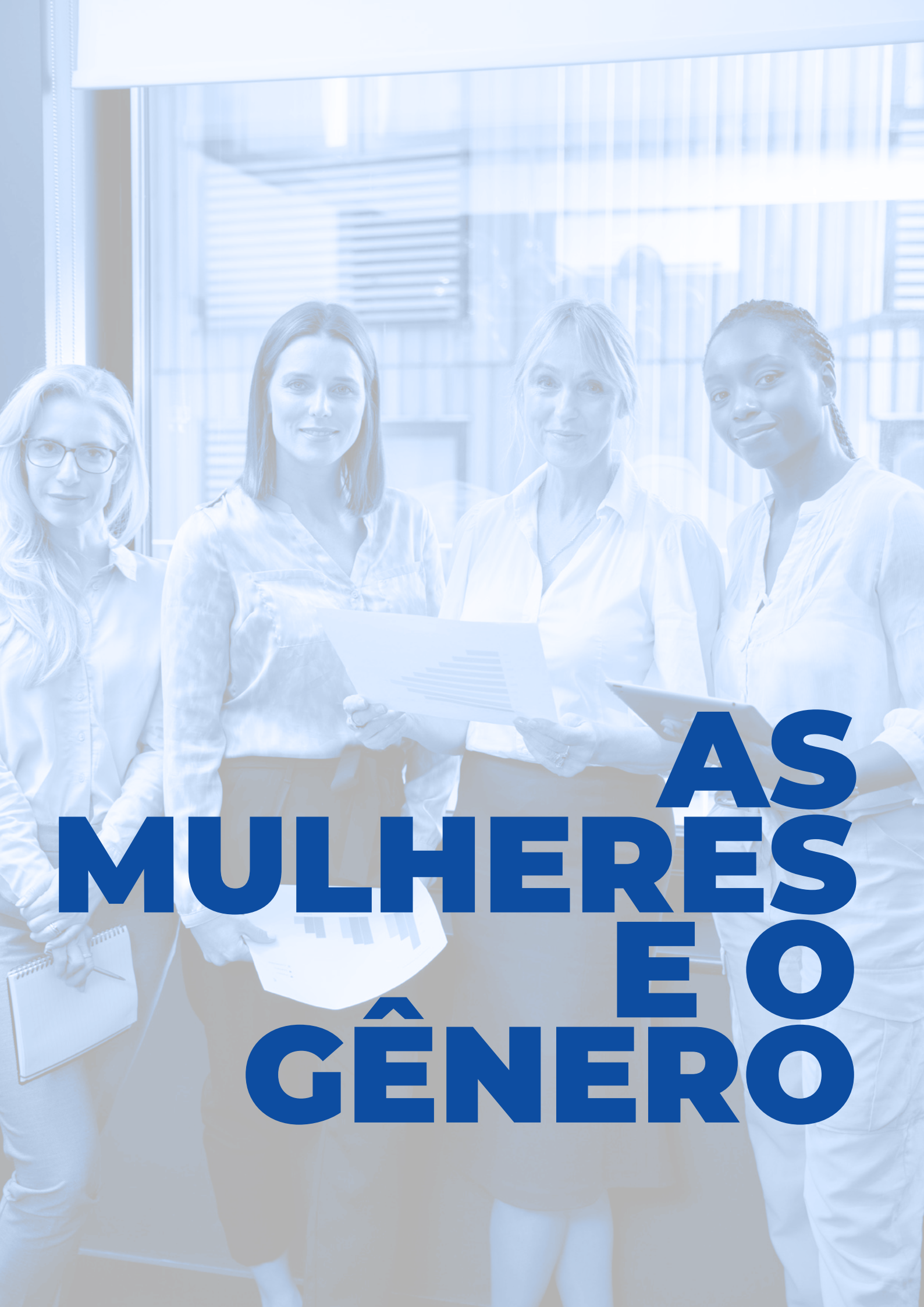
Durante o processo de sensibilização e letramento, é evidente que as pessoas se conectam com vivências provenientes de diversos grupos. Essa conexão é reflexo da complexidade das identidades humanas, que vão muito além de categorizações. A identificação de grupos não deve ser vista como uma forma de segmentar ou rotular as pessoas, mas sim como uma ferramenta para compreender a riqueza e a diversidade de suas experiências.

A identificação de grupos abrange uma ampla gama de dimensões, incluindo gênero, raça, etnia, orientação afetivo-sexual, classe social, habilidades e deficiências, entre outros aspectos. A interseccionalidade, que se baseia na sobreposição dessas identidades, revela a complexidade das experiências individuais, mostrando como diferentes fatores se entrelaçam e influenciam a vida de cada pessoa de maneira singular.

É crucial reconhecer que a intenção por trás da identificação de grupos não é reduzir as pessoas a estereótipos ou confiná-las em caixas predefinidas. Pelo contrário, busca-se promover relações mais inclusivas e igualitárias, através de ações efetivas que levem em conta a multiplicidade de identidades presentes no ambiente corporativo.

Ao compreender e respeitar as diversas identidades que compõem cada indivíduo, podemos construir um espaço mais justo e empático, que resultará em mais engajamento e produtividade. A conscientização sobre a interseccionalidade é um passo essencial para desafiarmos preconceitos, eliminar discriminações e promover um local onde todos possam prosperar plenamente, independentemente de suas diferenças. Ao celebrar a complexidade das identidades humanas, estaremos contribuindo para a longevidade de um negócio mais inclusivo e harmonioso.





# AS MULHERES E O GÊNERO

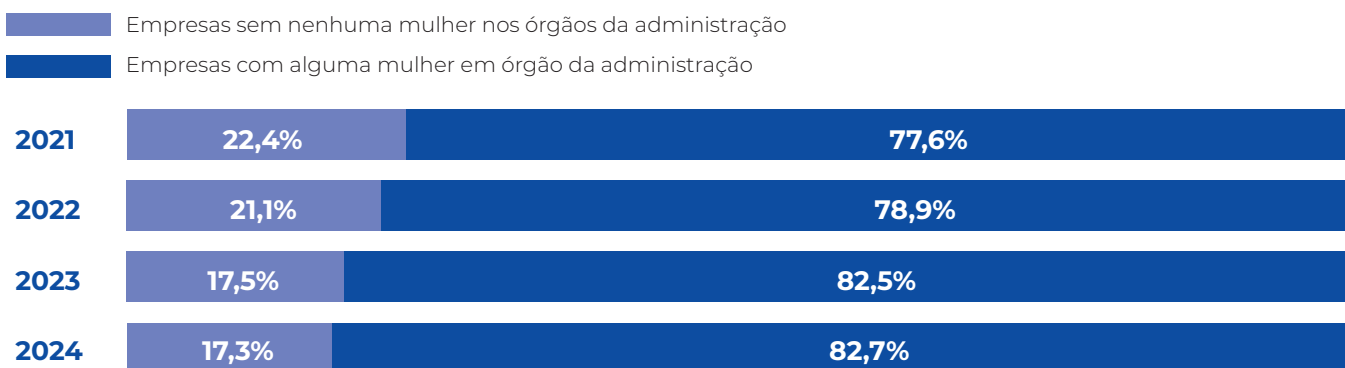
# DIVERSIDADE DE GÊNERO

Análise da diversidade de gênero e raça de administradores e empregados das empresas de capital aberto

**Quantidade de empresas com pelo menos uma mulher na administração, por segmento de negociação**

Segmento de negociação	Total de empresas	Empresas com mulheres na administração	% de empresas com mulheres na administração
Novo Mercado	192	169	88%
Nível 2	21	20	95.20%
Nível 1	24	22	91.70%
Básico	143	105	73.40%
Bovespa Mais N2	1	0	0%
Bovespa Mais	13	10	76.90%
<b>Total</b>	<b>394</b>	<b>326</b>	<b>82.70%</b>

**Evolução da quantidade de empresas por representação feminina na administração**



Retirado de Análise da diversidade de gênero e raça de administradores e empregados das empresas de capital aberto (1ª edição – 2024) - IBGC



## GLOSSÁRIO

## AS MULHERES E O GÊNERO

**A**

Apropriação de Ideias (*Bropropriating*)  
Avaliação de Risco

**C**

Cultura da Violência  
Cultura do Estupro

**D**

Desconstrução  
Direitos Sexuais e Reprodutivos  
Dominação Masculina

**E**

Empoderamento  
Equidade de Gênero  
Explicação de Homem (*Mansplaning*)  
Exploração Sexual

**F**

Feminicídio  
Feminilidade  
Feminismo  
Feminino Interseccional

**G**

Gênero

**I**

Ideologia de Gênero (por que ela não existe)  
Interrupção de Homem (*Maninterrupting*)

**L**

Lei Maria da Penha (11.340/2006)  
Linguagem Sexista

**M**

Machismo  
Manipulação (*Gaslighting*)  
*Manspreading*  
Maternidade  
Mãe solo  
Mito da Beleza  
Misoginia

**O**

Objetificação Feminina

**P**

Papéis de Gênero  
Patriarcado  
Perseguição (*Stalking*)

**R**

Rede de Apoio

**S**

Sexismo  
Sororidade

**V**

Violência Doméstica e Familiar  
contra a Mulher



## **Apropriação de Ideias (*Bropropriating*)**

Prática abusiva de apropriação das ideias ou trabalhos de uma mulher por parte de um homem, assim, ele levará todos os créditos no lugar da mulher que foi autora.

## **Avaliação de Risco**

Trata-se de implementar métodos que antecipem possíveis condutas discriminatórias contra a mulher.

Por exemplo, uma Política de Repreensão e Prevenção Contra o Assédio na Empresa.



## **Cultura da Violência**

Crenças, tradições e valores que levam a comportamentos que endossam o uso da violência contra a mulher baseado num merecimento da vítima, por suas atitudes, vestimentas ou até mesmo por seu gênero.

## **Cultura do Estupro**

Estupro é violação do corpo alheio sem consentimento para satisfação do próprio prazer sexual. Na cultura do estupro, a ocorrência desta prática é banalizada, é tolerável o assédio e culpabilização da vítima.

## Desconstrução

Exercer o hábito de refletir e praticar a quebra de verdades construídas historicamente. Desapegar-se de conceitos, paradigmas e vieses preestabelecidos pela cultura social e o senso comum.

## Direitos Sexuais e Reprodutivos

Trata-se de reconhecer a liberdade de escolha, a autonomia, sobre sua sexualidade, sobre determinar seu desejo por ter filhos ou não, quando e como isso ocorrerá.

A realidade das mulheres neste sentido é guiada dentro de um “pacto heterocisnormativo”, onde se espera das mulheres sentimentos como: maternidade compulsória, obrigatoriedade pelas tarefas domésticas e cuidado dos filhos, comportamentos “femininos” e submissão.

## Dominação Masculina

Interesse em manter a superioridade hierárquica de homens em relação à mulheres. Trata-se de um tipo de violência simbólica, sendo uma manifestação machista e naturalizada. Como exemplo, enquanto homens são incentivados, desde criança, a ocupar espaços em carreiras tecnológicas, matemáticas e científicas, as mulheres são ensinadas que ter filhos e realizar tarefas domésticas são de sua obrigação.

## Empoderamento

É um processo de autoconhecimento e autoconfiança. As pessoas começam a ter orgulho de si mesmas, de suas origens e de outras características que as compõem.



## Equidade de Gênero

A equidade de gênero refere-se a dignidade e os direitos possuídos por todas as pessoas .

O termo se refere ao direito de homens e mulheres a um tratamento justo, além de gênero, e à luta para garantir o acesso de todos às oportunidades nas esferas social, econômica, política e doméstica, já que ainda nos dias de hoje vemos uma disparidade em diversos aspectos quando comparamos a situação de homens e mulheres.

Para a construção de uma sociedade mais justa e saudável é fundamental que haja equidade de gênero.

## Explicação de Homem (*Mansplaning*)

Prática abusiva dos homens de a todo tempo explicar algo para uma mulher quando ela já sabe sobre o assunto.

Exemplo: a neurologista Tasha Stanton foi interrompida por um espectador durante uma palestra, e ele sugeriu que ela lesse um determinado artigo sobre o assunto. O artigo em questão era da autoria da palestrante.

## Exploração Sexual

Trata-se de comercializar o corpo de crianças, adolescentes, mulheres adultas e idosas, que representam a maioria das vítimas, em troca de remuneração ou outro tipo de benefício/vantagem econômica. Contudo, outras pessoas que fazem parte de outros grupos podem sofrer com a exploração, como pessoas LGBTQIA, meninos e homens adultos e idosos.

Da exploração advém práticas de prostituição, tráfico de pessoas, turismo e pornografia.



## Femicídio

Assassinato cometido exclusivamente pelo fato de a vítima ser mulher. Como exemplo, um colega de trabalho que assassina uma colega, motivado pelo fato de estar em cargo hierarquicamente inferior ao dela e isso lhe causa desprezo.

## Feminilidade

Comportamento esperado de meninas e mulheres.

Feminilidade, ser feminina e ser mulher carregam conceitos simples, mas que não se confundem.

Dentro do patriarcado, a feminilidade pode ser vista como um meio de opressão à liberdade das mulheres, determinando, por exemplo, um padrão de beleza irreal, onde a mulher pode estar ou não, quais funções pode exercer no mercado de trabalho, entre outros. Algumas pessoas, tidas como “gurus” da feminilidade, chegam a dizer que mulheres não devem dirigir, pois, esta é uma função masculina, e isso afeta a feminilidade. Outras, que homens não devem realizar serviços domésticos, pois, é uma função feminina e isso afeta a masculinidade deles.

## Feminismo

Movimento social e político iniciado no final do século XVIII que defende que as mulheres tenham equidade de direitos em todos os âmbitos da sociedade. Vale lembrar que grande parte da nossa cultura está alicerçada numa sociedade pautada na dominação masculina. Nesse sentido, a principal característica do feminismo é a busca pela equidade de gêneros, a exemplo de oportunidades e direitos entre homens e mulheres na sociedade.

## Feminino Interseccional

Não é considerado uma vertente, e sim uma maneira de entender que existem outras pressões além do gênero. Esse olhar leva em consideração raça, classe social, origem, orientação sexual, identidade e expressão de gênero, entre outros.

Por exemplo, os desafios de uma mulher branca dentro dos padrões da sociedade serão diferentes dos de uma mulher trans, uma mulher negra, uma mulher com deficiência, entre outros recortes.



## Gênero

Conjunto de valores sociais e culturalmente construídos que definem certas características e comportamentos (emocionais, afetivos, intelectuais e físicos) esperados para determinado gênero, a exemplo: mulher e homem (cisgênero ou transgênero), pessoa não binária e fluida.



## Ideologia de Gênero

(por que ela não existe)

Esta é uma expressão utilizada com o objetivo de obstruir o avanço do debate de pautas de gênero e sexualidade.

Ganhou espaço nas discussões sociais a partir de uma proposta do Plano Nacional de Educação. Seu texto mencionava que teria como diretriz de trabalho “a superação das desigualdades educacionais, com ênfase na promoção da igualdade

racial, regional, de gênero e de orientação sexual e na erradicação de todas as formas de discriminação”.

A partir da divulgação deste texto de maneira descontextualizada criou pânico moral, trazendo as discussões de gênero e sexualidade para um lugar de perigo, especialmente para as crianças.

Na verdade, debater sobre gênero e sexualidade, além da erradicação das desigualdades está associado a trabalhos como deste guia.

### **Interrupção de Homem (*Manterrupting*)**

Prática abusiva onde constantemente o homem interrompe a fala da mulher, sem deixa-la concluir o tema. Está muito associado ao Mansplaning. A prática de interromper tira a legitimidade da fala da mulher, visto que, desqualifica o que foi dito ou explicado por ela.

### **Lei Maria da Penha (11.340/2006)**

Maria da Penha, biofarmacêutica cearense, que foi vítima de duas tentativas de homicídio por seu marido, lutou para a criação de uma lei que contribuísse para a diminuição da violência doméstica e familiar contra a mulher.

A Lei Maria da Penha estabelece que todo caso de violência doméstica e intrafamiliar é crime, define as formas de violência contra a mulher como física, psicológica, sexual, patrimonial e moral. Desde a sua publicação, é considerada pela Organização das Nações Unidas (ONU) como uma das três melhores legislações do mundo no enfrentamento à violência contra as mulheres. Em 2022, o Superior Tribunal de Justiça (STJ) estabeleceu que a Lei também deve ser aplicada aos casos de violência doméstica ou familiar contra as mulheres trans.



## Linguagem Sexista

Comunicação que exclui ou inviabiliza a expressão do gênero feminino nos espaços, deixando a mulher de lado, desconhecendo seu protagonismo, ao mesmo tempo que emprega o masculino como linguagem universal e neutra.

Por exemplo, ao referir-se à humanidade, minimizar o termo à “o homem”.

Há um projeto de lei que visa determinar o emprego obrigatório da flexão de gênero para nomear profissões e graus em diplomas.

Cabe também para expressões como “lugar de mulher é na cozinha” ou “isso é coisa de mulherzinha”, expressando machismo linguístico.



## Machismo

Crença de que o homem é superior à mulher e, portanto, ela deve estar sempre submissa/sujeita ao homem.

Se expressa nas práticas do dia a dia. É estrutural e atravessa todas as relações sociais, uma formação cultural do que foi atribuído aos papéis de gênero, prestigiando e enaltecendo o que é tido como masculino em detrimento do que é tido como feminino.

## Manipulação (*Gaslighting*)

Abuso psicológico de manipulação para desfazer o argumento da outra pessoa em um debate, alegando que ela está fora de si e que os fatos narrados não são verídicos, mesmo que haja provas.



## **Manspreading**

Costume abusivo do homem de sentar com as pernas extremamente abertas nos transportes públicos, invadindo o espaço dos demais passageiros.

## **Maternidade**

É um momento de grande transformação na vida da mulher, de alterações fisiológicas, emocionais e comportamentais.

É uma escolha que deve ser feita exclusivamente por ela, pois, apesar da beleza do milagre da vida, há muito trabalho associado.

Pode causar o afastamento definitivo do mercado de trabalho, a desqualificação da mulher enquanto mulher e profissional.

Pode causar também sobrecarga, especialmente, quando a paternidade não é exercida como deveria. Em muitas relações, a mãe está sempre antecipando as necessidades dos filhos e sempre socorrendo-as, pois, sabe que “o pai não cuida como ela”.

Em alguns poucos países, é reconhecida como trabalho digno de contagem para aposentadoria.

No meio corporativo, é comum que seja reproduzido o discurso que diz que “mulheres não são boas contratações, pois, engravidam e se afastam do trabalho”, ouve-se também que “depois de ser mãe, não é mais a mesma”.

**Mãe Solo:** mulheres que exercem a maternidade sem companheiro (a), sem o genitor, contando com rede de apoio, ou não. Enfrentam o dia a dia dos cuidados de si, da casa e dos filhos sozinhas. Termo adequado para substituir “mãe solteira”.

## Mito da Beleza

A ideia da beleza e juventude surge como uma forma de controle dos corpos femininos e da imposição da “feminilidade”, determinando estigmas, como uso de maquiagem e salto determinando elegância no mundo corporativo, por exemplo. Associando o respeito à figura feminina ao seu modo de vestir.

## Misoginia

Ódio ou depreciação da mulher, por extensão, de tudo o que está associado com os estereótipos tradicionalmente femininos.

# O

## Objetificação Feminina

A figura feminina é reduzida à sua beleza física e atributos sexuais. Sua existência como pessoa, seus sentimentos, habilidades, competências e pensamentos, é irrelevante.

# P

## Papéis de Gênero

Comportamentos determinados pela sociedade esperados de um homem e de uma mulher. Neles exigem-se do homem o papel de provedor e da mulher a de frágil e protegida. Além disso, as cobranças por esses papéis são completamente diferentes, no que diz respeito a maternidade e paternidade, por exemplo.

## Patriarcado

Sistema sociopolítico onde o gênero masculino e a heterossexualidade são superiores em relação aos demais gêneros e orientações sexuais. Referência para o machismo e para o privilégio masculino.

## Perseguição (*stalking*)

Prática de insistir em alguém, reiteradamente e por qualquer meio (digital, presencial, etc), enquadrando-se em perseguição. É crime, tipificado pelo Código Penal, pois, pode lesar a integridade física e mental da vítima. No ambiente de trabalho, pode associar-se à conduta de assédio.

# R

## Rede de Apoio

Relações interpessoais em que os participantes se fazem presentes nos momentos de necessidades e apuros, assim, seus integrantes podem até ter momentos sozinhos, mas não se sentem isolados, eles pertencem a um grupo que os acolherá.

Este grupo pode ser encontrado na família, amigos, no trabalho, nos relacionamentos amorosos e até mesmo na comunidade (vizinhos, igreja, etc).

## Sexismo

É o preconceito ou discriminação com base no gênero de uma pessoa.

## Sororidade

Aliança entre mulheres para defender-se, apoiar-se contra a discriminação e barreiras vivenciadas por serem mulheres. O significado carrega a ideia de que as mulheres ficam mais fortes quando se unem. Ou seja, essa aliança permite que se busque equidade de direitos contra a opressão e todas as formas de violência contra a mulher. Quando sozinhas, é mais fácil uma mulher ser silenciada. Mas, juntas, somam-se, e as vozes ganham força e engajam.



## Violência Doméstica e Familiar Contra a Mulher

É uma das formas de violação dos direitos humanos, é identificada em ações ou na omissão baseada no gênero que cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial à mulher.

Ocorre no ambiente doméstico por pessoas com vínculo familiar, em qualquer relação de íntimo afeto.





# AS PESSOAS LGBTQIA+

# GLOSSÁRIO

## AS PESSOAS LGBTQIA+

### A

Andrógino  
Assexual

### B

Bissexual

### C

Cis/cisgênero

### D

Demais grupos  
Drag  
    Cross-dresser  
Drag queen, Drag King ou  
Transformistas

### E

Estereótipo de Gênero  
Expressão de Gênero

### F

Fobias de Gênero  
    Bifobia  
    Homofobia  
    Lesbofobia  
    Transfobia

### G

Gay

### H

Heteronormatividade  
Heterossexismo  
Heterossexual  
Homem  
Homoafetividade  
Homossexualidade  
Homossexualismo

### I

Identidade de Gênero  
    Cisgênero  
    Pessoa não binária  
    Transgênero  
Intersexo

### L

Lésbica

### N

Nome social

### O

Orientação afetivo-sexual

### P

Panssexual  
Pansexualidade  
Parentalidade

### Q

Queer

### R

Retificação do registro civil

### S

“Sair do armário”  
Sexo biológico

### T

Transexualidade  
    Criança Trans  
    Homem Transgênero  
    Mulher Transgênero  
Transexual  
Traveco  
Travesti  
Transição de Gênero

### U

União estável, casamento,  
filhos

# A

## Andrógino

Refere-se a uma pessoa que possui características tanto da expressão feminina quanto da masculina, resultando em uma aparência ou identidade de gênero mais fluida, que não se encaixa necessariamente nas expectativas sociais.

## Assexual

Indivíduo que não sente atração ou interesse por atividades sexuais. Alguns especialistas consideram a assexualidade como uma orientação sexual.

# B

## Bissexual

Pessoa que experimenta atração afetiva e/ou sexual por indivíduos de dois ou mais gêneros. “Bi” é uma forma abreviada de se referir a pessoas bissexuais.

# C

## Cis/Cisgênero

Indivíduo cuja identidade de gênero—ou seja, como se percebe e se identifica—é a mesma que a atribuída ao nascimento.

## Demais Grupos

Abrange as demais orientações sexuais e identidades de gênero, para que todas as pessoas da comunidade sejam representadas.

### Drag

São pessoas que se apresentam de forma performática, frequentemente com um intuito artístico e profissional. Ser drag queen não está ligado à orientação sexual ou à identidade de gênero. O termo “drag queen” refere-se à pessoa que se veste com roupas femininas, enquanto “drag king” designa aquele que se apresenta com vestimentas masculinas..



### Cross-dresser

Embora qualquer pessoa possa usar roupas associadas a um gênero diferente, o termo “cross-dresser” refere-se tipicamente a homens que ocasionalmente vestem roupas, maquiagem e acessórios culturalmente considerados femininos. Geralmente, esses homens se identificam como heterossexuais. Essa prática é uma forma de expressão de gênero e não é realizada para fins artísticos. Ser cross-dresser não está relacionado à orientação sexual ou à identidade de gênero.

## Drag Queen, Drag King ou Transformistas

São todos personagens que exageram em elementos relacionados a gênero (roupas, maquiagem, acessórios e etc) para realizar apresentações e projetos artísticos. Essas pessoas, que trabalham com a arte drag, estão inseridas em produções culturais e de entretenimento.



Transformistas e drag queens, em geral, aproximam-se do gênero feminino para produzir a sua arte. No oposto, drag king exagera em elementos masculinos para construir o seu personagem.

Apesar de ter forte ligação com elementos de gênero (masculino ou feminino), a arte drag não se limita a isso. Os artistas podem se inspirar em elementos andróginos, da natureza, de seres mitológicos, entre outras inspirações e temas possíveis.

Drag é uma arte carregada de criatividade.

## Estereótipo de Gênero

Referem-se a certo conjunto de características que são atribuídos a todas as pessoas de um determinado grupo social. Quando estereotipamos alguém estamos generalizando e simplificando suas características, incluindo aquelas relacionadas à paternidade e à maternidade.

Precisamos rever e superar os estereótipos de gênero.

No caso da comunidade LGBTQIA+, são frequentes as generalizações de cunho negativo tendo como foco a orientação sexual e/ou identidade de gênero delas, sendo utilizado para limitar e diminuir os membros da comunidade. São extremamente prejudiciais para a vida social e para a carreira com repercussão até na saúde mental.

## Expressão de Gênero

A expressão de gênero refere-se à forma como uma pessoa manifesta publicamente sua identidade de gênero, por meio de seu nome, vestimenta, corte de cabelo, comportamentos, voz e características corporais, além de sua interação com os outros. Essa expressão nem sempre corresponde ao sexo atribuído ao nascimento.



É fundamental destacar que as expressões de gênero variam de acordo com as culturas e mudam ao longo do tempo. Por exemplo, no século 17, entre a elite francesa, o uso de perucas, saltos altos, saias e maquiagem pelos homens era considerado um símbolo de masculinidade.

## Fobias de Gênero

Agressões, aversões, preconceitos, sentimentos e julgamentos negativos, além de violências contra indivíduos cujas identidades de gênero e/ou orientações afetivo-sexuais fogem do padrão binário (homem e mulher cisgêneros) e heteronormativo.

Essas fobias se manifestam socialmente sob o termo LGBTQIA+fobia e não se limitam apenas a pessoas dentro desse grupo, mas também se dirigem a qualquer indivíduo cujo comportamento desafie os padrões de gênero tradicionais.

### As Fobias Podem Ser Direcionadas e Assim Classificadas:

**Bifobia:** conjunto de atitudes, sentimentos, preconceitos, violências e ações negativas voltadas para pessoas bissexuais.

**Homofobia:** conjunto de atitudes, sentimentos, preconceitos, violências e ações negativas direcionadas a pessoas homossexuais.

**Lesbofobia:** conjunto de atitudes, sentimentos, preconceitos, violências e ações negativas dirigidas a indivíduos lésbicos.

**Transfobia:** conjunto de atitudes, sentimentos, preconceitos, violências e ações negativas contra pessoas trans, englobando travestis, transexuais e transgêneros.



## Lgbtqia+fobia é Crime?

Desde 2019, atos de expressão de fobia de gênero são considerados crimes pela legislação brasileira. Essa determinação está vinculada à Lei de Racismo (7716/89), que atualmente prevê crimes de discriminação ou preconceito com base em “raça, cor, etnia e religião”. A aplicação da lei abrange também atos de “discriminação por orientação sexual e identidade de gênero”. Assim, embora o termo “homofobia” seja utilizado no texto legal, todas as ações que atentam contra pessoas LGBTQIA+ estão incluídas.

# G

### Gay

Termo em inglês usado para designar indivíduos (homens ou mulheres) homossexuais. Com o tempo, a palavra “gay” passou a ser mais frequentemente empregada para se referir a homens que sentem atração afetiva ou sexual por outros homens.

# H

### Heteronormatividade

Conceito ou sistema que considera a heterossexualidade e os comportamentos tradicionalmente associados a ela como o padrão normal a ser seguido, apresentando-os como a única opção válida e deslegitimando qualquer forma de relação que não se enquadre nesses padrões heterossexuais.

### Heterossexismo

Refere-se à atitude de preconceito, discriminação, negação, estigmatização ou ódio direcionada a qualquer orientação sexual que não seja heterossexual, de forma sistêmica.

## Heterossexual

indivíduo que sente atração afetiva e/ou sexual por pessoas do gênero oposto.

## Homem

Você já ouviu coisas do tipo: “Homem não chora. Seja forte, você é um homem!”, “Homem que é homem gosta de futebol.”

A masculinidade tóxica também atinge as pessoas do sexo masculino, que são pressionados a se enquadrarem naquilo que a sociedade acredita ser “a masculinidade”. Este também é um importante motivo para ir contra o machismo, para que seja possível que todas as pessoas se libertem de estereótipos e comportamentos que muitas vezes são tóxicos para si e para as outras pessoas.

## Homoafetividade

Afeto entre pessoas do mesmo gênero. Termo recorrentemente utilizado para contexto de construção familiar, como, união homoafetiva, adoção por casais homoafetivos. Sinônimo de homossexualidade.

## Homossexualidade

Sentimento de atração afetiva e/ou sexual por pessoas do mesmo gênero.

## Homossexualismo

Expressão utilizada pela OMS que definia a homossexualidade na lista de patologias/distúrbios mentais, retirada em 1990. Neste sentido, a expressão ganhou conotação negativa.

## Homossexualidade/Homoafetividade, NÃO Homossexualismo!

O termo “homossexualismo” era utilizado quando a homossexualidade era vista como um transtorno mental, sendo inclusive listado no Código Internacional de Doenças (CID) a pedido da Organização Mundial da Saúde (OMS). Nesse contexto, o termo passou a ser usado de forma pejorativa, marginalizando os homossexuais. Rotular a orientação sexual de alguém como uma patologia incentiva a repressão tanto da própria sexualidade quanto da sexualidade alheia.

Foi apenas em 1973 que o “homossexualismo” foi removido do código internacional de doenças. Por essas razões, esse termo não é mais utilizado! O correto é falar de homossexualidade, heterossexualidade e transsexualidade, pois todos esses termos indicam a orientação sexual do indivíduo, já que o sufixo “-dade” significa “modo de ser”.

Em 2018, a Organização Mundial da Saúde (OMS) excluiu da sua classificação oficial de doenças o chamado “transtorno de identidade de gênero” (CID-11), que considerava a situação de pessoas trans como uma doença mental.

## Identidade de Gênero

Refere-se à maneira como a pessoa se vê e se identifica em relação ao seu gênero.

**Cisgênero:** refere-se a alguém cuja identidade de gênero coincide com o sexo biológico atribuído ao nascimento.

**Pessoa não binária:** não se reconhece como pertencente exclusivamente a um gênero. Isso significa que sua identidade e expressão de gênero não se limitam ao feminino ou masculino, podendo não se identificar nem como homem nem como mulher, apresentar ausência de gênero ou manifestar uma mistura entre os dois.

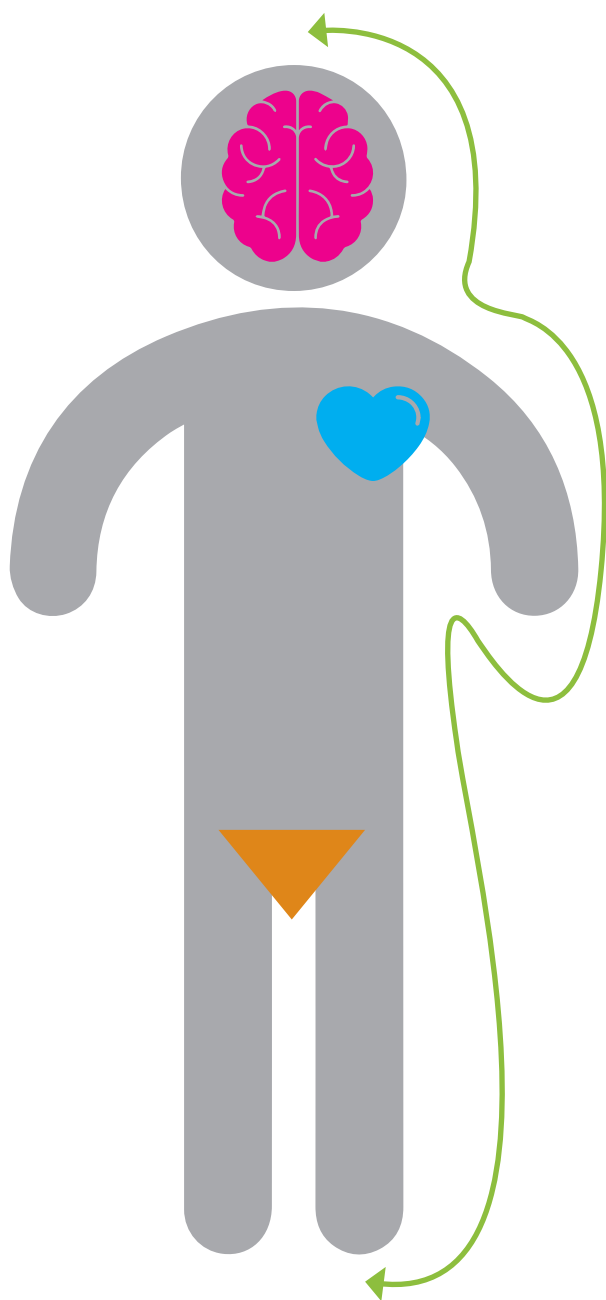
**Transgênero:** é a pessoa que não se identifica com o gênero que lhe foi atribuído ao nascer, com base no sexo biológico.

## Intersexo

Pessoas que nascem com anatomia reprodutiva ou sexual e/ou padrões cromossômicos que não se enquadram nas categorias típicas de homem e mulher são conhecidas como intersexo. É importante usar o termo “pessoa intersexo” e não “intersexual”, pois o sufixo “-al” está associado a orientações sexuais. Assim, ao nos referirmos a uma pessoa intersexo, estamos falando de uma característica biológica, e não da sua orientação sexual.

No passado, na Medicina e na Biologia, o termo “hermafrodita” era utilizado para descrever seres que apresentavam essas características, mas atualmente esse termo foi abandonado, tanto para humanos quanto para outras espécies.

# Compreendendo a Diversidade de Gênero e/ou Humana



**Identidade de Gênero**

É como o indivíduo se identifica, independentemente do gênero que lhe foi atribuído no nascimento.

<b>Cisgênera</b>	<b>Trans</b>
Mulher Cis, Homem Cis	Mulher Trans, Homem Trans, Não Binário, Travesti, Criança Trans

**Orientação Afetivo-sexual**

Por quem o indivíduo se sente atraído.

<b>Pansexual</b>	<b>Homossexual</b>	<b>Heterossexual</b>
<b>Assexual</b>	<b>Bissexual</b>	

**Sexo Biológico**

Características biológicas com as quais o indivíduo nasce, englobando fatores como hormônios, órgãos reprodutores e estrutura genital.

<b>Feminino</b>	<b>Intersexo</b>	<b>Masculino</b>
-----------------	------------------	------------------

**Expressão de Gênero**

A maneira como o indivíduo expressa seu gênero em sociedade, desde o uso de roupas e acessórios até detalhes físicos, como gestos, atitudes e timbre de voz.

<b>Mulher</b>	<b>Andóginos</b>	<b>Homem</b>
---------------	------------------	--------------

**L**

### Lésbica

Mulheres cuja orientação sexual é voltada para o mesmo gênero

**N**

### Nome social

Pessoas trans que decidem não retificar ou que não conseguem, por algum motivo, realizar a mudança oficial de seu nome e/ou gênero em suas documentações, podem utilizar o nome social, a fim de evitar situações constrangedoras. Tal disponibilidade está garantida pelo Decreto nº 8,727/2016, alcançando documentos como RG, CPF, CNH, crachá funcional, etc.

**O**

### Orientação Afetivo-sexual

Refere-se à atração emocional, afetiva e sexual que as pessoas sentem. Não se trata de uma escolha ou opção.



## Pansexual

Indivíduo que sente atração afetiva ou sexual por pessoas de todos os gêneros..

## Pansexualidade

Também conhecida como polisssexualidade ou trissexualidade, é a atração sexual ou romântica por pessoas, independentemente de seu sexo ou gênero. Indivíduos pansexuais podem sentir atração por homens, mulheres ou por aqueles que não se identificam com nenhum dos gêneros tradicionais, incluindo pessoas intersexuais, transexuais e intergêneros.

## Parentalidade

Termo usado para descrever a relação de responsabilidade e cuidado em relação a uma criança. Esse conceito abrange todas as atividades relacionadas à criação, orientação e suporte emocional, físico e financeiro essenciais para o desenvolvimento saudável da criança. Vai além da maternidade ou paternidade biológica e não se limita à figura da mãe ou do pai.

O termo também inclui novas configurações familiares, como aquelas formadas por meio de adoção ou por casais homossexuais com filhos concebidos de diversas maneiras. A parentalidade é uma responsabilidade em relação à criança, independentemente da situação conjugal dos adultos envolvidos, sejam eles solteiros, casados, divorciados, heterossexuais ou homossexuais. Outros adultos da família, como avós ou padrinhos, também podem exercer essa função, embora isso não deva ser confundido com a rede de apoio.



# Q

## Queer

Refere-se a um grupo de pessoas que não se encaixam nas identidades de gênero e/ou sexualidade tradicionais e fixas.

# R

## Retificação do Registro Civil

Indivíduos transgêneros que atingiram a maioridade legal (18 anos) têm o direito de solicitar a alteração de seus documentos oficiais. Isso abrange a mudança de nome, sobrenome e/ou marcador de gênero em certidões de nascimento, casamento e outros documentos, conforme previsto pelo provimento nº 73/2018 do Conselho Nacional de Justiça (CNJ).

# S

## Sair do armário

Esse termo, frequentemente ligado às pessoas LGBTQIA+, refere-se ao processo de autoaceitação e à decisão de afirmar com orgulho sua identidade de gênero e/ou orientação sexual.

## Sexo biológico

Refere-se às características biológicas com as quais uma pessoa nasce, incluindo hormônios, órgãos reprodutores e genitália. Trata-se de um conjunto de informações cromossômicas que envolve a identificação genotípica e considera os órgãos sexuais ao nascimento, a capacidade de reprodução e as principais características físicas e fisiológicas.

## Transexual

pessoa cuja identidade de gênero é oposta ao sexo biológico atribuído no nascimento, podendo optar por intervenções físicas ou hormonais. Ser uma pessoa trans está mais relacionado à forma como se identifica e deseja ser reconhecida e respeitada pelos outros.



## Transexualidade

Refere-se à condição em que a identidade de gênero de um indivíduo difere daquela atribuída ao nascimento.

**Criança Trans:** elas existem. Crianças trans frequentemente sentem um estranhamento em relação à sua identidade. Com maior acesso a informações e discussões sobre o tema, muitas conseguem entender esse sentimento. No entanto, muitos adultos que hoje se identificam como trans relatam ter se sentido diferentes desde a infância, o que pode levar ao afastamento social e ao sofrimento. É fundamental que essas crianças recebam acompanhamento profissional, além de acolhimento e apoio familiar.

**Homem Transgênero:** homem que não se identifica com o gênero designado ao nascer.

**Mulher Transgênero:** mulher que não se identifica com o gênero atribuído ao nascimento.

## Traveco

termo pejorativo utilizado para se referir a pessoas travestis. O sufixo “eco” é um diminutivo que visa desvalorizar o indivíduo.

## Travesti

Pessoa designada biologicamente como homem, mas que se reconhece como uma figura feminina e se apresenta dessa forma. A travesti pode ter uma identificação de gênero não-binária, não se considerando necessariamente uma “mulher”, mas expressando sua identidade através de performance e vestuário.

## A Importância de Escutar!

Como identificar se alguém é trans, travesti ou não-binário? Como saber se devo me referir a ela como “Ela” ou “Ele”?

A melhor abordagem é sempre perguntar: qual pronome você prefere?

A pessoa esclarecerá como deseja ser chamada. Apenas ela tem o direito de definir se é transexual (ou trans) ou não-binária.

## Transição de Gênero

No Brasil, as pessoas trans têm a possibilidade de passar pelo “processo transexualizador”. Trata-se de um conjunto de procedimentos clínicos e/ou cirúrgicos com a finalidade de adequar o corpo à sua identidade de gênero.

Esses procedimentos contemplam: acompanhamento multiprofissional, terapias com uso de hormônios e/ou cirurgias corporais, incluindo a cirurgia de redesignação sexual, que é voltada para adequar os órgãos genitais e/ou as demais características físicas do paciente transexual ao gênero com o qual ele se identifica, autorizada no Brasil pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) em 2002 e, desde 2008, pode ser realizada pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Em 2013, o SUS passou a contemplar também os homens trans para tais procedimentos.



## União Estável, Casamento, Filhos


Em 05/05/2011, o Supremo Tribunal Federal (STF) reconheceu a união homoafetiva como entidade familiar, garantindo a esses casais os mesmos direitos e deveres dos pares heterossexuais.

Em 2013, numa resolução publicada pelo Conselho Nacional de Justiça (CNJ), foi garantido o casamento de pessoas do mesmo sexo no país.

Ainda em 2013, houve a inclusão de casais homoafetivos em processos de reprodução assistida pelo Conselho Federal de Medicina (CFM), ou seja, cônjuges homossexuais passaram a ter a possibilidade de realizar técnicas e procedimentos clínicos para gestar e ter filhos.

Já em 2015, o STF reconheceu a adoção de crianças por casais homoafetivos, desde que preenchidos os requisitos básicos para a adoção.

Destaca-se que os direitos acima descritos ainda não são garantidos por lei, sendo assegurados apenas por decisões judiciais e administrativas. Esses pontos ficaram de fora quando da edição do novo Código Civil (Lei 10.406/2002).



**AS  
PESSOAS  
COM  
DEFICIÊNCIA**

## Cotas: Você Sabe o que São?

As cotas são políticas públicas que têm como objetivo priorizar grupos que enfrentam desigualdade social em diferentes áreas, como educação, emprego e política. A intenção é promover maior igualdade no acesso a oportunidades dignas.

## Previsão Legal de Cotas para Pessoas com Deficiência (8.213/91)

Instituída no Brasil em 1991, o art. 93 da lei 8213/91 determina que empresas com mais de 100 empregados devem reservar entre 2% e 5% de seus cargos para contratação de pessoas com deficiência. Essa medida visa combater a discriminação e garantir que as pessoas com deficiência tenham acesso ao emprego e possam exercer sua cidadania de forma plena.

A Lei Brasileira de Inclusão reconhece que a diversidade é um valor essencial nas organizações e que a inclusão desses profissionais contribui para a construção de um ambiente de trabalho mais justo e igualitário.

Além disso, é essencial reconhecer o valor das pessoas com deficiência como membros ativos da sociedade e incentivá-las a desenvolver um senso de utilidade, o que por sua vez contribui para fortalecer sua autoestima e autoaceitação. A obrigatoriedade legal induz ao alcance deste objetivo.

# Estatuto da Pessoa com Deficiência

Conheça algumas propostas do Estatuto da Pessoa com Deficiência

## Educação e Saúde

- Proibição de escolas privadas cobrarem a mais de alunos com deficiência
- Reserva de 10% de vagas nos processos seletivos de cursos de ensino superior e educação técnica
- Planos de saúde ficam proibidos de discriminar a pessoa em razão de sua deficiência



## Cultura e Lazer

- Teatros, cinemas, auditórios e estádios devem reservar espaços e assentos
- Hotéis deverão oferecer dormitórios acessíveis
- Editoras não poderão usar nenhum argumento para negar a oferta de livro acessível



## Trabalho

- Criação de Auxílio Inclusão (renda auxiliar para o trabalhador com deficiência)
- Revisão da Lei de Cotas, obrigando empresas entre 50 e 99 funcionários contratar ao menos uma pessoa com deficiência
- Possibilidade de uso do FGTS para a compra de órteses e próteses



## Direitos Civis

- Pessoas com deficiência intelectual terão direito ao voto e casamento
- Criação do Cadastro inclusão, para sistematizar e disseminar informações das pessoas com deficiência
- A reforma de todas as calçadas passa a ser obrigação do poder público, que deverá tornar todas as rotas acessíveis



FONTE: Material da RHS – Rede Humanizada SUS



## GLOSSÁRIO

# AS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

### A

Acessibilidade  
Atitudinal  
Arquitetônica  
Instrumental  
Nas comunicações  
Aceitação  
Amputação  
Ataxia

### B

Braille

### C

Capacitismo

### D

Deficiência  
Deficiente  
Deficiência auditiva  
Deficiência intelectual  
Deficiência múltipla  
Deficiência visual

### H

Hemiplegia

### I

Implante Coclear

### J

Jogos Paralímpicos

### L

Libras

### N

Nanismo  
Normal

### P

Paralisia Cerebral  
Paraplegia  
Pessoa com Mobilidade reduzida  
Pessoa Neurodivergente

### S

Síndrome de Down  
Surdez  
Surdocegueira  
Surdo Bilíngue  
Surdo Oralizado  
Surdo Sinalizado

### T

Tecnologia Assistiva  
Tetraplegia  
Transtorno do Espectro Autista

### V

Visão Monocular  
Visão subnormal ou baixa visão

## Mais ...

**Temos e Expressões Não Adequados**



## Acessibilidade

### O que Significa?

Refere-se à possibilidade de alcançar, perceber e compreender espaços, edificações e equipamentos de forma segura e autônoma. Isso implica incluir as pessoas com deficiência na participação de diversas atividades.

Existem várias formas de proporcionar acessibilidade. Confira algumas:

**Atitudinal:** Promover ações empáticas que ajudem a reduzir barreiras para pessoas com deficiência. Um exemplo é garantir que o banheiro destinado a essas pessoas esteja sempre livre, mantendo-o limpo e acessível.

**Arquitetônica:** Incluir recursos que facilitem a locomoção e o acesso, como rampas, elevadores e a disposição de bebedouros e impressoras em alturas acessíveis para quem usa cadeira de rodas.

**Instrumental:** Fornecer ferramentas adequadas para o trabalho e o estudo, como teclados em braile e leitores de tela.

**Comunicação:** Facilitar a compreensão para o maior número de pessoas possível, utilizando recursos como Libras em reuniões, legendas em vídeos institucionais e descrições de imagens nas publicações online.

## Aceitação

Pessoas com deficiência tendem a enfrentar um desafio com elas mesmas em razão dos estigmas sociais e das demais dificuldades do dia a dia. Muitas vezes, é difícil para elas ter uma autopercepção positiva, o que estimula sentimentos desagradáveis.

A maneira com que as pessoas são tratadas pela família, pela sociedade e as limitações que encontram em ambientes despreparados, contribuem consideravelmente.

## Amputação

Perda total ou parcial de um ou mais membros do corpo humano.

## Ataxia

Perda da coordenação dos movimentos musculares voluntários do corpo.

## Áudiodescrição e Autodescrição para maior Inclusão

A áudiodescrição é um dos recursos de acessibilidade mais utilizados no meio digital. É comum, nas redes sociais, ler o conteúdo de imagens por meio da tradução textual para melhorar a experiência das pessoas com deficiência visual naquela plataforma.

No Brasil, a primeira vez que utilizou-se deste recurso foi em 2003, no Festival Internacional de Filmes sobre Deficiência. Na TV, o primeiro programa a usar da áudiodescrição foi o programa “Assim Vivemos”, da TV Brasil, em 2009.

Contudo, além das adaptações para o acesso à mídia e cultura, em momentos presenciais, o Autodescrição no início da fala de cada participante já é algo comum, contudo, para ser inclusivo não basta uma mera apresentação, de nome, idade e habilidades, como é comum. Trazer uma descrição VISUAL de si mesmo para o benefício de pessoas cegas ou com baixa visão é uma prática importante e agrega as suas habilidades profissionais, é uma demonstração de empatia e responsabilidade com o outro.

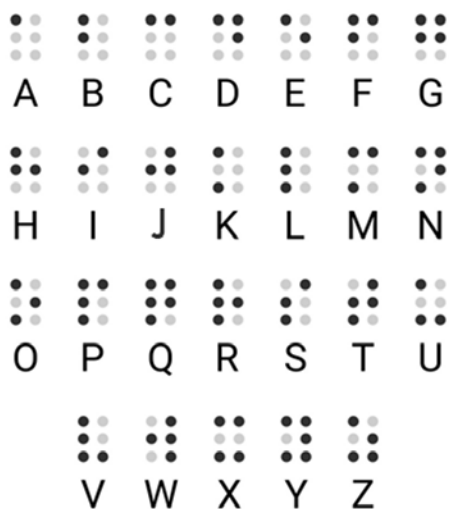
O acesso à informação sobre as pessoas que estão presentes numa sala, sobre o material que está disposto na linha do tempo do Instagram e até mesmo ao que está escrito neste texto, significa uma experiência equitativa para todos.

Para uma pessoa com deficiência visual que tenha algum nível de visão, ter acesso à descrição pode ajudá-la a recordar indivíduos e a identificá-los num momento posterior.

## Braille

O Braille é um sistema de escrita tátil desenvolvido para pessoas com deficiência visual ou baixa visão. Criado em 1825 pelo jovem francês Louis Braille, ele consiste em 64 símbolos em relevo, formados pela combinação de até seis pontos dispostos em duas colunas de três pontos cada. Esse sistema permite a representação de letras, números e sinais de pontuação.

Para materiais digitais, é recomendável usar imagens e GIFs acompanhados de descrições, facilitando a leitura adequada por softwares de leitura de tela.



## Capacitismo

A discriminação e o preconceito social manifestam-se através do uso de expressões que menosprezam ou constroem as deficiências. Um exemplo é a expressão “se fazer de João sem braço”, que implica agir de forma boba ou desentendida, perpetuando estigmas negativos. É fundamental promover uma linguagem respeitosa e inclusiva para combater essas atitudes.





## Deficiência

Perda permanente, total ou parcial de uma das funcionalidades do corpo.

## Deficiente

Algo falho e insuficiente. Este termo não deve ser utilizado para se referir a pessoas. A forma adequada é “pessoa com deficiência”.

## Deficiência Auditiva

Refere-se à perda parcial ou total da audição, que pode ser causada por malformações genéticas ou lesões nas estruturas do aparelho auditivo.

## Deficiência Intelectual

É caracterizada por limitações nas habilidades mentais gerais, afetando a compreensão de informações e a realização de tarefas diárias, em comparação com outras pessoas da mesma idade e contexto cultural.

## Deficiência Múltipla

Refere-se à associação de duas ou mais deficiências. Exemplos incluem a deficiência intelectual combinada com a deficiência física, a deficiência auditiva junto à deficiência intelectual e física, ou a deficiência visual associada à paralisia cerebral, entre outras.

## Deficiência Visual

Trata-se da perda ou redução da capacidade visual em um ou ambos os olhos de forma permanente, que não pode ser aprimorada ou corrigida com lentes, tratamentos clínicos ou cirurgias. Existem critérios rigorosos para definir essa deficiência.

# H

## Hemiplegia

Paralisia total ou parcial das funções de um lado do corpo, por consequência de lesões cerebrais.

# I

## Implante Coclear

Dispositivo eletrônico que estimula o aparelho auditivo e possibilita a pessoa com deficiência auditiva a capacidade de perceber sons.

É um procedimento disponibilizado pelo SUS desde 1999.

# J

## Jogos Paralímpicos

Evento esportivo realizado a cada 4 anos para atletas com diferentes graus de deficiência. Surgiu em 1960, sendo resultado da utilização do esporte como ferramenta para reabilitação de pessoas com deficiência.

### Quer saber mais?

Acesse o vídeo explicativo  
“Paralimpíadas”



## Libras

A sigla Libras refere-se à Língua Brasileira de Sinais, um conjunto de gestos utilizado por pessoas com deficiência auditiva para se comunicar. Vale destacar que Libras não é uma língua universal, e existem cerca de 300 línguas de sinais diferentes ao redor do mundo.

### O alfabeto em Libras



## Nanismo

Pessoa com condição física a qual afeta o crescimento esquelético, resultando em um padrão de crescimento atípico devido a mutações genéticas. É importante ressaltar que a forma apropriada de se referir a pessoas com essa condição é como “pessoa com nanismo”. O uso do termo “anão” é considerado inapropriado e pejorativo, uma vez que o nanismo é apenas uma das características da pessoa e não define sua identidade completa. Uma pessoa é geralmente considerada como tendo nanismo quando sua estatura é inferior a 1,45 metros, o que é considerado abaixo da média da estatura brasileira.



## Normal

Refere-se ao que é comum, regular. Dizer que alguém é normal ou anormal parte de uma crença preconceituosa, visto que, normalidade é algo particular da realidade de cada indivíduo.

## Paralisia Cerebral

Refere-se a um conjunto de limitações psicomotoras resultantes de uma lesão no sistema nervoso central.

## Paraplegia

É a paralisia total ou parcial dos membros inferiores, afetando a função das pernas, do tronco e outras funções fisiológicas.

## Pessoa com Mobilidade Reduzida

Uma pessoa com mobilidade reduzida é aquela que, de forma temporária ou permanente, enfrenta limitações em sua capacidade de locomoção.

## Pessoa Neurodivergente

É alguém cujo desenvolvimento ou funcionamento neurológico difere do padrão considerado típico. Exemplos incluem pessoas no espectro autista, com síndromes, epilepsias, esquizofrenias, déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), entre outros.







## Síndrome de Down

A Síndrome de Down ou trissomia do cromossomo 21 é uma alteração genética que resulta no aumento do número de cromossomos no par 21, que ao invés de dois, são três.

Este excesso de material genético pode trazer características diferentes e únicas, como:

- Olhos amendoados
- Rosto arredondado
- Orelhas pequenas
- Mãos e dedos mais curtos
- Fraqueza muscular
- Estatura baixa
- Dificuldades motoras
- Hipotonia (ou diminuição do tônus muscular)
- Excesso de pele atrás do pescoço
- Tendência a obesidade
- Deficiências auditiva e visual
- Separação maior entre os dedos dos pés

Vale ressaltar que as pessoas com síndrome de down não devem ser tratadas como frágeis e incapazes, muito pelo contrário.

A Organização das Nações Unidas dedica o dia 21 de março como o Dia Internacional da Síndrome de Down, a data tem o objetivo de conscientizar e de quebrar o estigma social a respeito da síndrome, estimulando a inclusão social.

## Surdez

Refere-se ao diagnóstico de pessoas que não conseguem ouvir ou têm audição reduzida. Considera-se “surdo” a pessoa cuja surdez é profunda, nos demais casos, a expressão correta é “Deficiência Auditiva”.

**Surdo Bilíngue:** comunica-se de ambas as formas.

**Surdo Oralizado:** comunicam-se pela língua oficial do país, com o auxílio de leitura labial, aparelho auditivo, im-

plante coclear ou outros recursos que possibilitam a comunicação oral.

**Surdo Sinalizado:** comunica-se exclusivamente pelo uso de libras.

## Surdocegueira

Deficiência única que compromete simultaneamente a visão e a audição.

**Tecnologia assistiva ou ajudas técnicas:** esse termo refere-se a um conjunto de recursos e serviços que auxiliam no desenvolvimento e na ampliação de habilidades funcionais de pessoas com deficiência, promovendo uma vida independente e inclusiva.



## Tecnologia Assistiva

Conjunto de serviços que ajuda a ampliar as habilidades funcionais de pessoas com deficiência.

## Tetraplegia

Paralisia total ou parcial do corpo, afetando a função dos braços e das pernas. O grau de imobilidade dos membros superiores varia conforme a gravidade da lesão.

## Transtorno do Espectro Autista

Decorre de um neurodesenvolvimento atípico, manifestando-se por dificuldades sociais, de comunicação e, em alguns casos, motora.

## Visão Monocular

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a visão monocular é caracterizada quando uma pessoa tem acuidade visual igual ou inferior a 20% em um dos olhos, enquanto o outro olho apresenta visão normal. Indivíduos monoculares enfrentam desafios em perceber distância, profundidade e espaço, afetando sua coordenação motora e equilíbrio. Essa condição pode ser resultado de acidentes ou de doenças, como glaucoma e tumores. A Lei 14.126/21, sancionada em 2021, reconhece a visão monocular como uma forma de deficiência visual.



## Visão Subnormal ou Baixa Visão

Define-se como a condição em que uma pessoa apresenta 30% ou menos de acuidade visual no melhor olho, mesmo após tratamentos corretivos. Essa deficiência dificulta a percepção de detalhes no cotidiano, como reconhecer rostos, ler palavras na lousa ou identificar infomações em letreiros.

### Termos e Expressões Não Adequados

- ▶ “Um exemplo de superação”
- ▶ “Você nessa situação e eu aqui reclamando da vida”
- ▶ “Você faz mais com essa deficiência, do que eu normal.”
- ▶ “Coitadinho, ele é deficiente”
- ▶ “Você está cego/surdo?”
- ▶ “Agindo igual retardado”
- ▶ Pessoa Especial/Excepcional/Aleijado



**Aqui estão apenas alguns exemplos de termos que devemos evitar.**



**AS  
PESSOAS  
DE ETNIAS  
E RAÇAS  
DIVERSAS**

## Raça

Segundo o IBGE, as raças são categorizadas em cinco grupos: branca, preta, parda, indígena e amarela. As pessoas pretas descendem de nativos da África e têm pele escura, enquanto as pardas apresentam uma mistura de tonalidades de pele. O termo “amarela” refere-se aos descendentes de imigrantes do Leste Asiático, e “indígena” inclui os povos originários do Brasil.

Além da cor da pele, a identificação racial também considera características físicas, como tipo de cabelo e formato do rosto.

## Etnia

Embora muitas vezes confundidos, o conceito de raça e etnia não são sinônimos. A raça se relaciona a características físicas, enquanto a etnia abrange aspectos culturais, como nacionalidade, afiliação tribal, religião, língua e as tradições.

## Étnico-racial

Refere-se ao termo que descreve as interações entre diferentes grupos sociais, considerando as vivências, diferenças e semelhanças que influenciam o comportamento entre eles.

## Você Sabe como é Feita a Declaração de Raça no Brasil?

De acordo com o IBGE, a definição de raça é determinada pela autoidentificação, ou seja, cada pessoa define sua própria raça. Segundo a PNAD Contínua, divulgada em julho de 2022, 47% dos brasileiros se identificam como pardos, 43% como brancos, 9,1% como pretos e pouco menos de 1% como amarelos ou indígenas.

### Mas a ascendência da pessoa pode auxiliar nesta definição racial. Veja o quadro abaixo:

**Amarela:** descendentes de asiáticos/orientais.

**Branca:** descendentes de europeus/ocidentais.

**Preta:** descendentes de africanos/afro-brasileiros.

**Indígena:** descendentes de indígenas.

**Parda:** descendentes de indivíduos de cor/ etnias diferentes – miscigenação. Indivíduos de pais de cores ou etnias diferentes: preta e branca; preta e pessoas indígenas; branca e pessoas indígenas, e assim por diante.

FONTE: IBGE

## GLOSSÁRIO

# AS PESSOAS DE ETNIAS E RAÇAS DIVERSAS

### A

Amarela  
Apropriação Cultural

### B

Branca  
Braquitude

### D

Denegrir  
Discriminação  
Discriminação Positiva

### E

Equidade Racial  
Estereótipo de Raça  
Etnocentrismo

### F

Feminismo Negro

### H

Hipersexualização do Corpo Negro

### I

Injúria Racial  
Intolerância Religiosa

### M

Miscigenação  
Morena/Moreno  
Movimento Negro  
Mulata/Mulato

### N

Negra/Negro

### P

Parda/Pardo  
População Negra  
Povos Indígenas  
Índios  
Preta/Preto

### Q

Quilombolas

### R

Racismo  
Racismo Estrutural  
Racismo Reverso

### S

Segregação Racial

### V

“Vírus Chinês”

### X

Xenofobia

# A

## Amarela

Esse termo descreve pessoas de ascendência asiática e é uma das categorias étnico-raciais reconhecidas oficialmente pelo IBGE no Brasil. Deve ser usado de forma respeitosa, refletindo a diversidade e a riqueza das origens culturais das pessoas asiáticas.

## Apropriação cultural

O ato de tomar elementos de outra cultura à qual não se pertence, desconsiderando seus significados e tradições.

# B

## Branca

Refere-se a indivíduos identificado racialmente com pele de tonalidade mais clara, frequentemente associados à ascendência europeia.

## Branquitude

Refere-se à identidade racial branca, colocando o indivíduo em uma posição privilegiada. A branquitude contribui para a construção e perpetuação da discriminação racial.

## Denegrir

Literalmente, o adjetivo está ligado a escurecer, mas figurativamente refere-se a atacar a reputação de algo. É um termo racista, que induz a ideia de que escurecer algo é ruim. Outras expressões como inveja branca, serviço de preto, humor negro, magia negra, também podem ser consideradas pejorativas e ofensivas às pessoas negras.



## Discriminação

Define-se como a exclusão injustificada de acesso a bens, serviços e oportunidades com base em raça, cor, descendência ou origem nacional ou étnica (Estatuto da Igualdade Racial, Lei 12.228 de 20 de julho de 2010).

## Discriminação Positiva

A discriminação positiva é uma estratégia importante para promover a igualdade e reduzir desigualdades, garantindo que grupos historicamente discriminados tenham acesso igualitário a oportunidades.

## Equidade Racial

A equidade racial, também conhecida como equilíbrio étnico-racial ou equidade de raça, refere-se à igualdade de oportunidades por meio do fortalecimento e o empoderamento de pessoas negras.

É fundamental ressaltar que a busca pela equidade não significa um tratamento preferencial, mas sim o reconhecimento e a correção de desigualdades históricas que impediram o pleno desenvolvimento desses indivíduos em diversos setores da sociedade.





## Estereótipo de Raça

Consiste em categorizar indivíduos ou grupos com base em sua raça, costumes e tradições, perpetuando ideias preconceituosas, como “bandidos são todos personagens pretos”, “negros têm mais resistência física” ou “baianos são preguiçosos”.

## Etnocentrismo

Visão de mundo de quem considera seu grupo étnico, nação ou nacionalidade superior aos demais.

## Feminismo Negro

É um movimento social, e uma vertente do feminismo, que destaca as experiências e direitos das mulheres negras, promovendo discussões sobre gênero e antirracismo, e reconhecendo a interseccionalidade das opressões.



## Hipersexualização do Corpo Negro

Expressões como “Negão da cor do pecado” são comuns e parecem até elogios, contudo, trata-se de uma objetificação do corpo das pessoas negras e afasta a percepção de afeto em suas relações.

Mulheres negras, muitas vezes descritas de forma reducionista, enfrentam a solidão e a objetificação causada pelo viés pecaminoso criado em cima de sua aparência, ao passo em que, a mídia continua a impor como padrão de beleza pessoas com aspectos completamente opostos.





## Injúria Racial

De acordo com o artigo nº 143 do Código Penal, a injúria racial “consiste em ofender a honra de alguém utilizando elementos relacionados à raça, cor, etnia, religião ou origem.” Ao contrário do racismo, a injúria racial ocorre quando uma pessoa ofende outra por sua raça, e ambos os crimes são inafiançáveis e imprescritíveis.

Um exemplo disso é quando jogadores de futebol brasileiros são chamados de “macaco” e recebem bananas arremessadas por torcedores em estádios internacionais.

## Intolerância Religiosa

Ato de discriminação ou agressão contra pessoas de religiões não cristãs. Geralmente, as religiões mais atingidas estão relacionadas com fatores como etnia, cultura e nacionalidade por sua raça.



## Miscigenação

A miscigenação ou mestiçagem consiste na mistura de raças, de povos e de diferentes etnias.

## Morena/Moreno

Esses termos minimizam a identidade racial das pessoas pretas e perpetuam estereótipos. É essencial utilizar uma terminologia respeitosa e precisa ao se referir a pessoas negras, reconhecendo adequadamente sua herança racial.

## Movimento Negro

Movimentos sociais que buscam direitos, igualdade racial e visibilidade da população negra.

## Mulata/Mulato

Estes termos têm conotações racistas, tratando pessoas com ascendência mista de maneira reducionista e objetificadora, muitas vezes perpetuando estereótipos prejudiciais. É importante evitar o uso desses termos e optar por formas mais respeitadas e precisas de se referir a pessoas com herança racial diversa.



## Negra/Negro

Segundo o Estatuto da Igualdade Racial (Lei 12.288/2010), a população negra engloba aqueles que se autodeclararam pretos e pardos, conforme a categoria de raça/cor do IBGE. No Brasil, devido aos anos de escravidão, políticas de branqueamento e o racismo estrutural, muitas pessoas têm evitado o termo “negro” devido ao estigma associado. Portanto, é importante destacar que o uso de termos mais respeitosos e precisos para descrever a herança racial é fundamental.

## Parda/Pardo

Parda é uma categoria étnico-racial que se refere a indivíduos de ascendência mista, incluindo elementos de diferentes grupos étnicos, como brancos, negros e indígenas. Essa categoria representa a diversidade étnica e cultural do Brasil, refletindo a miscigenação histórica que define a população do país.



## População Negra

Conjunto de pessoas pretas e pardas conforme o quesito cor/raça utilizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) ou que adotam autodefinição análoga (Estatuto da Igualdade Racial, Lei 12.228 de 20 de julho de 2010).

## Povos Indígenas

Descendentes dos povos originários de um território, que viviam ou vivem na região antes da colonização, e que não se identifica com o povo que colonizou. Possui importância fundamental na construção da identidade nacional brasileira.

**Índio:** Termo de referência inadequado, não há povo ou clã com esta denominação, pois cada indígena pertence a uma etnia identificada por uma denominação própria.

## Preta/Preto

O termo “pessoa preta” designa um indivíduo que, em termos raciais, é reconhecido por ter uma pigmentação de pele mais escura, geralmente associada a uma ascendência africana ou afrodescendente.

## Preto (a), Negro (a) ou Pardo (a)? Qual a Nomenclatura Correta?

O conceito de pessoas negras funciona como um “guarda-chuva”, incluindo tanto indivíduos pretos quanto pardos. Assim, é importante usar as expressões de autodeclaração étnico-racial adotadas pelo IBGE, evitando termos que não são reconhecidos oficialmente, como mulato ou moreno.

### Mas como identificar se a pessoa é preta ou parda?

Isso é feito por meio da autodeclaração. Se houver dúvida, pergunte à pessoa como ela se identifica e como prefere ser chamada.

## Quilombolas

Grupos étnico-raciais de ancestralidade negra, ligados à resistência histórica e à autoatribuição (Decreto nº 4.887, de 20 de novembro de 2003).

## Racismo

São práticas baseadas na crença de que uma raça (considerando raça como um conceito sociológico que abrange origem, marca, etnia e classe) é superior a outra. Essas ações podem surgir de indivíduos, instituições ou até mesmo do contexto político. Um exemplo disso é o discurso de ódio direcionado a povos chineses, acusando-os de serem responsáveis pela disseminação do Coronavírus.



## Racismo Estrutural

Nesse contexto, práticas hostis e discriminatórias estão profundamente enraizadas na sociedade, sendo vistas como normais ou muitas vezes invisíveis. O sistema social, como um todo, opera em desfavor das pessoas de raças não brancas.

Antes de se chegar à conclusão de que a percepção do racismo é parte integrante da estrutura social, duas outras concepções foram consideradas:

**Individualista:** vê o racismo como um ato isolado, cometido por indivíduos ou grupos específicos.

**Institucional:** em contrapartida, esta perspectiva sugere que o racismo é resultado das ações de instituições (públicas ou privadas) que, dominadas por grupos sociais opressores, o perpetuam para preservar seus interesses políticos e econômicos.

## Racismo Reverso

Termo utilizado para expressar situações em que pessoas de grupos raciais minoritários são acusados de serem preconceituosos e discriminar pessoas de grupos raciais majoritários.

O termo “racismo reverso” não reflete essa dinâmica de poder e, muitas vezes, é utilizado de maneira equivocada para deslegitimar as lutas contra o racismo e a desigualdade racial. Portanto, é fundamental concentrar os esforços na compreensão e na eliminação do racismo sistêmico e não se distrair com conceitos que não refletem as realidades das comunidades racialmente marginalizadas.



## Segregação Racial

Ação de isolar, separar e restringir o acesso de um grupo racial a direitos garantidos pela Constituição, como a circulação em espaços públicos ou privados.



## “Vírus Chinês”

Em 2020, quando a pandemia da Covid-19 impactou o mundo devido à rápida propagação do Coronavírus, diversos países viram surgir um movimento de ódio e preconceito contra os povos asiáticos, responsabilizando-os pela crise. Muitas dessas pessoas enfrentaram assédios e atos de violência nas ruas, resultado de manifestações xenofóbicas.



## Xenofobia

Manifestação de ódio contra pessoas estrangeiras, com descendência estrangeira ou por simples aparência que remete à povos de outros países.

Na Europa há um forte movimento xenofóbico contra muçulmanos, assim como nos Estados Unidos contra povos latinos e no Brasil contra venezuelanos e haitianos.

Algumas pessoas justificam este discurso de ódio culpando os povos imigrantes pela falta de empregos ou pelo empobrecimento do país e até mesmo pelo aumento da violência, mesmo sem dados que confirmem, não passando de preconceito.

## Racismo é Crime e é Real!

O crime de racismo ou discriminação racial, conforme a Lei 7.716/89, define que racismo “implica em conduta discriminatória dirigida a um determinado grupo ou coletividade.”

Sempre trate todas as pessoas como você gostaria de ser tratado, com dignidade, respeito e consideração.

**“Numa sociedade racista,  
não basta não ser racista. É  
necessário ser antirracista”**

**Ângela Davis**

### Práticas Antirracistas do dia-a-dia:

- ▶ Enxergar o racismo enquanto uma realidade e não amenizar/minimizar os impactos de práticas racistas
- ▶ Repensar hábitos e falas, informar-se profundamente antes de reproduzir discursos ou comentários
- ▶ Reconhecer o seu lugar de escuta e até onde você tem vivência para tratar do tema
- ▶ Apoiar pessoas não brancas: seus trabalhos, suas manifestações e suas lutas
- ▶ Denunciar condutas racistas





# AS PESSOAS DE GERAÇÕES DIVERSAS

# COMO IDENTIFICAR?

## AO INVÉS DISSO...

- ▶ Você está muito bem para a sua idade.
- ▶ Ela/e deve ter sido bonita/o.
- ▶ Todo idoso vira criança.
- ▶ Você nem parece ter a idade que tem.
- ▶ Não tem idade para entender a tecnologia.
- ▶ Ele/a é do século passado, não tem credibilidade.

## TENTE ISSO...

- ▶ Entender que todas as pessoas podem estar bem em qualquer idade.
- ▶ Todas as pessoas merecem cuidado e respeito, em todas as idades.
- ▶ Manter o corpo em movimento em todas as idades, para ter uma envelhescência plena.
- ▶ Ajudar as pessoas em suas dificuldades, assim como valorizar suas habilidades.
- ▶ Ouvir o que as pessoas têm a dizer, as lições que a vida ensinou a elas podem lhe servir também.

## EVITE:

- ✗ Ditados como: “Cavalo velho, capim novo”
- ✗ “Está fazendo hora extra.”
- ✗ “Coitadinha, está velha.”
- ✗ Generalizações

## A importância da intergeracionalidade

Estimular a intergeracionalidade é um trabalho contínuo para desafiar o preconceito estrutural da sociedade e construir um legado de inclusão. Essa abordagem envolve cultivar um novo olhar para o outro e promover uma troca genuína de experiências.

É fundamental entender que a intergeracionalidade vai além da convivência entre pessoas de diferentes idades, trata-se de criar uma cultura de envelhecimento ativo e sem tabus. Ao praticá-la, pessoas de diversas gerações são incentivadas a descobrir hábitos e comportamentos em comum, como pode ser observado nos “perennials”.

Os “perennials” ultrapassaram as barreiras etárias, representando uma mistura de todas as gerações e seus hábitos, ao mesmo tempo em que se relacionam harmoniosamente com todas as faixas etárias. Com uma mentalidade global e acolhedora, eles exemplificam o potencial transformador da intergeracionalidade.

# GLOSSÁRIO

## AS PESSOAS DE GERAÇÕES DIVERSAS

### A

Adolescente  
Ageísmo/Idadismo/Etarismo  
Etarismo Institucional  
Etarismo Interpessoal  
Etarismo Internalizado  
Etarismo Implícito  
Aprendiz

### B

Beata/encalhada  
Bem estar juvenil

### C

Caducando  
Conflito Intergeracional  
Coroa  
Criança

### D

Desenvolvimento Humano  
Desenvolvimento Juvenil

### E

Educação de Pares  
Educação Sexual  
Envelhecimento  
Estagiário/a  
Estatuto da Pessoa Idosa

### F

Ficar para Titia

### G

Gagá  
Gerontofobia

### I

Identidade  
Inapropriado para a  
sua Idade

### J

Júnior  
Juventude

### L

Liberdade  
LOAS- Lei Orgânica de Assis-  
tência Social

### M

Maricona/Tutancamona  
Matusalém  
Moleque

### N

Negligência

### O

Objetivo

### P

Peso Social  
Pessoa Idosa

### S

Saúde  
Senescência  
Senilidade  
Sênior  
Síndrome da Exaltação da  
Juventude  
Solidariedade Juvenil  
Supervalorização da Juven-  
tude

### T

Terceira Idade  
Tiazona/Tiozão  
Tolerância

### V

Velha/Velho  
Velho do Saco  
Vulnerabilidade

# A

## Adolescente

Pessoa entre os 12 e os 18 anos.

## Ageísmo/Idadismo/Etarismo

Discriminação baseada pela idade. Apesar da maioria das vítimas serem pessoas mais velhas, também pode acometer os jovens.

**Etarismo Institucional:** O preconceito é perpetuado pelas regras e políticas de uma instituição.

**Etarismo Interpessoal:** Preconceito nas interações sociais.

**Etarismo Internalizado:** Parte da própria vítima, que internaliza as crenças de idade e as aplica a si mesma.

**Etarismo Implícito:** Quando quem age não tem conhecimento de que está sendo preconceituoso.

## Aprendiz

Pessoa que se dispõe a aprender.

# B

## Beata/Encalhada

Termo pejorativo designado a mulher mais velha que não se casou.

## Bem-estar Juvenil

Conceito trazido pelos indicadores responsáveis por medir as condições socioeconômicas, saúde, comportamento, desempenho e participação das pessoas jovens.



### Caducando

Adjetivo que diz respeito às confusões mentais de alguém, supostamente causadas pela idade.

### Conflito Intergeracional

Desmerecer fatos associados à uma idade em detrimento da outra, isto é, relacionar bons conceitos à maior idade, em contrapartida considerar que o novo é sempre melhor (vice-versa).

### Coroa

Apelido pejorativo para pessoas mais velhas.

### Criança

Pessoa entre 0 e 12 anos. Contudo, a convenção sobre os direitos da criança considera todas as pessoas menores de 18 anos, no sentido de proteção e preservação da dignidade delas.

## Desenvolvimento Humano

Progresso dos recursos necessários para garantir o bem-estar da população humana.

## Desenvolvimento Juvenil

Regulamentação dos processos jurídicos e sociais para desenvolvimento das pessoas jovens, como educação, desenvolvimento de competências e participação sociopolítica.



## Educação de Pares

Método de comunicação entre pessoas de mesmos grupos que educam-se mutuamente.

## Educação Sexual

Processo pedagógico que abre espaço para discussões sobre saúde reprodutiva, afetividade, imagem do corpo, autoestima, relações de gênero, sexualidade, trazendo reflexões sobre comportamento, quebra de tabus, crenças, valores e, especialmente, sobre consentimento e respeito.



## Envelhecimento

Processo biológico e natural pelo qual os seres humanos passam ao longo do tempo, envolvendo mudanças físicas, cognitivas e emocionais à medida que envelhecem.

## Estagiário/a

Pessoa estudante contratada em pessoa jurídicas para extensão e complementação de ensino. O estágio supervisionado é regulamentado pela Lei 11.788/2008.

## Estatuto da Pessoa Idosa

A Lei 10.741/2003, conhecida como Estatuto da Pessoa Idosa, é o resultado de um trabalho voltado para defesa dos direitos das pessoas com mais de 60 anos. Seu objetivo é regulamentar e assegurar esses direitos, além de criminalizar ações discriminatórias contra elas.

## Ficar para Titia

Expressão pejorativa utilizada para falar de uma mulher mais velha que não teve filhos.

## Gagá

Senil, mentalmente incapacitado por estar mais velho (caduco).

## Gerontofobia

Medo do processo de envelhecimento, desprezo por pessoas velhas e tudo que se refere à velhice.



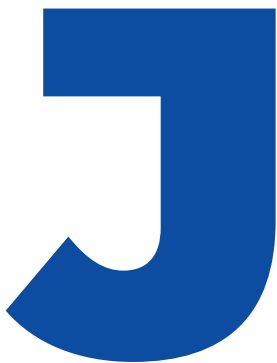


## Identidade

Processo contínuo de percepção individual do seu papel no mundo e da força externa que é exercida sobre quem você é.

## Inapropriado para a sua Idade

Julgar o uso de peças, o visual, um comportamento saudável (dançar, exercitar, se divertir, ter relações afetivas e sexuais, etc), como inadequado para a pessoa mais velha, no sentido de que aquele item somente serve aos jovens (e vice-versa).



## Júnior

Pessoa mais jovem e/ou inexperiente em relação a outra, iniciante.

## Juventude

Estado físico, mental, social e emocional. Não se mede pela idade e sim pela capacidade de protagonismo e de enxergar e viver nobres ideais.



## Lei Orgânica de Assistência Social – LOAS (8742/93)

Responsável por instituir o Benefício de Prestação Continuada, dentre outras determinações, voltado para a pessoa de idade acima de 65 anos e às pessoas com deficiência de qualquer idade. Ambas devem estar em situação de vulnerabilidade.



## Liberdade

Ter o poder de escolha (Sartre).

## Maricona/Tutancamona

Termo pejorativo usado para se referir a homem gay mais velho.

## Matusalém

Termo que se refere a pessoas de idade avançada associada à figura religiosa mais velha do texto bíblico.



## Moleque

Usado para descrever um menino imaturo ou um homem considerado insuficiente. Pode também se referir a alguém rebelde e irresponsável.

**N**

## Negligência

Indiferença e/ou falta de cuidado com a pessoa vulnerável que está sob sua responsabilidade.

**O**

## Objetivo

Refere-se ao propósito, aquilo que se busca alcançar, que não deve ser perdido, em nenhuma idade.

**P**

## Peso Social

A visão errônea que considera o idoso como um ser inútil na sociedade.

## Pessoa Idosa

Uma pessoa idosa é aquela que atingiu uma idade avançada, geralmente definida pela sociedade como sendo a partir dos 60 anos.

## Saúde

Estado de bem-estar físico, mental, social e espiritual em completo equilíbrio, sendo assim, ter saúde em nada se relaciona com idade.

## Senescência

Processo natural de envelhecimento, “envelhescência”.

## Senilidade

A senilidade é um termo antiquado que costumava ser usado para descrever a deterioração cognitiva e física relacionada à idade em pessoas idosas. Atualmente, esse termo é considerado pejorativo e impreciso. Em vez disso, utiliza-se diagnóstico adequado, como demência ou declínio cognitivo relacionado à idade.

## Sênior

Refere-se a alguém mais velho e/ou experiente, destacando sua posição de primeiro a agir ou estabelecer algo.

## Síndrome da Exaltação da Juventude

Causada pela idolatria à juventude, gera insatisfação ao corpo e os efeitos do tempo, resultando em angústia e sofrimento.



## Solidariedade Juvenil

Atitude que parte do jovem, incentivada por políticas públicas, de contribuir para sua comunidade com ações que promovam o bem-estar coletivo. Essa solidariedade pode ser incentivado pela família, empresa, escola e outros ambientes em que os jovens estejam inseridos.

## Supervalorização da Juventude

Refere-se à visão de envelhecer como sinônimo de sofrimento e angústia, enquanto a juventude é idolatrada e considerada a melhor fase da vida e a única capaz de ser prazerosa.

## Terceira Idade

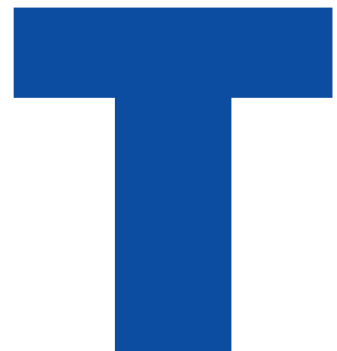
Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a terceira idade é uma fase da vida que se inicia aos 60 anos em países subdesenvolvidos e aos 65 anos em países desenvolvidos.

## Tiazona/Tiozão

Termo usado para se referir a uma pessoa mais velha não identificada.

## Tolerância

Consiste em respeitar e conviver com a diversidade.





## Velha/Velho

Os termos “velha” e “velho” referem-se a pessoas de idade avançada, mas podem ser considerados pejorativos ou desrespeitosos. É mais adequado usar “pessoa idosa” ou “idoso(a)” para descrever alguém em uma fase avançada da vida, demonstrando respeito e consideração.

## Velho do saco

Figura fictícia criada para aterrorizar crianças.

## Vulnerabilidade

Refere-se a pessoas que estão mais suscetíveis a ter seus direitos, dignidade e integridade violados. A vulnerabilidade também pode ser interpretada a partir da presunção de necessidades alheias. Por exemplo, presumir que um idoso precisa de ajuda apenas pela sua aparência de idade avançada, assim como com pessoas com deficiência. Comportar-se com base nestas inferências pode soar preconceituoso.

# RESPEITO É A NOSSA ESTRATÉGIA!

Movimentos específicos são essenciais para reduzir as desigualdades que geram grupos minorizados. Mesmo quando essa realidade for superada, o respeito deve estar presente em todas as relações, inclusive nas relações de negócios. É importante reconhecer que práticas discriminatórias podem ocorrer entre colegas de trabalho, na sociedade e no meio familiar

## Alguns alvos dessas práticas incluem:

### Corpo e Aparência

Discriminação pode afetar pessoas com corpos gordos, extremamente magros, muito altas ou muito baixas, além de quem possui tatuagens, piercings ou estilo de vestimenta diferentes. A gordofobia, por exemplo, resulta da pressão estética que valoriza apenas corpos magros como bonitos, saudáveis e dignos de afeto. Alegações de “preocupação com a saúde” podem, na realidade, encobrir comentários preconceituosos, insinuando que uma pessoa gorda é, necessariamente, afetada pela obesidade, a qual, de fato, é uma condição de comorbidade à saúde.

### Origem

Como mencionado anteriormente no contexto de “xenofobia”, a globalização e a intensa migração de pessoas entre regiões do mesmo país ou entre países diferentes geram piadas e práticas preconceituosas por parte dos nativos em relação aos imigrantes. Apelidar pessoas vindas do Nordeste de “cabeça chata”, fazer imitações do sotaque alheio e usar estereótipos, como pedir para o “japonês abrir os olhos”, são exemplos de comentários cujo caráter humorístico já se tornou ultrapassado.

### Renda

O preconceito de classe, refere-se ao tratamento desigual dispensado às pessoas com baixo acesso à renda. Esse tipo de preconceito resulta em comportamentos excludentes, limitando o acesso dessas pessoas a ambientes de lazer e outros espaços frequentados predominantemente por pessoas de “classe alta”. Além disso, essa associação erroneamente pressupõe que pessoas pobres só podem ter acesso a bens de alto valor por meios ilícitos.

# REFERÊNCIAS

CRP-MG. Envelhecimento Saudável e a Supervalorização da Juventude. Disponível em: <https://crp04.org.br/envelhecimento-saudavel-e-a-supervalorizacao-da-juventude/>

CNN. LGBTQIA+: 54% não sentem segurança no ambiente de trabalho. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/economia/lgbtqi-54-nao-sentem-seguranca-no-ambiente-de-trabalho/>

FORBES. Liderança feminina cresce no Brasil, e mulheres ocupam 17% das presidências. Disponível em: <https://forbes.com.br/forbes-mulher/2023/05/lideranca-feminina-cresce-no-brasil-e-mulheres-ocupam-17-das-presidencias/>

Guia do Estudante. Glossário do feminismo: entenda os termos usados pelo movimento. Disponível em: <https://guiadoestudante.abril.com.br/estudo/glossario-feminismo-entenda-terminos-usados/>

Hospital Albert Einstein. Programa de Diversidade e Inclusão.

IBDFAM. 05 práticas antirracistas para implementar no dia a dia. Disponível em: <https://ibdfam.org.br/noticias/8288/>

IBGC. Análise da diversidade de gênero e raça de administradores e empregados das empresas de capital aberto (1ª edição – 2024).

InfoJovem. Glossário. Disponível em: <https://www.infojovem.org.br/infopedia/recursos/glossario/>

Kerr, Cris. Viés Inconsciente. São Paulo, 2021: Literare Books.

ND RÁDIO. ND+. Representatividade feminina na tecnologia cresce, mas não alcança cargos de decisão. Disponível em: <https://ndmais.com.br/tecnologia/representatividade-feminina-na-tecnologia-cresce-mas-nao-alcanca-cargos-de-decisao/>

MPMG. Guia Antidiscriminatório Vol. 1,2,3,4. 2023. Disponível em: <https://www.mpmg.mp.br/portal/menu/areas-de-atuacao/direitos-humanos/enfrentamento-as-discriminacoes/glossario-antidiscriminatorio.htm>

National Institute on Aging (<https://www.nia.nih.gov/>).

Olha Digital. O que é e como funciona a audiodescrição? Disponível em: <https://olhardigital.com.br/2022/02/17/tira-duvidas/o-que-e-audiodescricao/>

Portal do Envelhecimento e Longevidade. Guia para não sermos etaristas em nossas comunicações. Disponível em: <https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/guia-para-nao-sermos-etaristas-em-nossas-comunicacoes/>

Samarco. Glossário da Diversidade, Equidade e Inclusão.

SENADO FEDERAL. Guia de inclusão e diversidades LGBTQIA+. Disponível em: [https://www2.senado.leg.br/bdsf/handle/id/611701?\\_gl=1\\*7rebwy\\*\\_ga\\*ODg3OTEyNDg3LjE2OTM0MzEzMzk\\*\\_ga\\_CW3ZH25XMK\\*MTY5MzQzMTMzOS4xLjAuMTY5MzQzMTM0My4wLjAuMA](https://www2.senado.leg.br/bdsf/handle/id/611701?_gl=1*7rebwy*_ga*ODg3OTEyNDg3LjE2OTM0MzEzMzk*_ga_CW3ZH25XMK*MTY5MzQzMTMzOS4xLjAuMTY5MzQzMTM0My4wLjAuMA).

TVT. Quase 20% das empresas brasileiras têm restrições para contratar LGBT. Disponível em: <https://www.tvt.org.br/quase-20-das-empresas-brasileiras-tem-restricoes-para-contratar-l-gbts/>

Vocal Eyes. Autodescrição para reuniões inclusivas. Disponível em: <https://vocaleyeyes.co.uk/pt/autodescricao-para-reunioes-inclusivas/>





# DIVERSIDADE

