

CARTILHA

DIVERSIDADE E INCLUSÃO

Termos, Expressões
e Contexto Histórico

“A inclusão acontece quando se aprende com as diferenças e não com as igualdades.”

— Paulo Freire

Sumário



04. Apresentação

05. Diversidade PcD's

11. Diversidade LGBTQIA+

18. Diversidade Étnico-racial

24. Diversidade de Gênero

Apresentação

É com grande satisfação que apresentamos a **1ª Cartilha de Diversidade e Inclusão da APPA**. Fruto de um trabalho coletivo, nossa Cartilha traz termos, contextos históricos orientadores e fontes para futuras ações e aprofundamentos. Ela abrange os seguintes recortes sociais: **pessoas com deficiência (PcD's), grupos LGBTQIA+, grupos étnico-raciais e diversidade de gênero**. Destacamos que esses grupos, por vezes, se misturam, envolvendo outros recortes, como: pessoas de comunidades tradicionais, pessoas saídas do sistema prisional, imigrantes, refugiados, entre outros.

Nesse sentido, nossa Cartilha contribui para uma educação na convivência social diversa e inclusiva. Acreditamos que vamos facilitar a percepção desses grupos, dessas pessoas, suas especificidades e particularidades.

Esse material foi produzido pelo **Comitê da Diversidade e Inclusão da APPA**, em conjunto com os setores de **Recursos Humanos** e **Comunicação**. Também conta com a participação de colaboradores da APPA.

Agradecemos a todes por sua participação e contribuição.

Boa leitura!

PCD'S

Pessoas com Deficiência



Contextualização

A primeira coisa que devemos nos atentar é que o grupo de pessoas com deficiência é **extremamente heterogêneo**, não somente pelas diferentes deficiências (**física, visual, auditiva, intelectual, psicossocial** e **deficiência múltipla**, que é a associação de duas ou mais deficiências), mas também pelos níveis, frequências ou aquisição delas ao longo da vida de uma pessoa.

Essa percepção nos alerta para a não generalização. Assim como Aristóteles, o filósofo, em Atenas, definiu a premissa jurídica de que **“tratar os desiguais de maneira igual constitui-se em injustiça”**, pois perdemos as individualidades e necessidades dentro de agrupamentos.

Ao longo da História Ocidental, esse grupo recebeu **dois tipos de tratamento distintivos: a rejeição (ou mesmo o extermínio) ou o assistencialismo compulsório**, contribuindo muito para uma postura **capacitista** da sociedade para com PcD's. Já no Egito Antigo, por exemplo, vemos uma noção diferente: no estudo de múmias, foi possível perceber que alguns faraós possuíam algum tipo de deficiência física, o que não os excluía de ocupar lugares de destaque na sociedade. Quantas pessoas com deficiência conhecemos em lugares de destaque no mundo de hoje?

Termos em desuso

Como apresentado anteriormente, o assistencialismo contribuiu para posturas capacitistas, que pressupõem um olhar de superioridade sobre PcD's como incapazes, ou que necessitem de “cura”, quando na verdade o que falta é a **acessibilidade** para essas pessoas desempenharem suas atividades em seu pleno desenvolvimento.

Alguns termos favorecem não só a exclusão desse grupo, mas também alimentam uma visão equivocada sobre ele, tais como:

❌ **“Deficiente”**: atualmente não se usa mais este termo, pois sendo um substantivo, diminui a vivência de alguém a ser, tão somente, uma pessoa com deficiência.

❌ **“Coitado(a)”**: além de insinuar que a pessoa é digna de pena, essa expressão corrobora com a ideia de que a pessoa com deficiência seria incapaz.

❌ **Chamar alguém ou se auto-referir como “retardado(a)”, “joão sem-braço”**: esses termos têm o significado semelhante ao “coitado(a)” e, geralmente, são utilizadas de forma depreciativa por quem fala, associando deficiências ao desleixo, atraso, vitimismo e afins. Para essas expressões, não existem substituições, devemos apenas dispensá-las do nosso vocabulário.

Termos em desuso

- ❌ **“Nossa equipe não tem braço para isso”**: outro exemplo de associação negativa, nessa se associa improdutividade à deficiência.
- ❌ **“Você tá cego/surdo/mudo?”**: usada pejorativamente, essa frase também indica que essas especificidades são motivos de rejeição/intolerância no convívio social.
- ❌ **“Fulana(o-e) é deficiente e mesmo assim trabalha!”**: às vezes essa expressão é usada como uma exaltação ou elogio à pessoa com deficiência, mas nunca devemos utilizar de PcD’s como parâmetro de superação. Todas as pessoas passam por momentos de superação e de falhas e não é justo designar esse lugar somente a este grupo.

Substituições

Hoje utilizamos “**pessoa com deficiência**” (**PcD**) para nos referir a pessoa que apresente uma ou mais especificidades citadas anteriormente. Já o termo para se referir a pessoas com espectro do **autismo ou dislexia, é neurodivergente (ND’S)**, pois apesar da neurodivergência não ser mais considerada uma deficiência - pois entende-se que há uma **neurodiversidade** - ainda sim são alvo do **capacitismo** e exclusão, já que essa intolerância delimita as capacidades de neurodivergentes e pessoas com deficiência, ou as reduzem às suas deficiências ou condições neurológicas.

Evite termos como “pessoas especiais”, pois infantilizam e justapõem com a noção de “pessoas normais x pessoas especiais”. Antigamente se usava pessoa “portadora” de deficiência, mas caiu em desuso por designar que a deficiência seja algo que o indivíduo porta, quando deficiência não é algo que se possa abrir mão, sendo essa uma forma equivocada de denominação. Pessoas com necessidades especiais também foi muito utilizado, mas é considerado ofensivo, porque ocorre uma diferenciação das habilidades dessas pessoas como desqualificantes, quando, na verdade, grande parte desse grupo desenvolve suas tarefas com tanta eficácia e independência quanto qualquer outra.

Para saber
mais:

Deficiência,
autismo e
neurodiversidade

As pessoas com
deficiência na história
do mundo

Para seguir
@victordimarco

LGBTQIA+



Contextualização

Assim como o grupo PcD, a **comunidade LGBTQIA+ é muito heterogênea** e possui características e discriminações específicas de gêneros identitários e/ou orientação sexual. Hoje a sigla representa, respectivamente, lésbicas, gays, bissexuais, pessoas trans e travestis, pessoas *queer*, interssexo e assexuais, entre outras, representada pelo “+”. A construção de uma sigla que agregue todos os grupos é muito importante, pois **nem sempre estiveram integrados e tampouco possuem a mesma visibilidade.**

Ao longo da História, esse grupo foi incansavelmente associado a práticas criminosas e doenças físicas e/ou mentais. A ditadura militar no Brasil foi um agravante para a comunidade, havendo até mesmo uma “caça às travestis”. Em 2007 acontece a fundação da **ABGLT (Associação Brasileira de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis, Transexuais e Intersexos)**, realizadora de 300 paradas em todo o país, com o apoio de prefeituras locais, de programas nacionais de Direitos Humanos e de combate à discriminação.

As principais conquistas do grupo foram: reconhecimento da orientação sexual como inerente à pessoa, a retirada da homossexualidade e transsexualidade da lista de doenças, casamento entre pessoas do mesmo sexo, retificação do nome de pessoas trans, alteração do gênero nos documentos, criminalização da LGBTfobia, entre outras.

Das reivindicações atuais no Brasil, temos: **empregabilidade trans/travesti, fim de tratamentos como “cura gay”, igualdade e representatividade de pessoas LGBTQIA+ nas mídias e em cargos de poder, fim da violência médica para pessoas trans e a discriminação.**

Termos em desuso

Os termos passam por mudanças em virtude das conquistas da comunidade. Alguns foram substituídos, outros abolidos e outros passaram por ressignificações dentro da comunidade, deixando o sentido pejorativo e enaltecendo seu valor identitário como a palavra “travesti”, por exemplo.

❌ **Homossexualismo:** é um exemplo de termo abolido, devido seu uso na definição da Homossexualidade como doença, o sufixo “ismo” deve ser deixado.

❌ **“Opção” sexual:** devido a reivindicação da sexualidade como algo que a pessoa não escolhe e, portanto, não se trataria de uma opção.

❌ **“O” travesti/traveco:** Travesti é uma identidade do espectro feminino de gênero e, portanto, utilizar do artigo ou pronome masculino é uma deslegitimação do gênero.

❌ **“Virou” homem/mulher/gay/lésbica/bi/assexual:** apesar de ser uma expressão utilizada comumente sem más intenções, o verbo “virar” remete uma ação simplista que ignora todo um **processo de transição** de pessoas trans ou ignora o fato que nasce-se com sua própria orientação sexual, ninguém simplesmente “vira”.

Termos em desuso

🚫 **“Você é bonito(a), nem parece trans” ou “parece mulher/homem de verdade”**: essas expressões denotam que pessoas trans não são bonitas ou que não possuem legitimidade de gênero.

🚫 **“Que desperdício”**: usada como elogio, essa frase denota que aquela pessoa “serviria” se fosse hétero, mas como ela não é, logo seria um “desperdício” e é designada como “desviante” do que uma sociedade heterocisnormativa espera.

🚫 **“Isso não é coisa de homem!”**: essa expressão é um exemplo de como os grupos se misturam, pois muitas intolerâncias partem das mesmas origens (machismo, por exemplo). Ao designar que determinada coisa não é algo “de homem”, acabamos impondo uma relação de qual comportamento é virtuoso e qual deve ser subjugado.

🚫 **“Não é homem o suficiente”**: em uma sociedade que exalta a masculinidade e subjuga o feminino, essa frase impõe a toda pessoa que não é “homem” o suficiente para ser qualificável. Essa frase também é aplicada para apontar mulheres que não teriam um perfil “forte/impositivo”, caindo, também, na questão da desigualdade de gênero.

Substituições

Heterossexualidade, homossexualidade, bissexualidade, pansexualidade, assexualidade (orientações sexuais: por quem a pessoa se atrai) transexualidade ou transgeneridade (identidade de gênero: como se identifica), são os termos utilizados atualmente e eles são independentes entre si.

Quando falamos em **identidade de gênero**, a pessoa pode ser **cisgênera** (identidade de gênero idêntica ao sexo que foi atribuído ao nascer), ou pode ser **transgênera** (identidade de gênero diferente do sexo atribuído ao nascer). Por exemplo: um homem trans é alguém que não nasceu com pênis e se identifica quanto homem.

Especialmente pessoas trans e mulheres cis sofrem com o **sexismo**, que é a crença que as pessoas terão comportamentos, capacidades e gostos específicos, naturais do sexo de nascimento. Essa crença, além de ignorar a existência de pessoas intersexo, também corrobora para o **machismo e transfobia**.

A arte Drag Queen é feita por pessoas que usam de um alter-ego para brincar com as diversas **expressões de gênero**. **Drag Queen não é o mesmo que trans/travesti**, uma é performance artística e outra é a identidade de gênero. Sendo assim, qualquer pessoa pode performar a arte Drag.

Para saber
mais:

[Movimento LGBT:
o que é, história e
muito mais!](#)

[ABGLT do
Tamanho do
Brasil](#)

Para seguir:
[@transpreta](#)

Rita em 5 Minutos: LGBTQIA+



ÉTNICO- RACIAL



Contextualização

O Brasil foi o último país da América Latina a abolir a escravidão. Foram **mais de 300 anos de escravidão do povo negro, genocídio indígena e o apagamento dessas culturas**. Mesmo após a abolição da escravidão, nenhuma medida sócio-política foi tomada para evitar a **marginalização** dessas pessoas e seus descendentes.

Também recebemos uma forte influência **eugenista (“bem nascido”)** como solução. Teoria essa que acreditava na hereditariedade intelectual e supremacia branca, justificando a exclusão e esterelização de povos negros, indígenas, imigrantes asiáticos e PcD'S. Percebendo que essas medidas não seriam suficientes para conter o crescimento da população não-branca, políticas de imigração de brancos europeus para o Brasil foram aplicadas, visando o embranquecimento gradual da população.

É aí que nasce o **mito da democracia racial**, que sugere não haver racismo no Brasil, porque seríamos um povo miscigenado, mas ainda temos uma crescente taxa de homicídio de **pessoas negras, com 2,6 vezes mais chances de serem mortas**, além dos **constantemente ataques às terras indígenas**, provocando adoecimento e evasão dessa população para ambientes urbanos marginalizados.

Termos em desuso

Por conta de todo esse histórico de discriminação étnico-racial no Brasil, herdamos uma extensa lista de termos e expressões essencialmente **racistas** e que alimentam esse imaginário, mesmo que sutilmente.

❌ **Racismo reverso**: o racismo é a intolerância e preconceito para com populações marginalizadas. Utilizar da palavra “reverso” não faz sentido, pois não houve uma repressão histórica e contínua para com povos brancos.

❌ **Escravo(a)**: assim como a palavra “deficiente”, usar esse termo no substantivo incute a ideia de que essas pessoas foram essencialmente escravas e retira a ação real de que, na verdade, elas foram **escravizadas**. O melhor é usar o adjetivo escravizado(a).

❌ **“A coisa tá preta/humor negro”**: assim como muitas outras expressões, associa a ideia do negro/preto a algo ruim.

❌ **“Dia de branco/inveja branca”**: quer dizer “dia de trabalho/inveja boa”. Estão em oposição à expressão anterior, associando o branco, ao digno, ao bom, ao que trabalha.

❌ **Denegrir**: com sentido de “difamar”, mas que usa da palavra “negro” para dizer que algo/alguém está recebendo má fama.

Termos em desuso

- ❌ **Estampa “étnica/exótica”**: essas duas palavras expressam uma visão etnocêntrica, em que tudo que não é do branco ocidental recebe esse lugar de excêntrico/diferente/exótico.
- ❌ **Índio**: é uma herança dos tempos de expansões marítimas, quando os europeus acabaram por associar equivocadamente os povos nativos das Américas com os povos da Índia. Hoje o termo correto é **Indígena**.
- ❌ **“Programa de índio”**: expressa uma atividade junto a natureza, mas com significado de algo desconfortável, antiquado e relaciona o indígena à ideia de selvagem.
- ❌ **Tribo**: também tem origem na ideia de selvagem, e deve ser cortada do vocabulário. Utilize as palavras **aldeia ou comunidade**.
- ❌ **Chamar alguém de japinha/china/turco/árabe/paraíba**: caso a pessoa não expresse objetivamente que gosta de receber esse chamado, não é legal tratar alguém **de forma pejorativa**. Esse hábito denota a ideia etnocêntrica de que o branco é o “universal” e as demais pessoas, que são “o negro”, “o japonês”, “o turco”, “o árabe”, “o nordestino”, não .
- ❌ **Judiação**: etimologicamente, associa as pessoas judias com um contexto histórico de tortura, escravidão e sofrimento. Devemos substituir por “maltrato”, “crueldade” ou “malvadeza”.

Substituições

É importante conhecer alguns conceitos que definem como o racismo se expressa no cotidiano. O **Racismo** é **estrutural** e é resultado de políticas, como as citadas anteriormente. É crucial a noção dele como **estrutura que sustenta nossa sociedade**, já que, por vezes, ele se torna indissociável de outras questões, como a pobreza, exclusão de culturas periféricas (**racismo cultural**), intolerância religiosa (**racismo religioso**) e a falta de representatividades não-brancas em cargos de poder.

Essa falta de representações indígenas e negras no Brasil se dá muito pelo **Racismo Institucional**, ocorrendo na esfera institucional apresentando baixa diversidade étnico-racial ou a falta de inclusão, e acabam por propiciar, por exemplo, **maiores taxas de evasão para estudantes negros em universidades**, demonstrando que não basta somente a aplicação de cotas (que sim, são necessárias), mas também a presença de políticas de permanência e inclusão desses grupos.

Pouco se fala, mas o **Racismo Ambiental** é um fator alarmante, especialmente para comunidades indígenas e quilombolas que possuem intrínseca relação com a natureza, permitindo-lhes não só a preservação de seus costumes, como a preservação da vegetação e da biodiversidade dessas reservas.

Para saber mais:

O que foi o movimento de eugenia no Brasil: tão absurdo que é difícil acreditar

Negro tem 2,6 vezes mais chances de ser assassinado no Brasil

Para seguir:

[@almapretajornalismo](#)

[@visibilidadeindigena](#)

Para ouvir:



[Podcast "Kilombas" - A População Negra e o Mercado de Trabalho](#)

GÊNERO



Contextualização

Na História Ocidental, as reivindicações por **igualdade de gênero** tiveram início no século XIX, com a luta pelo direito ao voto por mulheres no Reino Unido. Já na década de 1960, o movimento toma força em outros lugares do mundo, ampliando as pautas pelos direitos reprodutivos, sexualidade e igualdade no mercado de trabalho.

No Brasil, mesmo com os avanços sociais nas últimas décadas, ainda percebe-se a violência de gênero. **Oito em cada dez estupros foram contra mulheres em 2019**, reforçando o que especialistas chamam de **Cultura do Estupro/Violação**. Esses números são ainda maiores quando fazemos o recorte racial: **mulheres negras são mais violentadas que mulheres brancas**, além de serem as vítimas mais frequentes do **feminicídio**.

Há uma **sub-representação da mulher na política**, mesmo sendo mais da metade da população brasileira. Nosso congresso conta com apenas 15% de mulheres entre representantes.

A **desigualdade salarial** também é uma realidade, apesar da queda nos últimos anos. Mulheres ainda ganham cerca de 20,5% a menos que homens e o salário cai ainda mais para mulheres negras. Além de ganharem menos, **mulheres também são maioria entre as vítimas de assédio no ambiente de trabalho**.

Termos em desuso

Até meados do século passado, a mulher era considerada propriedade do pai ou marido, além de não haver muitas representações de figuras femininas fortes e independentes nas mídias. Então não é surpresa imaginar que nossa linguagem também esteja repleta de expressões que inferiorizam a mulher.

- ❌ **“Mulher” de fulano:** é muito importante evitar essa relação de posse do parceiro sobre a mulher. Opte por chamar as pessoas pelo nome ou então evite o termo “mulher de alguém”: namorada ou esposa são melhores termos.
- ❌ **“Agora o ambiente está mais bonito”:** comum no ambiente de trabalho, é utilizada quando uma mulher entra no recinto. Está muito atrelada a ideia de que a mulher é objeto, então estaria decorando o lugar, desprovida de qualquer outra capacidade.
- ❌ **“Quem você quer agradar assim?”/“Joga seu charme pra resolver isso”:** como na frase anterior, essas expressões deslocam a mulher para o lugar da beleza, somente.
- ❌ **“É muito bonita pra ser inteligente”:** com ideia semelhante das frases anteriores, retira-lhe qualquer capacidade intelectual.

Termos em desuso

- ❌ **“Mas ela provocou”/“Também, vestida desse jeito”**: fruto da Cultura do Estupro, essa frase procura responsabilizar a vítima pelo crime, o que é o completo oposto do que se deve fazer.
- ❌ **“Ela é mais macho que muito homem”**: resultado de uma noção sexista, onde atribuí-se comportamentos e/ou habilidades específicas para cada sexo.
- ❌ **“Deve estar de TPM”**: uma forma muito comum de atribuir à mulher o descontrole emocional. Todas as pessoas passam dias ruins e a TPM não deve ser usada como sinônimo de incapacidade ou falta de profissionalismo.
- ❌ **“Melhor pedir a um homem”/“Mas você vai dar conta?”**: por vezes, essas frases podem ser usadas na intenção de oferecer auxílio, mas vale refletir se essa dúvida não vem acompanhada de machismo. Prefira perguntar “você quer ajuda?”, pois dessa maneira é dada autonomia à mulher, reconhecendo-a como capaz de decidir se precisa de auxílio ou não.

Substituições

Existem terminologias que podem auxiliar na compreensão das relações tóxicas de gênero construídas em nossa sociedade. Muitas delas acontecem quando há uma minoria de mulheres no local, se tornando práticas sutis e que passam despercebidas.

Maninterrupting (homem+interrupção): é a constante interrupção da fala da mulher por um homem.

Bropropriating (mano+apropriação): acontece quando uma mulher diz algo e não é ouvida, logo em seguida um homem repete a mesma fala e os presentes prestam atenção e podem até parabenizá-lo e o crédito sequer é dado a ela.

Mansplaining (homem+aplicação): ocorre quando um homem explica para a mulher algo que ela é especialista no assunto, mesmo que esse homem não seja.

Gaslighting (manipulação): é a prática de tornar o que uma mulher diz ou faz como algo exagerado, fazendo-a crer que está sendo equivocada.

Substituições

Feminicídio: homicídio cometido contra a mulher pelo principal fato dela ser mulher e em geral, é praticado por seus ex-companheiros. Tornou-se crime devido a alta recorrência desses casos.

Cultura do Estupro/Violação: é a normalização de práticas de abuso, geralmente contra mulheres e vulneráveis. É também resultado da objetificação de corpos femininos.

Para saber mais:

Mulheres negras recebem menos da metade do salário dos homens brancos no Brasil

8 dados que justificam a luta por igualdade de gênero nos dias de hoje

MPT lança campanha contra discriminação de mulheres no trabalho



O que Paris nos revela sobre os estereótipos de Gênero

Colaboração do Comitê da Diversidade e Inclusão da APPA, setores de Recursos Humanos e Comunicação.

Redação
Ane Pepe

Revisão de conteúdo
Filipe Matos
Pâmela Perdigão

Revisão de texto
Petrônio Souza

Design
Cintya Dias
Izabella Coelho

2022