



CARTILHA DE DIVERSIDADE, EQUIDADE E INCLUSÃO

Seu guia para uma comunicação inclusiva.

Orizon

Sumário

1. Por que um guia para comunicação inclusiva?.....	3
2. Pessoas com deficiência.....	5
3. Raça e Etnia.....	12
4. LGBTQIAP+.....	22
5. Gênero.....	30
6. Comunicação inclusiva	34
7. Inclusão.....	38
8. Referências.....	40

Por que um guia para comunicação inclusiva?

Como você já sabe, o tema de **Diversidade, Equidade e Inclusão (DE&I)** é prioridade na Orizon e este assunto precisa estar cada vez mais enraizado em nossos hábitos e cultura.

Nosso propósito para esta frente é inserir Diversidade, Equidade e Inclusão (DE&I) como um hábito diário de aprendizado, colaboração e respeito de forma acolhedora e segura para todas as nossas pessoas.

Acreditamos que a **Diversidade** é garantir que os espaços de trabalho sejam representativos para os diferentes tipos de pessoas que ali convivem. **Equidade** é reconhecer e eliminar os obstáculos, criando assim, um ambiente de pertencimento. A **Inclusão** é o processo de acolhimento e integração das demandas de todas as pessoas. Esse tema é cada vez mais presente em nossa sociedade e termos consciência de que ninguém nasce sabendo de tudo e de que estamos em evolução contínua é um passo importante.

Elaboramos esta cartilha, com dicas e conteúdo que ajudarão a tornar a sua fala, escrita e atitudes mais inclusivas e respeitosas.

A comunicação tem um papel muito importante nas relações humanas, e é uma das nossas competências aqui na Orizon, por isso precisamos zelar em como transmitir o que pretendemos da melhor forma possível.

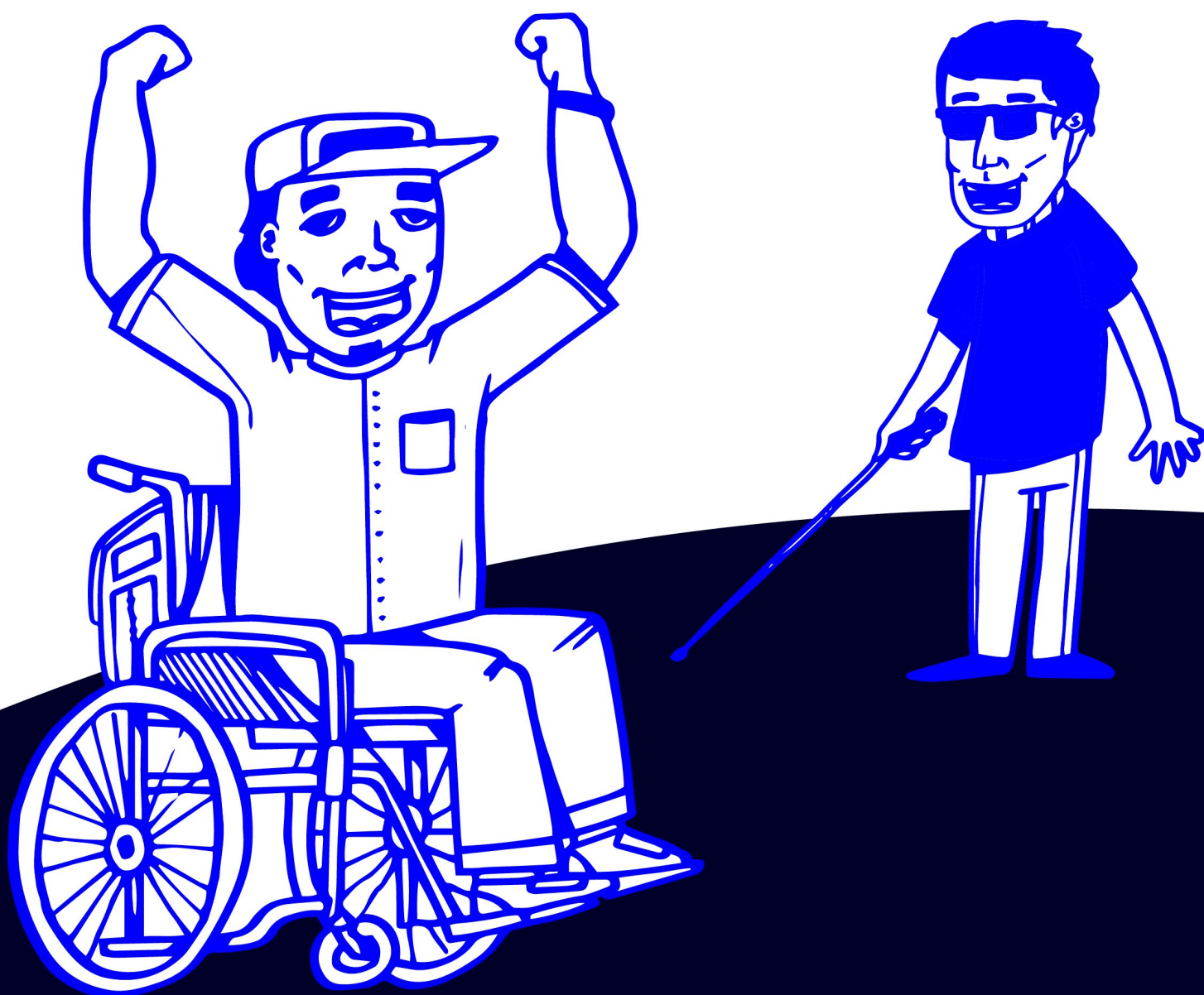
Sabemos que assim como as palavras erradas são micro agressões, capazes de marginalizar, excluir e machucar pessoas, a comunicação adequada e inclusiva é capaz de criar laços de respeito, desconstruir preconceitos e promover mudanças genuínas.

Nosso objetivo é mostrar que é possível falar tudo o que você precisa sem ofender, discriminar, excluir, desrespeitar ou deslegitimar nenhuma pessoa ou grupo.

Nesta cartilha, você vai encontrar os 4 pilares que norteiam o tema de Diversidade, Equidade e Inclusão na Orizon:

Pessoas com Deficiência, Raça e Etnia, Gênero e LGBTQIAP+.

Pessoas com deficiência



A expressão “pessoa com deficiência” foi definida como a mais adequada para se referir às pessoas com deficiência física, sensorial, intelectual ou múltipla, a partir de uma Convenção da ONU, em 2006. A pessoa vem antes, a deficiência vem depois.

Quando for se referir a uma pessoa com deficiência, utilize o termo por extenso “pessoa com deficiência”, e não a sigla PCD. O uso somente da sigla pode desumanizar, estigmatizar e excluir (além de gerar confusão em pessoas que não saibam o que significa).

Quais termos e expressões você deve usar?

Use: pessoa com deficiência.

Uma deficiência, seja ela qual for, não impede a pessoa de ter uma vida plena e de contribuir com a sociedade.

Não utilize: aleijado(a), incapacitado(a), inválido(a), deformado(a), sequelado(a), pernetá, maneta, manco, manquitola, aleijadinho(a), capenga ou paralítico.

Por quê? Esses termos dão a entender que uma pessoa com deficiência tem menos valor (inválido), menos capacidade (incapacitado), e podem ser bastante ofensivos.

Use: deficiente intelectual ou neurodivergente.

Deficiente intelectual é a expressão mais abrangente e genérica. O termo neurodivergente é utilizado por diversas pessoas que não se enquadram no padrão neurotípico, incluindo quem tem transtornos psicológicos e outras características neurológicas atípicas.

Não utilize: mongol, mongoloide.

Por quê? Esses termos, geralmente usados para se referir a pessoas com Síndrome de Down, são capacitistas e racistas (porque fazem menção ao povo da Mongólia, que evidentemente não apresenta Síndrome de Down em 100% da população).

Use: surdo(a), cego(a) e deficiente auditivo.

Utilize as palavras em sua forma original, que não são ofensivas. Deficiente auditivo é geralmente empregado para pessoas com perda auditiva, parcial ou total. Se a pessoa não escuta, nem mesmo com o uso de aparelhos, você pode se referir a ela como surda sem problemas. Surdo(a), com letra maiúscula, é para se referir a integrantes da Comunidade Surda, que têm a Libras (Língua Brasileira de Sinais) como língua-mãe.

Não utilize: surdinho(a), ceguinho(a), surdo-mudo ou surda-muda.

Todo surdo é mudo?

Surdo-mudo é um termo que precisa ser banido da sociedade. Já que a surdez não acarreta nenhuma perda no aparelho fonador, e são mínimos os casos de pessoas com problemas auditivos que não emitem qualquer tipo de som.

Uma pessoa é muda quando não utiliza o seu aparelho fonador (conjunto de órgãos e estruturas que produzem sons da fala) para conversar ou emitir qualquer manifestação vocal. Qualquer um, inclusive os surdos, que tenha esse aparelho em perfeito estado, pode desenvolver a fala, geralmente com dificuldade e acompanhamento de um especialista.

Portanto, o uso correto dos termos são:

Deficiente Auditivo ou Pessoa com Deficiência Auditiva: pode ser relacionado a quem tiver perda auditiva, seja moderada ou total. Geralmente é comum para pessoas que não escutam bem, mas ainda escutam algo.

Surdo: quem não escuta nada, nem com uso de aparelho, perda total da audição.

Surdo Oralizado: pessoas com perda auditiva que usam a fala para se comunicar. No geral, fazem leitura labial para compreender a conversa. É mais comum em quem nasce ouvindo e perde a audição durante a vida ou tem uma audição parcial.

Surdo Sinalizado: indivíduo com perda auditiva e que usa Libras para se comunicar.

Outros termos a serem evitados:

Tome cuidado com termos que se referem a condições médicas, como retardado(a), imbecil, bipolar, histérico(a), depressivo(a), demente ou autista. Usar o nome de um diagnóstico ou de uma característica física de forma pejorativa reforça o estigma sobre doenças mentais ou, ainda, a classificação de pessoas nessas condições como incapazes, inúteis ou sem valor. Para se referir a pessoas com deficiência intelectual ou alguma condição neurológica, você pode usar neurodivergente ou neuroatípico(a), ou simplesmente pessoa com deficiência intelectual.

O termo “portador(a)” não se usa porque só é possível portar objetos dos quais as pessoas podem se desfazer. A deficiência é uma característica que pode ser permanente ou de longo prazo.

Não use também o termo “especial”, porque se trata de um eufemismo muito usado por pessoas sem deficiência, especificamente para se referir a pessoas com deficiência intelectual. Entretanto, essa palavra carrega um sentimento de pena ou pode até parecer uma admiração exagerada pela pessoa com deficiência.

Lembre-se: as pessoas com deficiência querem ser vistas, tratadas e respeitadas independentemente da sua condição. Use simplesmente “pessoas com deficiência”.

O que é Capacitismo?

Usar o nome de um diagnóstico ou de uma característica física de forma pejorativa força a imagem das pessoas com deficiência como incapazes, imperfeitas ou sem valor.

Esse preconceito tem nome: **capacitismo**. Precisamos mostrar, também na linguagem, que a deficiência não define ninguém.

Não use:	Você pode usar:
Dar uma de João sem braço	Se fazer de desentendido(a)
Não temos braço para isso	Não temos pessoal para isso
Fingir demência	Fingir costume
Que mancada	Que gafe
Estar ruim das pernas	Estar em crise ou com problemas

Comentários capacitistas que não devem ser feitos:

Ficar surpreso(a) porque uma pessoa com deficiência concluiu a graduação ou a pós-graduação.

“É inacreditável que você tenha conseguido isso nas suas condições!”

Não entender como essa pessoa consegue cuidar dos filhos:

“Mas você faz tudo isso sem ajuda?”

Parabenizar o/a profissional com deficiência por ter feito um bom trabalho (quando não faria o mesmo por um profissional sem deficiência):

“Parabéns, você é surpreendente!”

Dizer que a pessoa com deficiência parece **“tão normal ou que parece não ter deficiência”**.

“Oferecer ajuda” a pessoa quando ela não te pediu (por exemplo, ajudar uma pessoa cega ou uma pessoa cadeirante sem ela ter solicitado).

Não levar em conta as dores de uma pessoa com deficiência que tenta conversar com você sobre isso e, para tentar animá-la, diz algo do tipo:

“Tem gente em situação bem pior”.

Dar parabéns para alguém por levar uma pessoa com deficiência para um show, um restaurante, um jogo de futebol ou por ter se casado com ela.

Não faça perguntas indevidas ou capacitistas: **“você nasceu assim mesmo ou foi um acidente?”**.



Raça e Etnia

O racismo é estrutural e é manifestado por meio de ações, crenças e sistemas públicos. Ele está presente no trabalho, no acesso à direitos básicos, nos relacionamentos e nas práticas culturais. E quando falamos de racismo, estamos nos referindo, também, às políticas de eliminação e branqueamento da população mundial, geradas pelo ódio e preconceito com pessoas negras.

Quando o assunto é preconceito racial e racismo estrutural no Brasil é preciso ter em mente alguns dados para refletir e entender melhor como essa questão se manifesta no dia a dia:

- a população negra representa aproximadamente 56% da população total brasileira. Mesmo assim, esse grupo de pessoas ganha até 75% menos que pessoas brancas, ainda que tenham a mesma origem social.
- 3 entre 4 brasileiros que estão entre os 10% mais pobres do país são negros.
- Entre 1965 e 2014 apenas 10% dos livros brasileiros publicados foram escritos por autores negros.
- Pessoas negras também representam somente 40% do público que conclui a educação básica e, no ensino superior, esse número cai para 32%. Mas os negros ganham espaço quando o tema é outro: a cada 100 pessoas assassinadas no Brasil, 75 são negras.

A filósofa norte-americana Angela Davis diz "não basta não ser racista, é preciso ser antirracista". Para ajudar a combater o racismo, trouxemos algumas dicas sobre termos e expressões que reforçam o preconceito e a discriminação, para que você possa retirar do seu vocabulário.

O que você deve falar e por quê?

Use: a coisa tá feia, a coisa tá difícil ou complicada.

Não utilize “a coisa tá preta”.

Por quê? A expressão associa o termo preto a algo ruim, negativo, portanto, é pejorativo.

Use: difamar, depreciar, degradar ou injuriar.

Não utilize “denegrir”

Por quê? Denegrir significa “tornar negro”, “escurecer”, usado sempre de maneira pejorativa. É racista porque parte do princípio que tornar algo negro é o mesmo que o tornar ruim.

Use: coisa, serviço, trabalho mal feito ou feito errado.

Não utilize “coisa, serviço ou trabalho de preto”.

Por quê? Essa expressão é usada para descrever algo mal feito e é preconceituosa porque coloca as pessoas negras como incapazes.

Use: cabelo crespo, cacheado ou afro.

Não utilize “cabelo ruim”, “cabelo de bombril”, “cabelo duro”, “seu cabelo não molha?”.

Por quê? Usar termos **negativos** para se referir ao cabelo das pessoas negras e depreciá-las é uma forma de racismo.

“Da cor do pecado” simplesmente não use essa expressão se você estiver tentando elogiar alguém.

Por quê? Utilizada como “elogio”, essa expressão reforça um estereótipo que, além de racista, também é misógino: o da mulher negra hiper sensualizada. Em uma coisa errada, portanto, ter a pele da “cor do pecado” é bastante negativo.



Use: mal feito, irregular, defeituoso ou imperfeito.

Não utilize “feito nas coxas”.

Por quê? Essa expressão remonta ao período da escravização, quando os negros utilizavam as próprias coxas como molde para modelar telhas. Por ser feito de forma artesanal e os formatos dos corpos serem diferentes, as peças não se encaixavam bem uma na outra, consideradas mal feitas.

Use: mesa de cabeceira, cômoda ou simplesmente móvel.

Não utilize “criado-mudo”.

Por quê? Este termo também era utilizado no período da escravização para se referir aos negros escravizados que deviam ficar calados em um canto segurando coisas para seus “senhores”.

Use: humor ácido.

Não utilize “humor negro”.

Por quê? Essa expressão costuma ser usada para descrever um humor com piadas de mau gosto, o que novamente associa negro a algo ruim.

Use: inveja boa.

Não utilize “inveja branca”.

Por quê? A palavra “branca” aqui vem em oposição ao negro, sendo usada como uma coisa positiva, uma inveja boa, enquanto que o negro é ruim e negativo.

Use: lista proibida.

Não utilize “lista negra”.

Por quê? Mais um exemplo da palavra “negra” usada como algo negativo, para descrever pessoas que, por alguma razão ruim, estão excluídas de certos grupos, ou para mostrar que uma pessoa está sendo perseguida.

Use: pardo.

Não utilize “mulato(a)”.

Por quê? A palavra vem de mula, que é o cruzamento da égua com o asno. O termo surgiu na época da escravização, quando as mulheres negras eram, muitas vezes, violentadas por seus “senhores” e tinham filhos chamados de mulatos.

Atenção: Moreno(a).

Só utilize essa palavra para se referir à pessoas que tenham cabelo escuro, não para se referir à cor da pele de alguém.

Por quê? As pessoas acreditam que chamar alguém de moreno seria mais agradável do que chamar de preto ou negro, por ser esse um termo “embranquecedor”, como se preto ou negro fossem ruins e moreno é bom porque é mais claro. Para não errar, se refira à pessoa pelo nome dela ou pergunte como ela prefere ser descrita.

Use: eu não sou qualquer um(a) ou não me trate assim.

Não utilize “não sou tuas nega”.

Por quê? Usar essas expressões trata a mulher negra como “qualquer uma” ou “de todo mundo”, reforçando a maneira como as mulheres negras escravizadas eram vistas e tratadas. A frase deixa explícita uma ideia de que com as negras “pode tudo”, sendo racista e machista ao mesmo tempo.

Use: confusão, bagunça ou desordem.

Não utilize “samba do crioulo doido”.

Por quê? A expressão debochada reforça o preconceito e o estereótipo sobre as pessoas negras.

Use: mau cheiro ou fedor.

Não utilize “Inhaca ou nhaca”.

Por quê? Inhaca é o nome de uma ilha de Moçambique e é daí que vem o uso desse termo carregado de preconceito e de estereótipos, para designar um cheiro forte ou desagradável.

Use: indivíduo, pessoa ou gente.

Não utilize “nego(a) ou neguinho(a)”.

Por quê? Geralmente é usado para se referir a alguém de identidade desconhecida, de forma pejorativa.

Por que devemos desconstruir a afirmação do racismo reverso?

Devemos desconstruir essa noção de racismo reverso porque ela é falsa. É uma expressão usada para negar a estrutura racista e faz parte do mesmo repertório de expressões como “o pior racista é o próprio negro”, “e se fosse ao contrário?” etc.

Expressões como essas são usadas por quem prefere confundir e encobrir o verdadeiro debate aqui proposto. O racista não se vê como injusto, porque justiça é um termo que não importa para ele. A não ser que ele se sinta injustiçado. Mas o mais interessante é que no contato com sua família ele pode ser extremamente afetivo, assim como muitos homens machistas são extremamente espirituosos, a ponto de não ser tão fácil provar seus atos.

Termos que não se referem a pessoas negras, mas que também são preconceituosos:

“Baianagem ou baianada”

Referência pejorativa aos nascidos no estado da Bahia, substitua por brega ou cafona.

“Judiar”

É um verbo de carga depreciativa, pois seria “tratar como os judeus foram tratados”, ou seja, “maltratados como os judeus”.

“Indiada ou programa de índio”

Associar as culturas dos povos indígenas a algo que não deu certo ou que seja um incômodo, além de discriminatório, reforça o apagamento cultural de povos cujas crenças, conhecimentos e costumes são extremamente ricos). Substitua por evento chato ou uma furada.

Importante: é necessário saber que comentários preconceituosos sobre determinados grupos étnicos-raciais como exemplificados acima são enquadrados como preconceito racial ou racismo e considerados crimes previstos no Código Penal Brasileiro.



LGBTQIAP+

Somos seres plurais e apesar dessa afirmação, e de termos a pauta LGBTQIAP+ em destaque nos últimos anos, a LGBTfobia ainda é uma realidade.

Segundo descreveu o Supremo Tribunal Federal (STF), entende-se por LGBTfobia qualquer conduta “homofóbica ou transfóbica, real ou suposta, que envolva aversão odiosa à orientação sexual ou à identidade de gênero de alguém, por traduzirem expressões de racismo, compreendido em sua dimensão social”.

Também podemos entender a LGBTfobia como a atitude de colocar a pessoa LGBTQIAP+ na condição de inferioridade, de anormalidade, baseada no domínio da lógica heteronormativa, ou seja, da heterossexualidade como padrão, utilizando-se para isso, muitas vezes, de violência física e/ou verbal.

Desde 2019, a homofobia e a transfobia são crimes passíveis de punição penal no Brasil.

O Brasil é o país onde mais morrem pessoas transexuais no mundo. Por isso, o aprendizado e a conscientização em prol de ações de equidade e defesa dos direitos das pessoas LGBTQIAP+ são muito importantes para que possamos avançar como sociedade.

Opção sexual

A palavra “opção” dá a entender que uma pessoa pode escolher, entre várias opções, a sua sexualidade, mas é importante ressaltar que essa possibilidade de escolha não existe. Quando se trata do assunto sexualidade, não há opções, por isso o termo correto a ser utilizado é **orientação sexual**.

Homossexualismo

Na Língua Portuguesa, o sufixo “ismo” acrescentado no final das palavras é utilizado para nomear doenças e, de fato, a homossexualidade foi considerada uma doença até a OMS (Organização Mundial da Saúde) retirá-la da lista de distúrbios mentais. Nenhuma orientação sexual é um distúrbio ou anomalia. O correto é utilizar a palavra **homossexualidade**.

Você sabe o que significa cada letra da sigla LGBTQIAP+?

L

Lésbicas:

são sempre mulheres ou pessoas não-binárias que se alinham com o gênero mulher de alguma forma, que sentem atração pelo mesmo gênero.

G

Gays:

historicamente homens, mas hoje é também aceito que mulheres ou pessoas não-binárias utilizem a palavra gay para se identificarem como pessoas que sentem atração pelo mesmo gênero e por pessoas que se consideram de gêneros parecidos.

B

Bissexuais:

pessoas que sentem atração por dois gêneros.

T

Transgêneros:

pessoas cujo gênero designado ao nascimento difere do gênero que possuem. **Travesti** é um termo usado por pessoas que resistem ou demonstram inconformidade em relação ao padrão cis. **Transexual** é um termo associado com pessoas trans que querem fazer um ou mais tipos de transição corporal, embora nem todas as pessoas que se definam como transexuais façam ou queiram fazer isso.

Q

Queer:

termo vago e muito utilizado em países de língua inglesa. Significa, basicamente, "estranho(a)". Algumas pessoas definem sua orientação como queer, por não quererem/saberem definir. Mas, queer também pode ser um termo que abrange qualquer pessoa fora das normas de gênero, sexo e relacionamentos.

I

Intersexual:

pessoas que, biologicamente, não se encaixam no termo binário conhecido como sexo feminino e sexo masculino, em questões de hormônios, genitais, cromossomos e/ou outras características biológicas.

A

Assexuais/ arromânticos:

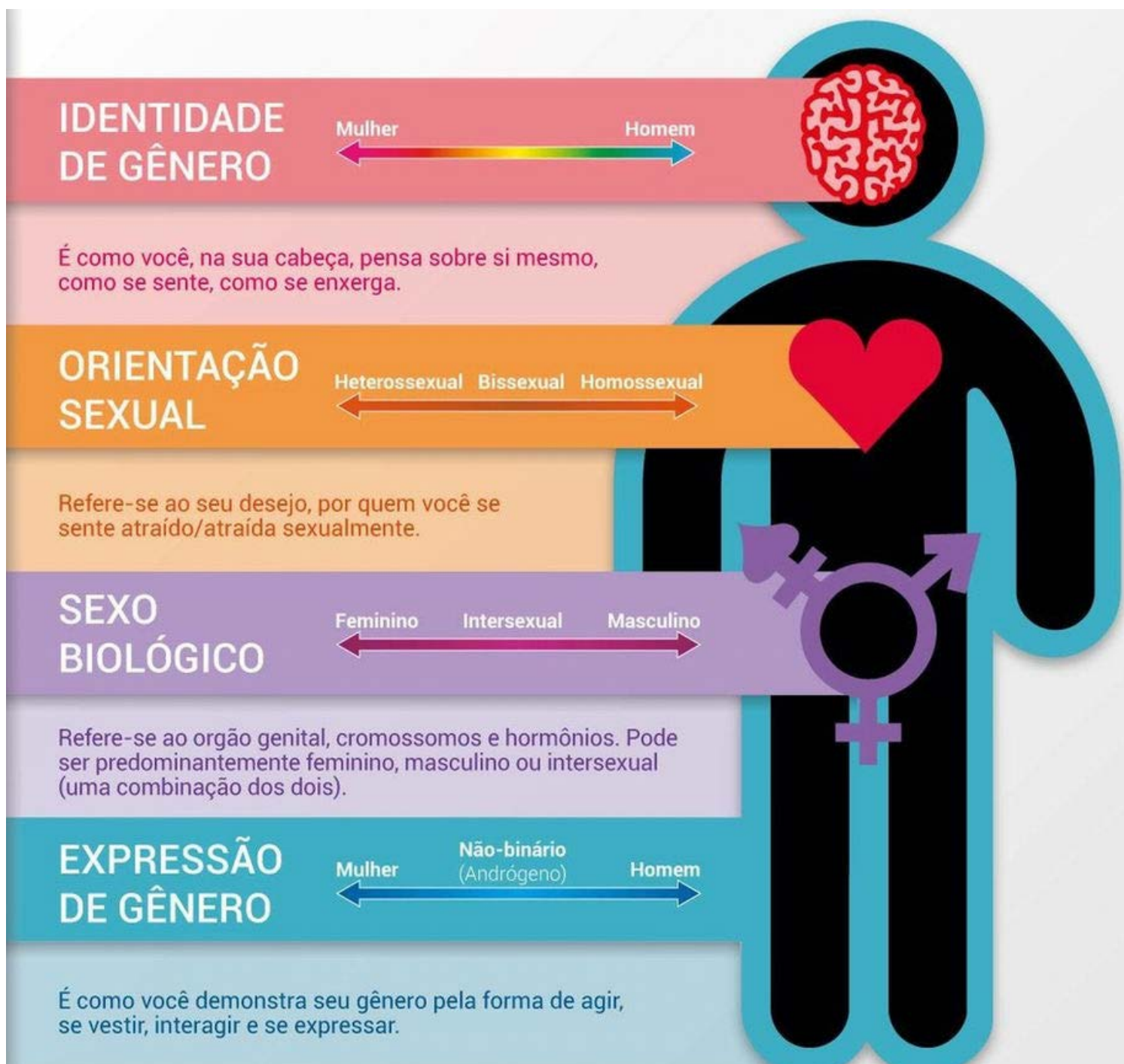
pessoas que nunca, ou que raramente, sentem atração sexual. Pessoas arromânticas são aquelas que nunca, ou que raramente, se apaixonam.

+

Pansexuais, polissexuais, agênero, não-binário e outros:

pessoas agênero não possuem gênero, ou se sentem mais ou menos contempladas por esta definição. Pessoas pan sentem atração por todos os gêneros, ou independentemente do gênero. Pessoas poli sentem atração por muitos gêneros. Pessoas não-binárias são as que não são somente, completamente e sempre homens ou mulheres.

Você conhece essas definições?



Veja exemplos de frases homofóbicas que você deve retirar do seu vocabulário:

Quem é o homem ou mulher da relação?

Você não é bissexual, só está em cima do muro ou indeciso.

Você é gay? Ah, então entende muito de moda, né?
Me dá umas dicas.

Não precisa beijar na rua.

Não precisa ficar contando para todo mundo que você é gay.

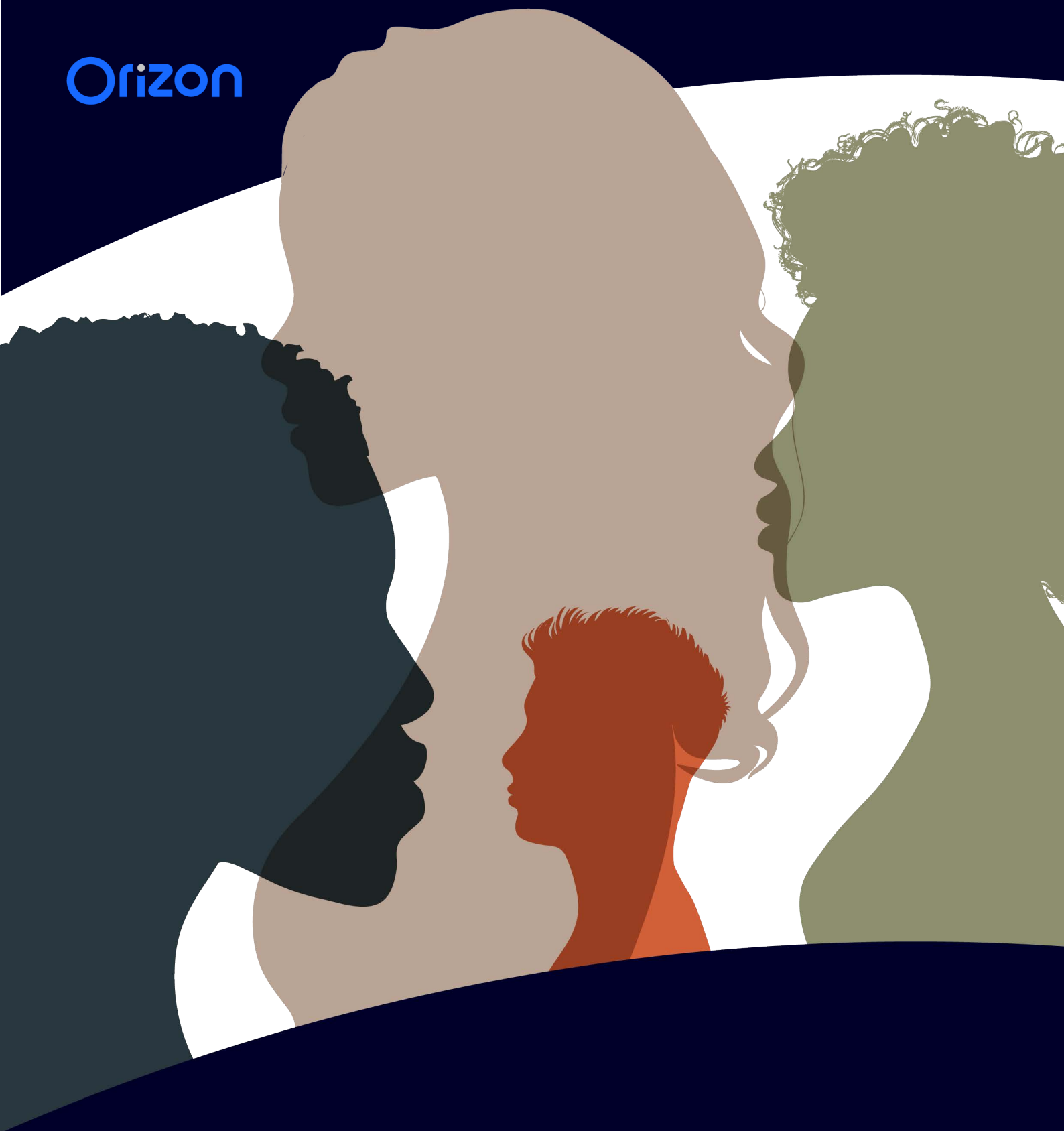
Sabia que você vai para o inferno?

Isso não é coisa de homem.

Algumas atitudes homofóbicas que devem acabar:

- Demonstrar desconforto diante de um casal gay;
- Chamar as pessoas de “viado” ou “sapatão” de maneira pejorativa;
- Falar que é um “desperdício” uma pessoa bonita ser gay;
- Usar a expressão “se fosse homem/mulher de verdade”.

Orizon



Gênero

Quando uma sociedade privilegia uns e discrimina outros, há uma enorme perda nos aspectos sociais, políticos, intelectuais e econômicos.

Para iniciar a discussão sobre gênero é importante ter clareza de que estamos nos referindo aos dois gêneros mais comuns e aceitos na nossa sociedade: o feminino e o masculino, e, principalmente, que ambos não possuem o mesmo status social.

É nesse contexto de desigualdade que surge o **feminismo**. Ao contrário do que muitas pessoas pensam, o feminismo não busca a superioridade feminina, e, sim, a equidade de direitos entre os gêneros. É um movimento social, político e ideológico que preconiza a ampliação legal dos direitos civis e políticos das mulheres, buscando a igualdade em relação aos homens e, também, mudanças culturais e comportamentais que reflitam a igualdade no âmbito social.

O Fórum Econômico Mundial realiza, anualmente, uma pesquisa que compara a paridade de gênero entre 146 países. Conforme dados de 2022, o Brasil ocupa a posição 94.^a no ranking que mede a igualdade entre homens e mulheres, considerando acesso à educação, trabalho, renda, representatividade política, entre outros.

Para elaborar o ranking, a pesquisa relacionou temas como remuneração, assédio sexual, ocupação de cargos políticos, entre outros. Com forte desigualdade racial, os critérios analisados apontam que mulheres negras sofrem muito mais, tendo, por exemplo, menor acesso à escolaridade e ocupando profissões não especializadas e que pagam menos.

Manterrupting é quando um homem interrompe constantemente uma mulher, de maneira desnecessária, não permitindo que ela consiga concluir sua frase. A palavra é uma junção de “*man*” (homem) e “*interrupting*” (interrupção) e, em tradução livre, quer dizer “homem que interrompe”. Esse comportamento é muito comum em reuniões e palestras mistas, quando uma mulher não consegue concluir sua frase por ser constantemente interrompida pelos homens ao redor.

Mansplaining é quando um homem dedica seu tempo para explicar algo óbvio a uma mulher, de forma didática, como se ela não fosse capaz de entender. O termo é uma junção de “*man*” (homem) e “*explaining*” (explicar).

Bropropriating é quando um homem se apropria da mesma ideia já expressa por uma mulher, levando os créditos por ela. O termo é uma junção de “*bro*” (de *brother*, irmão ou mano) e “*appropriating*” (apropriação). É algo que acontece muito em reuniões.

Falas e atitudes machistas para você excluir do seu dia a dia:

Classificar algo como coisa de "mulher ou homem".

Chamar alguém, em especial um homem, de "mulherzinha", como se ser mulher fosse uma coisa ruim ou pejorativa.

Chamar uma mulher de "mal-amada", como se seu valor ou seu humor fosse determinado unicamente pelos seus relacionamentos com homens.

Deixar de contratar ou de dar uma oportunidade profissional a uma mulher, com a desculpa de que "mulheres engravidam".

Sou eu que uso calças nessa casa.

Só pode estar de TPM.

Mulher tem que se dar ao respeito.

Comunicação inclusiva



Veja algumas dicas para uma comunicação mais inclusiva para todas as pessoas.

Ainda na escola, aprendemos que o gênero masculino é escolhido como genérico e é predominante na língua portuguesa, o que oculta o uso do gênero feminino na comunicação e contribui para perpetuar a invisibilidade e exclusão das mulheres.

A língua é viva e está sempre em movimento, por isso já passou da hora de mudarmos esse hábito de adotar o gênero masculino como universal e refletirmos formas de termos uma comunicação que inclua todas as pessoas.

A Diversidade, Equidade e Inclusão envolve garantir que todos se sintam representados nos espaços que ocupam e por isso é tão importante nos expressarmos de uma maneira que não exclua ou inviabilize nenhuma pessoa ou grupo.

Te convidamos a usar uma linguagem mais inclusiva, utilizando ambos os gêneros, ou neutra.

Veja alternativas para uma comunicação mais inclusiva:

Palavra/expressão	Alternativas
Os líderes	A liderança
Ficou interessado?	Interessou-se
Bem-vindo	Boas-vindas
Nascido em	Data de nascimento
O homem	A humanidade
O requerente...	Quem requer...
Os participantes...	Quem participa...
Precisamos falar com os leitores...	Precisamos falar com que lê...
Os candidatos...	Quem se candidata...
Vamos conhecer o responsável por...	Vamos conhecer quem é responsável por...
O candidato deve enviar o formulário de candidatura até...	O formulário de candidatura deve ser enviado até...
Eles ressaltam a importância de...	Foi ressaltada a importância de...
Você foi registrado...	Seu registro está completo...
Ficou interessado?	Você se interessou?
Você foi vacinado?	Já tomou a vacina?
Os candidatos..	Quem se candidatou...
Os jornalistas disseram...	Jornalistas disseram...
Os analistas farão...	Analistas farão...
Os gestores...	A gestão, a liderança...
Os líderes da área...	Líderes da área...

Palavra/expressão	Alternativas
Os defensores...	As pessoas que defendem...
Os recrutadores...	As pessoas que recrutam...
Os premiados...	As pessoas que foram premiadas...
Os presentes...	As pessoas aqui presentes...

Inclusão: pratique essa ideia

- Se não souber como se dirigir a alguém, pergunte!
- Na dúvida se uma palavra é ofensiva, substitua por outra sobre a qual você tem certeza. É melhor prevenir do que ofender ou magoar!
- Escute ativamente o que está sendo dito, respeite ideias diferentes e não interrompa! Todos e todas devem ter o direito de se expressar;
- Procure utilizar palavras com gênero neutro ou citar sempre os dois gêneros (ex: todos e todas, bem-vindos e bem-vindas);
- Acolha e busque *feedback* constante sobre suas falas. Se alguém te corrigir, acate e busque aprender.
- Ao corrigir alguém, seja gentil: lembre-se de que ninguém nasce sabendo. Estamos em aprendizado contínuo!

E agora que chegamos ao fim, gostaríamos de propor algumas provocações.

- Já parou para pensar sobre a diversidade nos ambientes em que você frequenta ou nos conteúdos que consome?
- As pessoas que você segue nas redes sociais falam sobre diversidade ou são inclusivas?
- Você segue pessoas diversas: mulheres, homens, negros, brancos, pessoas LGBTQIAP+, pessoas com deficiência, ou que pensam diferente de você?
- Você assiste séries e filmes ou lê livros que trazem à tona a diversidade que existe no mundo? Você trabalha com pessoas diversas?
- Ao escolher um produto para consumir, você escolhe comprar de um empreendedor diferente de você?

Este guia, para além de dar dicas práticas, se propõe a trazer reflexões sobre diversidade, equidade e inclusão. Por isso, gostaríamos de encerrar com uma reflexão inspiradora:

Diversidade é chamar para a festa, inclusão é convidar para dançar e pertencimento é dançar como se ninguém estivesse olhando.



Referências:

<https://www.opovo.com.br/noticias/brasil/2021/05/17/para-abolir--expressoes-lgbtfoicas-que-falamos-no-cotidiano-sem-perceber.html>

12 frases racistas que todo negro já ouviu na vida (geledes.org.br)

Por que você deve parar de afirmar que o racismo reverso existe? (almapreta.com)

Entenda como se referir a uma pessoa com autismo (revistareacao.com.br)

Entenda porque não é correto falar a expressão surdo-mudo (guiaderodas.com)

Negros ganham 17% menos do que brancos da mesma origem social, aponta estudo da PUCRS | Rio Grande do Sul | G1 (globo.com)

8 expressões capacitistas - Trip (uol.com.br)

IBGE apura: negros ganham menos e estão mais sujeitos ao desemprego - Sindicato dos Químicos de São Paulo (quimicosp.org.br)

Pesquisa aponta grande desigualdade entre brancos, negros e pardos na educação básica (correiodopovo.com.br)

Guia de Comunicação Inclusiva | Boehringer Ingelheim (boehringer-ingelheim.com.br)

<https://www.tramaweb.com.br/voce-esta-se-comunicando-para-gerar-inclusao-ou-exclusao/>

Diversidade e inclusão: como criar um ambiente de trabalho inclusivo (ifood.com.br)

<https://blog.nubank.com.br/perguntas-capacitistas-para-excluir-do-vocabulario/>

<https://simaigualdaderacial.com.br/site/saia-da-bolha-expressoes-relacionados-a-indigenas-que-nao-devemos-usar/>

<https://portal.ciee.org.br/diversos/palavras-que-ofendem-termos-homofobicos-para-pararmos-de-usar-ja/>

<https://www.hypeness.com.br/2021/06/11-frases-homofobicas-que-voce-precisa-tirar-agora-do-seu-vocabulario/>

<https://www.opovo.com.br/noticias/brasil/2021/05/17/para-abolir--expressoes-lgbtfoicas-que-falamos-no-cotidiano-sem-perceber.html>

<https://movimentomulher360.com.br/mm360-explica-os-termos-gaslighting-mansplaining-bropriating-e-maninterrupting/>

<https://portal.ciee.org.br/institucional/palavras-que-ofendem-termos-machistas-para-pararmos-de-usar-ja/#:~:text=J%C3%A1%20sabe%20cozinhar%2C%20pode%20casar,substitu%C3%ADa%20por%3A%20voc%C3%AA%20cozinha%20bem.>

<https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2018/03/14/12-comentarios-rotineiros-que-reforcam-o-machismo-no-dia-a-dia.htm>

<https://www.politize.com.br/linguagem-inclusiva-e-linguagem-neutra-entenda/>

<https://diversitybbox.com/um-guia-para-promover-a-linguagem-inclusiva-em-portugues/>

<https://www.tramaweb.com.br/voce-esta-se-comunicando-para-gerar-inclusao-ou-exclusao/>

<https://www.politize.com.br/racismo-como-e-estruturado/>

<https://www.geledes.org.br/sobre-racismo-e-suas-multiplas-manifestacoes/?gclid=Cj0KCQjwjtLZBRDLARIsAKT6fXz0wCim9BoYZ7OPE3bMOS246hy40zlSNNJLLmZcOU2TCUusQSNKrEa>

<https://www.politize.com.br/lgbtfobia-brasil-fatos-numeros-polemicas/>

<https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/quase-320-pessoas-lgbti-morreram-no-brasil-em-2021-diz-entidade/>

<https://thinkeva.com.br/pesquisas/>

<https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/desigualdade-de-genero.htm>



Orizon