

MANUAL LINGUAGEM INCLUSIVA

Proposta GT4

CITE

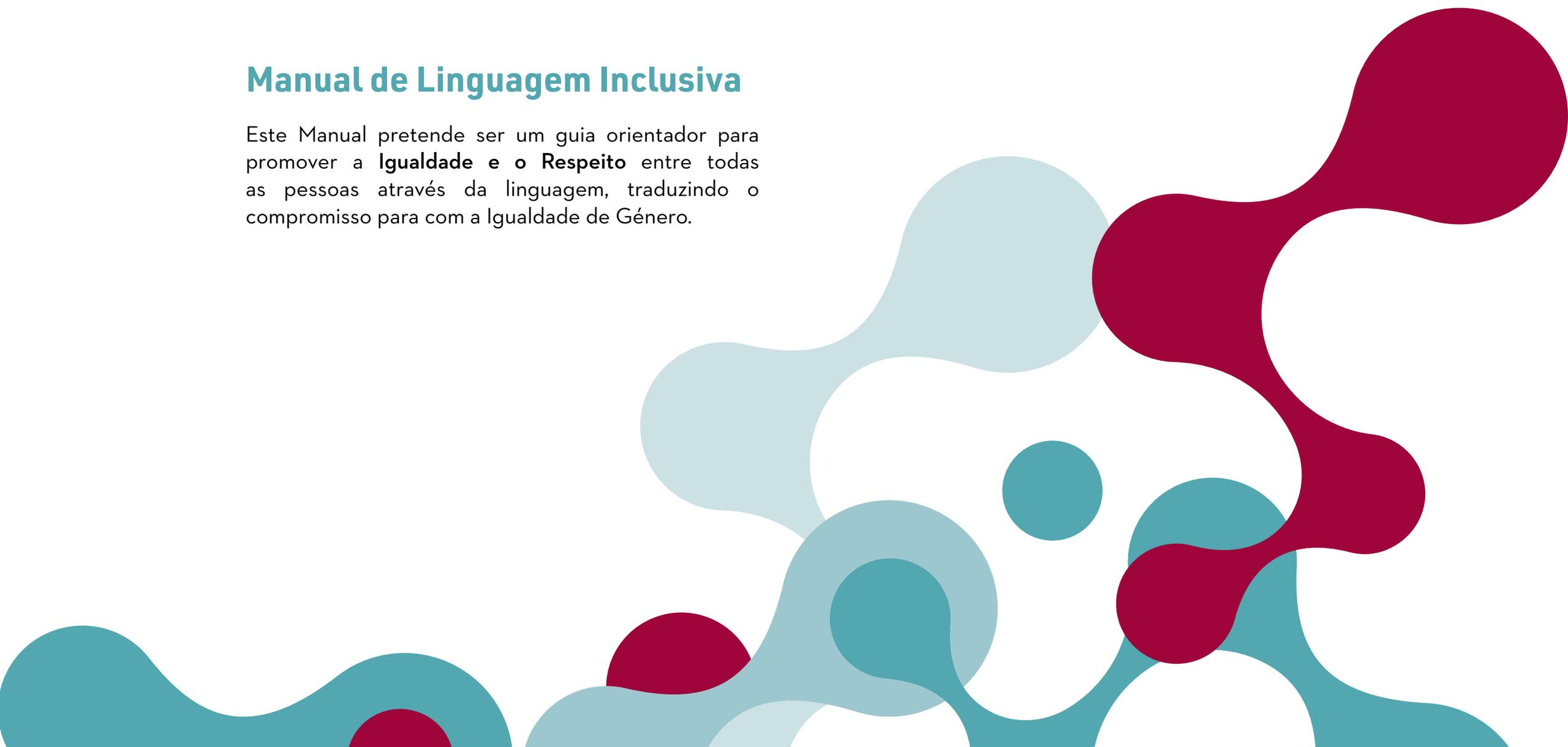
COMISSÃO PARA A IGUALDADE
NO TRABALHO E NO EMPREGO

iGen

FÓRUM ORGANIZAÇÕES
PARA A IGUALDADE *10 anos*

Manual de Linguagem Inclusiva

Este Manual pretende ser um guia orientador para promover a **Igualdade e o Respeito** entre todas as pessoas através da linguagem, traduzindo o compromisso para com a Igualdade de Género.



Índice

1. Introdução
2. Por que é importante a linguagem inclusiva
3. Princípios da linguagem inclusiva
4. Recomendações para uma linguagem inclusiva
 - 4.1. Evitar estereótipos de género
 - 4.2. Incluir pessoas com deficiência
 - 4.3. Respeitar a identidade de género e a orientação sexual
5. Linguagem inclusiva em contextos profissionais
6. Conclusão

1

INTRODUÇÃO



A linguagem é o maior instrumento de comunicação, essencial na interação coletiva, sendo também um instrumento de transformação social. É através da linguagem que nos expressamos, nos relacionamos com os outros e construímos o nosso mundo.

A linguagem inclusiva é uma ferramenta poderosa para promover a igualdade e respeitar a diversidade das pessoas e grupos sociais. É uma linguagem que não discrimina ou invisibiliza ninguém.

Em Portugal, temos legislação que estabelece a igualdade entre mulheres e homens, reconhecendo a importância de tratar todos e todas com dignidade e respeito:

A promoção da igualdade entre os homens e as mulheres é uma das tarefas fundamentais do Estado - **Constituição da República Portuguesa (artigo 9º alínea h);**

O direito à identidade pessoal goza de proteção constitucional no âmbito dos Direitos, Liberdades e Garantias, sendo o sexo o primeiro fator da identidade individual - **Constituição da República Portuguesa (artigo 26º nº1);**



A **Resolução do Conselho de Ministros, alterada em 2006**, incluiu nas Regras de Legística, para a elaboração de atos normativos, a utilização de uma linguagem não discriminatória de forma a “(...) neutralizar-se ou minimizar-se a especificação de género através do emprego de formas inclusivas e neutras (...)”.

Este manual pretende ser um guia prático para a utilização da linguagem inclusiva.

Desde que nascemos somos treinados a escrever, ler, falar e ouvir tudo no masculino ou feminino, pois é assim que a língua portuguesa foi construída. Por isso, é natural que seja muito difícil para as pessoas comunicarem de forma neutra no início.

A representatividade de todas as pessoas, independentemente do seu sexo, da sua identidade de género, da sua diversidade, deve ser respeitada. Daí a importância e a utilidade da linguagem inclusiva e da linguagem neutra, na medida em que o enfoque não é apenas individual, mas também social.

2

POR QUE É IMPORTANTE A LINGUAGEM INCLUSIVA?



A linguagem inclusiva é fundamental para criar uma sociedade mais justa e inclusiva:

Promove a igualdade: Ajuda a combater os estereótipos e desigualdades de género, valorizando e reconhecendo todas as pessoas, independentemente de etnia, orientação sexual, identidade de género e outras características;

Respeita a diversidade: Reconhece e valoriza a diversidade de pessoas e grupos sociais;

Facilita a comunicação: Torna a comunicação mais clara, respeitadora, eficaz e acessível a todas as pessoas.

3

PRINCÍPIOS DA LINGUAGEM INCLUSIVA





A linguagem inclusiva assenta nos seguintes princípios:

Equidade: A linguagem deve ser neutra e não discriminatória;

Visibilidade: A linguagem deve dar visibilidade a todas as pessoas, independentemente do seu sexo, orientação sexual, identidade de género, etnia, religião ou qualquer outra condição;

Simplicidade: A linguagem deve ser simples e compreensível, de forma a ser acessível a todas as pessoas.

4

RECOMENDAÇÕES PARA A UTILIZAÇÃO DE UMA LINGUAGEM INCLUSIVA

ELIMINAÇÃO DO USO DO MASCULINO GENÉRICO

O uso do masculino genérico é uma prática que invisibiliza as mulheres.

Por exemplo, a frase “Os professores devem estar preparados para responder a todas as perguntas” invisibiliza as professoras.

Para evitar o uso do masculino genérico, podemos utilizar as seguintes estratégias:

Usar a forma feminina e masculina de forma alternada: “Os professores e as professoras devem estar preparados e preparadas para responder a todas as perguntas”;

Usar a forma dupla: “Os/as professores/as devem estar preparados/as para responder a todas as perguntas”;

Usar expressões inclusivas: “Todas as pessoas que ensinam devem estar preparadas para responder a todas as perguntas”.

ELIMINAÇÃO DE TERMOS SEXISTAS

A língua portuguesa contém muitos termos que são sexistas, ou seja, que reforçam estereótipos e desigualdades entre mulheres e homens. Por exemplo, a palavra “chefe” é geralmente associada a homens, enquanto a palavra “secretária” é geralmente associada a mulheres.

Para evitar o uso de termos sexistas, podemos utilizar as seguintes estratégias:

Usar termos neutros: “O responsável” em vez de “O chefe”;

Usar termos inclusivos: “A pessoa responsável” ou “A pessoa que lidera”.

Exemplo de aplicação prática:

Frase original: “O chefe da equipa é um homem experiente”.

Frase inclusiva: “A pessoa responsável pela equipa é uma pessoa experiente”.

USO DE TERMOS E EXPRESSÕES QUE INVISIBILIZAM OU DISCRIMINAM GRUPOS SOCIAIS

A língua portuguesa também contém muitos termos e expressões que invisibilizam ou discriminam grupos sociais, como pessoas com deficiência ou pessoas de etnias minoritárias.

Para evitar o uso de termos e expressões discriminatórias, podemos utilizar as seguintes estratégias:

Usar termos inclusivos: “Pessoas com deficiência/pessoa com incapacidade” em vez de “deficientes”;

Ou “pessoas de etnias minoritárias” em vez de “ciganos”;

Usar termos e expressões específicos: “Pessoas com deficiência visual” em vez de “cegos” ou “pessoas de etnia africana” em vez de “negros”.

Exemplo de aplicação prática:

Frase original: “Os deficientes precisam de apoio para se integrarem na sociedade”.

Frase inclusiva: “As pessoas com deficiência precisam de apoio para se integrarem na sociedade”.

Use formas neutras de género sempre que possível: em vez de “todos os alunos” ou “todos os professores”, utilize “todas as pessoas alunas” ou “todas as pessoas docentes”.

Use termos neutros: evite usar termos que são associados a um sexo específico, a menos que se refira a uma pessoa específica:

Utilize formas inclusivas em relação à idade, como “pessoas idosas” em vez de “idosos” ou “idosas”;

Evite generalizações e estereótipos, como “as mulheres são emocionais” ou “os homens são fortes”;

Prefira o uso de nomes ou pronomes neutros, como “a pessoa” ou “a pessoa que” em vez de “ele” ou “ela”.

4.1. Evitar estereótipos de género

Evite a atribuição de papéis ou características com base no sexo. Por exemplo, “as mulheres são boas em multitarefa” ou “os homens são melhores em orientação”.

Utilize exemplos variados que representem uma ampla diversidade de pessoas em contextos educativos, profissionais e sociais.

Reforce a ideia de que todas as pessoas podem realizar qualquer tarefa, independentemente do seu sexo.

Alguns exemplos de estereótipos de género que devem ser evitados na linguagem:

As mulheres são cuidadoras naturais;

Os homens são fortes e racionais;

As mulheres são emocionais;

Os homens são bons em ciências e tecnologia.

4.2. Incluir pessoas com deficiência

Utilize uma linguagem respeitadora e evite expressões que reforcem estigmas ou preconceitos em relação às pessoas com deficiência.

Use o termo “pessoa com deficiência” em vez de termos que reduzam a pessoa à sua deficiência.

Por exemplo, em vez de dizer “um deficiente”, diga “uma pessoa com deficiência”.

Evite utilizar termos e expressões pejorativas ou que estereotipem as pessoas com deficiência.

Por exemplo, em vez de dizer “ele é surdo”, diga “ele é uma pessoa com surdez”.

Concentre-se nas capacidades da pessoa, em vez da sua deficiência.

Por exemplo, em vez de dizer “ele é um deficiente físico”, diga “ele é um atleta paralímpico”.

Priorize a acessibilidade em documentos e comunicações, incluindo a descrição de imagens para pessoas com deficiência visual.

Promova a inclusão e a igualdade de oportunidades em todas as áreas da sociedade.

Alguns exemplos de como podemos incluir pessoas com deficiência na linguagem:

Em vez de dizer “inválidos”, diga “pessoas com mobilidade reduzida”;

Em vez de dizer “surdos”, diga “pessoas surdas /pessoas com deficiência auditiva”;

Em vez de dizer “cegos”, diga “pessoas cegas /pessoas com limitações visuais”.

A acessibilidade ligada à linguagem inclusiva também é importante para garantir que as pessoas com deficiência tenham acesso à informação e comunicação. É importante utilizar linguagem acessível em documentos, websites, software e outros formatos de comunicação para promover a inclusão e a igualdade de oportunidades em todas as áreas da sociedade.

4.3. Respeitar a identidade de género e a orientação sexual

Promova ambientes inclusivos e seguros para todas as pessoas.
Evite expressões discriminatórias ou ofensivas em relação à orientação sexual.

5

LINGUAGEM INCLUSIVA EM CONTEXTO PROFISSIONAL

Promova a igualdade de oportunidades e a diversidade no local de trabalho.

Utilize uma linguagem inclusiva na comunicação, em relatórios, apresentações e correspondência, etc.

Evite linguagem sexista em anúncios de emprego e em políticas internas.

Alguns exemplos de linguagem inclusiva que podem ser usados no trabalho:

Em vez de dizer “o gerente”, diga “a pessoa responsável pela equipa”, ou “a gerência”;

Em vez de dizer “os funcionários” diga “os/as trabalhadores/as” ou “as pessoas que trabalham aqui”;

Em vez de dizer “os clientes”, diga “os/as clientes” ou “as pessoas que utilizam os nossos produtos ou serviços”.

Ao utilizar linguagem inclusiva no trabalho estamos a promover a igualdade e a equidade, e a criar um ambiente de trabalho mais respeitador e acolhedor para todas as pessoas.



A IMAGEM

Outra forma de desigualdade de género é aquela que é promovida através de imagens que diariamente nos são exibidas pelos mais diversos meios de comunicação, divulgação e publicidade. Apesar da normalidade com que tal é visto, esta prática contribui para que esses conceitos sejam assimilados e reproduzidos.

Divulgar imagens cujos papéis sociais são retratados como sendo exclusivos de um ou de outro sexo, em que há submissão de um sexo ao outro; ou exploração de determinadas características para inferiorizar ou menosprezar qualquer um dos sexos, é contribuir para a reprodução de comportamentos que devem ser eliminados, até porque, já não correspondem aos ideais de igualdade e equidade entre homens e mulheres que devem prevalecer numa sociedade justa, que promove a igualdade.

É verdadeiramente importante assegurar que as imagens e comunicação não transmitam esses ideais sexistas, mas que, pelo contrário, contribuam para a construção de uma sociedade mais equitativa e igualitária.

6

CONCLUSÃO



O uso da linguagem inclusiva é uma questão de respeito e de justiça. Estes são apenas alguns exemplos de como podemos utilizar a linguagem inclusiva na nossa comunicação, promovendo a Igualdade de Género.

Este manual visa também promover a reflexão sobre opções de formas linguísticas e imagem mais inclusivas, apelando à participação e criatividade, pois a linguagem inclusiva é uma prática poderosa para promover a igualdade, o respeito e a diversidade.

Utilize-a em todas as áreas da sua vida, promovendo assim uma sociedade mais justa e inclusiva. Respeitar e valorizar a diversidade é um passo importante em direção a um mundo mais igualitário e respeitador.



FÓRUM ORGANIZAÇÕES
PARA A IGUALDADE *10 anos*



COMISSÃO PARA A IGUALDADE
NO TRABALHO E NO EMPREGO