



**MANUAL DA LINGUAGEM  
INCLUSIVA E NÃO SEXISTA  
PARA ORGANIZAÇÕES E  
ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA**



# MANUAL DA LINGUAGEM INCLUSIVA E NÃO SEXISTA PARA ORGANIZAÇÕES E ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

## FICHA TÉCNICA

**COORDENADORA NACIONAL DO PROJETO TRAVESSIA**  
**Sayonara Naider Bonfim Nogueira**

## EQUIPE TÉCNICA

**Maria Eduarda Marquez**

**Assistente de Coordenação do Projeto Travessia**

**Dú Cruz**

**Comunicação do Projeto Travessia**

**Tathiane A. Araújo**

**Presidenta da Rede Trans Brasil**

**Uberlândia, Minas Gerais, 2022.**

## APRESENTAÇÃO

Conforme o Dossiê da Rede Trans Brasil de 2022, “A Espacialização da Transfobia no Brasil: assassinatos e violações de direitos humanos em 2021”, a violência institucional pode ser conceituada como a violência praticada por órgãos e agentes públicos que deveriam responder pelo cuidado, proteção e defesa de todas as pessoas. No ano de 2021, 17% das matérias jornalísticas localizadas na mídia eram referentes à violência institucional, envolvendo denúncias de transfobia no sistema penitenciário, comunicação violenta, recusa de atendimento na administração pública e até no comércio, bullying e transfobia na escola praticada por funcionários, entre outras notificações.

O campo da educação e da saúde em 2021 foram os setores que mais apresentaram violações de direitos humanos, demonstrando que as barreiras de acesso a estes dois setores ainda impedem um atendimento baseado na humanização e acolhimento, o que leva a processos de exclusão (ARAUJO, NOGUEIRA, 2022).

O pesquisador Ubirajara Caputo reconheceu o Estado como um dos principais agressores às pessoas trans, bem como pontuou outros grupos e violências cometidas. As instituições públicas de saúde e segurança, por exemplo, mostram-se negligentes e, na maior parte dos casos, coniventes e disseminadoras de outras violências sofridas por pessoas trans. Quando pessoas trans entram em delegacias para denunciar que foram vítimas de estupro ou roubo, por exemplo, são culpabilizadas ou incriminadas (NASSIF, 2019).

O Projeto Travessia, que é um observatório nacional de violações de direitos humanos proposto pela Rede Trans Brasil busca através deste manual, proporcionar condições para o uso de uma linguagem inclusiva que acolha e respeite pessoa trans, travestis e de gênero diverso em toda a sociedade, nas organizações e na administração pública.

O Estado necessita efetivar o seu dever de proteger toda a população brasileira, independente de sua identidade de gênero e sua orientação sexual. Portanto, refletir sobre a linguagem enquanto elemento inclusivo e de promoção da igualdade é um desafio que o Estado e o mundo organizacional devem enfrentar para erradicar todas as formas de discriminação e segregação.

A metodologia utilizada para a elaboração deste manual baseou-se na pesquisa documental e bibliográfica, como o Manual para o uso não sexista da linguagem organizado por Toledo et al., (2014).

## POR UMA LINGUAGEM INCLUSIVA

Segundo Leite (2021), a chamada linguagem não sexista ou inclusiva é a que busca comunicar sem excluir ou invisibilizar nenhum grupo e, ainda, sem alterar o idioma conforme conhecemos. Essa linguagem propõe que as pessoas se expressem de forma que ninguém seja excluída utilizando as palavras já existentes no vernáculo. Deste modo, evita preconceitos, discriminações e ofensas a indivíduos ou grupos, visando garantir a todos a igualdade constitucional.

Já a linguagem não binária, também denominada linguagem neutra, é um fenômeno social, político e linguístico vinculado às lutas identitárias de grupos LGBTQIA+. Criada há cerca de 10 anos, no contexto das redes sociais e do surgimento de coletivos militantes, busca neutralizar o gênero gramatical. A finalidade da linguagem não binária é atender a um público que precisa dela: as pessoas que questionam o seu gênero. É uma linguagem comunicativa, inclusiva e que questiona padrões, já que a gramática normativa é machista, elitista e construída por homens brancos (MOREIRA, 2021).

Para alcançarmos uma maior equidade e tornar todas as pessoas visíveis em todas as esferas da sociedade precisamos empregar uma linguagem que seja flexível e que pode ser adaptada a necessidade de todas, todos e todes. Assim sendo, ao utilizarmos uma comunicação inclusiva podemos: visibilizar e identificar gêneros diversos; valorizar, respeitar e acolher a diversidade; criar um ambiente que permita o desenvolvimento de todas as pessoas; promover e conscientizar sobre a diversidade e garantir lugares de fala e oportunidades para diálogo.



**NADA  
SOBRE  
NÓS,  
SEM NÓS!**

## INICIANDO, NA PRÁTICA...

Se no seu trabalho, escola, faculdade, bairro ou qualquer outro espaço de socialização existe a presença uma pessoa LGBTQIA+... evite perguntas e expressões invasivas como:

- 1 - Jamais pergunte a uma pessoa trans se ela é operada.
- 2 - Também não interrogue como a pessoa chamava antes.
- 3 - Evite: Até parece homem ou mulher de verdade.
- 4 - Não digam: **O** travesti, o correto é **A** travesti.
- 5 - É proibido o termo traveco, pois tem sentido diminutivo e depreciativo.
- 6 - O uso da palavra **homossexualismo** remete a doença, então utilize a palavra **homossexualidade**.
- 7 - Troque “**opção sexual**” por “**orientação sexual**” quando o assunto for sexualidade.
- 8 - O termo **afeminado** ofende as pessoas LGBTQIA+.

**Quando abordar ou fazer um atendimento a uma pessoa LGBTQIA+ sempre pergunte como a pessoa quer ser tratada.**

### Evitem ainda frases como...

- Criminalização da LGBTfobia é mimimi...
- Você é LGBTQIA+? Ah então entende tudo de moda e cabelo!
- Não precisa trocar carinho ao público.
  - Nossa que desperdício!
- Não precisa ficar contando para todo mundo que você é gay!
- Pessoas LGBTQIA+ vão para o inferno.
- Vocês não precisam de direitos, somos todos iguais.
  - Isso é trabalho de homem, você não consegue fazer.
  - Você nem parece ser gay/lésbica/bi.
    - Não tenho preconceito, tenho até amigos que são LGBTQIA+.
  - Que viadagem!
- Você é lésbica? Isso é falta de homem.
  - Quem é o homem ou a mulher na relação? Você é ativo ou passivo?
- O marido da fulana, o marido do fulano, a esposa do fulano, a esposa da fulana...as pessoas não se possuem.

## PRATICANDO MAIS...

### SUBSTITUIR AQUELE E AQUELES POR QUEM.

#### NÃO RECOMENDADO

**Aqueles** que saibam assinar que o façam no final da aula.

Governantes vão oferecer cuidado especial **àqueles** que têm fome e sede.

Forte é **aquele** que acredita.

#### RECOMENDADO

**Quem** souber assinar que o faça no final da aula.

Governantes vão oferecer cuidado especial a **quem** têm fome e sede.

Forte é **quem** acredita.

### SUBSTITUIR O USO DE HOMEM POR ALGUÉM

#### NÃO RECOMENDADO

Quando o **homem** não tem saúde tudo é mais difícil.

Se o **homem** ouve música se anima um pouco

Quando o **homem** se confunde ao fazer algo.

#### RECOMENDADO

Quando **alguém** não tem saúde tudo é mais difícil.

Se **alguém** ouve música se anima um pouco .

Quando qualquer **pessoa** se confunde ao fazer algo.

### SUBSTITUINDO O GÊNERO MASCULINO

No Natal sempre vai visitar **os seus**. / No Natal sempre vai visitar **sua família**.

Você deve defender **os seus**. / Você deve defender **sua gente**.

Sempre trabalhou cuidando **dos outros**. / Sempre trabalhou cuidando de **outras pessoas**.

**Muitos** têm dúvida se votarão ou não. / **Muitas pessoas** têm dúvida se votarão ou não.

**Poucos** são os premiados na loteria. / **Uma minoria** é premiada na loteria.

## OUTRAS ESTRATÉGIAS SEMÂNTICAS E O USO DO NEUTRO E GENÉRICOS

**Em lugar de:** Os MINEIROS têm um bom nível de vida.

**Em lugar de:** Professores do ensino médio receberão tablets.

**Podemos dizer:** O nível de vida em MINAS GERAIS é bom.

**Podemos dizer:** O corpo docente do ensino médio receberá tablets.

## SUBSTITUIR O USO DE **HOMEM** POR **ALGUÉM**

### NÃO RECOMENDADO

**Os mineiros** economizam bastante.

**Eles** nunca colaboram.

**Aquele** que quiser peixe que se molhe.

### RECOMENDADO

Em **Minas Gerais** se economiza bastante.

Esse **grupo** nunca colabora.

**Quem** quiser peixe que se molhe.



#### Em lugar de:

Os meninos

Os homens

Os cidadãos

Os filhos

Os trabalhadores

Os professores

Os eleitores

Os jovens

Os homens



#### Utilizar:

As crianças

A população

A cidadania

A descendência

O pessoal

O corpo docente

O eleitorado

A juventude

A humanidade



## REDAÇÃO EXCLUDENTE

Os indígenas terão crédito.  
Os jovens que desejem estudar.  
Os votantes de Minas Gerais.  
Os cidadãos se manifestaram.  
Os mineiros não querem.  
Os interessados em participar.  
Os maiores de idade receberão um bônus.  
Os meninos terão atenção médica.

## REDAÇÃO INCLUSIVA

A população indígena terá crédito.  
A juventude que deseje estudar.  
O eleitorado de Minas Gerais.  
A cidadania se manifestou.  
A sociedade mineira não quer.  
As pessoas interessadas em participar.  
As pessoas maiores receberão um bônus.  
As crianças terão atenção médica.

## DESACONSELHÁVEL

Os assessores  
O orientador  
Os chefes  
O diretor  
O coordenador  
Os redatores



## ACONSELHÁVEL

A assessoria  
A orientação  
A chefia  
A direção  
A coordenação  
A redação



**“NÃO É TÃO DIFÍCIL. É UMA QUESTÃO DE CLAREZA NA LINGUAGEM E DE VONTADE PESSOAL, DE COERÊNCIA E CONCORDÂNCIA ENTRE O SIGNIFICADO DE NOSSAS PALAVRAS E O SIGNIFICANTE QUE REALMENTE QUEREMOS COMUNICAR” (TOLEDO ET AL., 2014).**



## SEXISTA

Convocam-se os coordenadores

O diretor do centro comunica

Os assessores recomendaram que

Os legisladores estabeleceram

Pediu-se aos juízes

Necessitam-se formados em

Há 2.000 anos o homem vivia da caça

Na época pré-histórica os homens escreviam mediante hieróglifos

O trabalho do homem

É benéfico para o homem

Atuação do homem na clonagem

Houve mutação das espécies pela ação predatória do homem

É responsabilidade do homem a manutenção da biodiversidade

Já era homem quando perdeu o pai

É apenas um homem, não pode fazer milagres

O passageiro só necessita inserir o bilhete no dispositivo

## NÃO SEXISTA

Convoca-se a coordenação

A direção do centro comunica

A assessoria recomendou que

A atual legislação estabelece

Pediu-se ao poder judiciário

Necessitam-se pessoas formadas em

Há 2.000 anos se vivia da caça

Na época pré-histórica se escrevia mediante hieróglifos

O trabalho da humanidade

É benéfico para a sociedade

Atuação de especialistas na clonagem

Houve mutação das espécies pela ação predatória das pessoas

É responsabilidade da humanidade a manutenção da biodiversidade

Já era adulto quando perdeu o pai

É apenas um ser humano, não pode fazer milagres

Caso você tenha o bilhete só necessita inserir no dispositivo

## USANDO DO GERÚNDIO

- Se **os diplomatas** tivessem mais competência, a gestão seria melhor
- **Tendo** mais competência, melhoraria a gestão diplomática
- Se **os policiais** trabalhassem em melhores condições haveria mais segurança
- **Trabalhando** em melhores condições a segurança policial aumentaria
- Se **os eleitores** optarem por esse partido ganharemos pouco
- **Votando** por esse partido ganharemos pouco
- **O mercado** vai melhorar se o governo ampliar a cooperação com argentinos
- **Ampliando** a cooperação com Argentina o mercado vai melhorar

## MAIS EXEMPLOS PARA PRATICAR

- Os representantes do bairro / **Representantes do bairro**
- É o porta-voz do setor empresarial / **É porta-voz do setor empresarial**
- Eles eram inteligentes e amáveis / **Eram inteligentes e amáveis**
- O acusado pode escolher sua defensora / **Você pode escolher sua defensora**
- Eles querem garantir a equidade / **Queremos garantir a equidade**
- Eles buscavam melhores condições / **Buscavam melhores condições**
- Ele disse que viria mais tarde / **Disse que viria mais tarde**
- Eles pensavam que tudo ia dar certo / **Pensavam que tudo ia dar certo**
- Eles ganharão o partido / **Ganharão o partido**
- Os deputados estão buscando soluções / **O Congresso está buscando soluções**
- Os integrantes da mesa da direção decidirão / **Será decidido na mesa da direção**
- Os diretores do setor debaterão o tema / **O tema será debatido na direção do setor**
- Os membros do partido darão alternativas / **Serão dadas alternativas pelo partido**

## **A LINGUAGEM ADMINISTRATIVA**

Documentos Abertos: Se não sabemos a quem se dirige, temos as seguintes opções:

- À Chefia do serviço
- À Direção do serviço
- À Assessoria do Departamento
- À Secretaria do Tribunal
- À Coordenação

Se soubermos a quem nos dirigimos é muito mais fácil. Porque nesse caso não há nenhum problema em dirigir-se à Coordenadora da Área ou o Coordenador da Área.

Tratando-se de uma mulher o cargo sempre deve ser colocado no feminino.

É incorreto assinar: Maria Eduarda Marques, Chefe de Gabinete  
O correto é: Maria Eduarda Marques, Chefa de Gabinete.

Quando é uma mulher que ocupa o cargo ou função, este deverá ir no feminino. E o tratamento deverá ser do mesmo nível que se lhe daria se fosse homem.

Se um Chefe de Departamento é tratado como Senhor, uma Chefa de Seção será tratada como Senhora.

## **MAIS EXEMPLOS PARA TREINAR NO DIA A DIA E COMEÇAR A USAR:**

O coordenador > A coordenação

O interessado > A pessoa interessada

Os políticos > A classe política

Os professores/enfermeiros > O pessoal docente/de enfermagem

As senhoras da limpeza > O pessoal da limpeza

Nascido em > Data de nascimento

**MAIS EXEMPLOS PARA TREINAR NO DIA A DIA E COMEÇAR A USAR:**

Catástrofes provocadas pelo homem > Catástrofes de origem humana

Os homens de negócios > O mundo dos negócios

O candidato deve enviar o seu > O formulário de candidatura deve ser enviado

Cego > Pessoa com deficiência visual / Surdo > Pessoa com deficiência com auditiva

Portador de necessidades especiais > Pessoa com deficiência

Portador de deficiência > Pessoa com deficiência

**”AS PESSOAS SÓ PODEM REALIZAR-SE NUM AMBIENTE INCLUSIVO EM QUE A DIVERSIDADE É ACEITE, RESPEITADA E VALORIZADA. O PRIMEIRO PASSO PARA UM AMBIENTE DE TRABALHO SAUDÁVEL E INCLUSIVO É A UTILIZAÇÃO DE UMA LINGUAGEM E DE CONTEÚDOS VISUAIS INCLUSIVOS QUE RECONHEÇAM E REFLITAM A DIVERSIDADE E ESTEJAM ISENTOS DE PRECONCEITOS INCONSCIENTES”. (UE, 2018)..**

**Não utilizem adjetivos ou palavras que qualifiquem as pessoas com base em seu gênero.**

**Evite expressões como: denegrir, traveco, fazer nas coxas, a coisa tá preta, lista negra, aleijado, mongoloide. São termos preconceituosos, racistas e capacitistas.**

**AGORA VAMOS COLOCAR  
EM PRÁTICA!**

## REFERENCIAS

ARAÚJO, T. A.; NOGUEIRA, S. N. B. **A Especialização da Transfobia no Brasil: assassinatos e violações de direitos humanos em 2021.** Série Publicações Rede Trans Brasil, 6a. ed. Aracaju: Rede Trans Brasil, Uberlândia: IBTE, 2022.

CONSELHO DA UNIÃO EUROPEIA. **Comunicação Inclusiva no SGC.** Secretariado-Geral do Conselho, 2018.

LEITE, G. Linguagem não sexista e Linguagem neutra (ou não binária). **Jornal Jurid.**, 06/08/2021. Disponível em: <<https://www.jornaljurid.com.br/colunas/gisele-leite/linguagem-nao-sexista-e-linguagem-neutra-ou-nao-binaria>>.

MOREIRA, S. S. Linguagem neutra: 'todes' ganha força entre especialistas. **Revista Educação**, 15/12/2021. Disponível em: <<https://revistaeducacao.com.br/2021/12/15/linguagem-neutra-ganha-forca/>>.

NASSIF, T. Estado é um dos principais agressores contra transexuais. **AUN – Agência Universitária de Notícias**, 30/05/2019. Disponível em: <<http://aun.webhostusp.sti.usp.br/index.php/2019/05/30/estado-e-um-dos-principais-agressores-contratransexuais/>>.

TOLEDO, L. C. Et al. (orgs.). **Manual para o uso não sexista da linguagem.** Governo do Estado do Rio Grande do Sul, Secretaria de Políticas para as Mulheres, Porto Alegre/RS, 2014.