

CARTILHA

ANTI LGBTFOBIA

POR DIE&P HCOSTA



**"NINGUÉM VAI PODER QUERER
NOS DIZER COMO AMAR."**

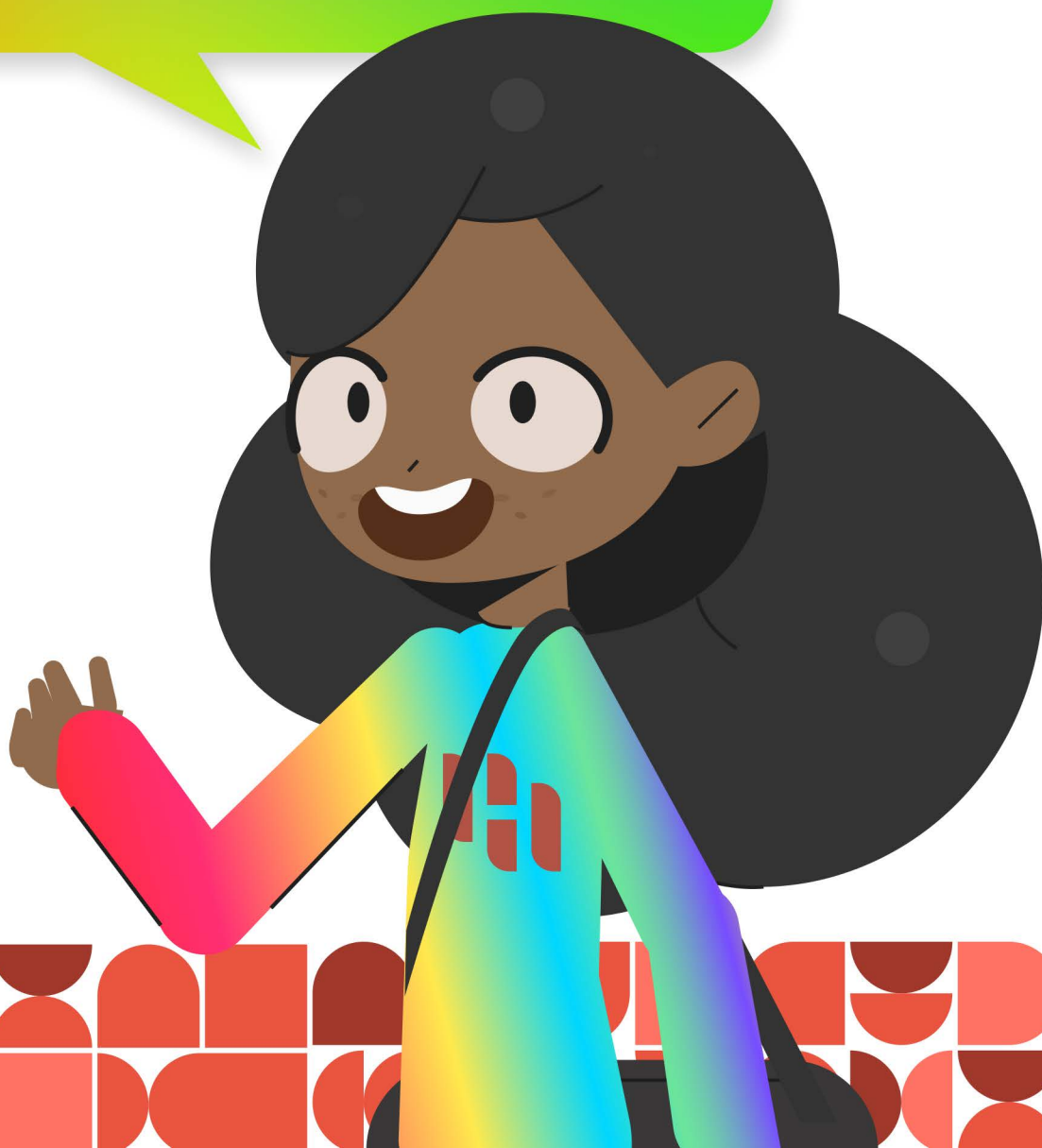
LINIKER & JOHNNY HOOKER

Oiê, lembra de mim?

Meu nome é Dandara, e nos conhecemos depois daquele letramento racial! Agora que estou na HCosta há um "tempinho", acabei conhecendo o pessoal do **Comitê Vozes** e talvez esse seja meu novo hiperfoco.

Você sabia que lá eles discutem todas as formas de fazer com que a gente se sinta realmente incluído no dia a dia? Por exemplo, **na comunidade LGBTQIAPN+**, que representa a diversidade sexual e de gênero, temos muito o que aprender...

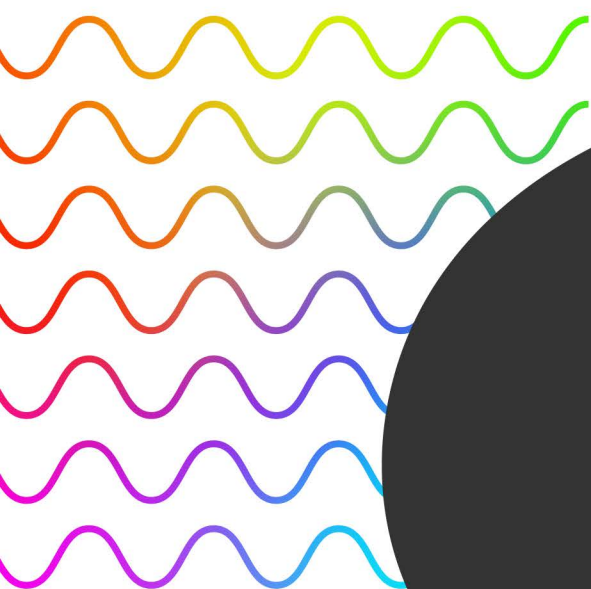
Mas calma! Vou te explicar "rapidinho" no caminho da lanchonete.



Olha como fica simples quando apresento para você dessa forma:

1. Mês do Orgulho
2. ABC da Sigla
3. Sociedade
4. Situações Reais
5. Hora das Dúvidas

Como da outra vez vou te apresentar alguns **QR CODES** para uns conteúdos legais que achei na internet!



Você deve estar se perguntando:

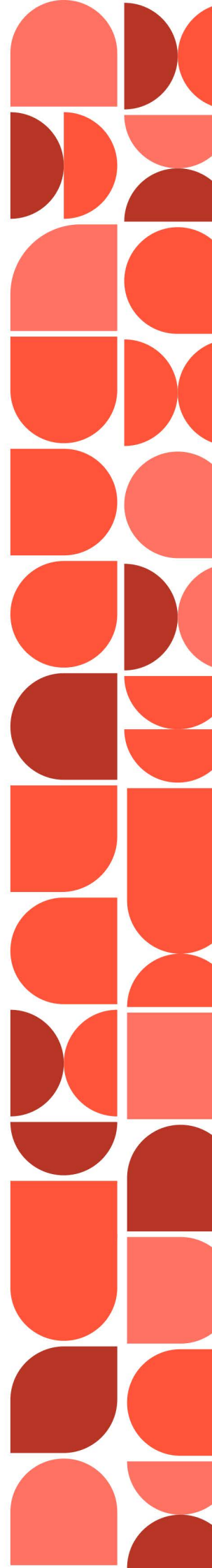
"Dan, com todo respeito, mas **eu não faço parte dessa sigla** e não me vejo como parte desse grupo. **Qual o motivo de eu aprender algo em relação ao assunto?**"

E a resposta é bem simples: respeito nunca é demais.

Falamos de um país em que a **expectativa de vida de uma pessoa LGBTQIAPN+, principalmente para travestis e pessoas trans, é de 35 anos**. Comparado a pessoas fora da comunidade o mesmo indicador pode chegar em **76 anos**. É muita diferença!



Essa reportagem da TV da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP) fala um pouco sobre o **Mês do Orgulho LGBTQIAPN+**.



NANY PEOPLE
MULHER TRANS,
COMEDIANTE, ATRIZ
E REPÓRTER BRASILEIRA

JORGE LAFOND
ATOR, COMEDIANTE
E NACIONALMENTE CONHECIDO
COMO A DRAG QUEEN VERA VERÃO

MARSHA P. JOHNSON
DRAG QUEEN E ATIVISTA
DOS DIREITOS GAYS
NORTE-AMERICANA

MISS BIÁ
UMA DAS PRIMEIRAS
DRAG QUEENS
BRASILEIRAS QUE
VIVEU A DITADURA

LAERTE COUTINHO
MULHER TRANSEXUAL
E UMA DAS MAIORES
CARTUNISTAS BRASILEIRAS

IKARO KADOSHI
DRAG QUEEN
E APRESENTADORA
BRASILEIRA

RUPAUL CHARLES
DRAG QUEEN,
APRESENTADORA
E EMPRESÁRIA
NORTE-AMERICANA

ERIKA HILTON
POLÍTICA E ATIVISTA
DA FRENTE TRANS
E TRAVESTI

MÊS DO ORGULHO

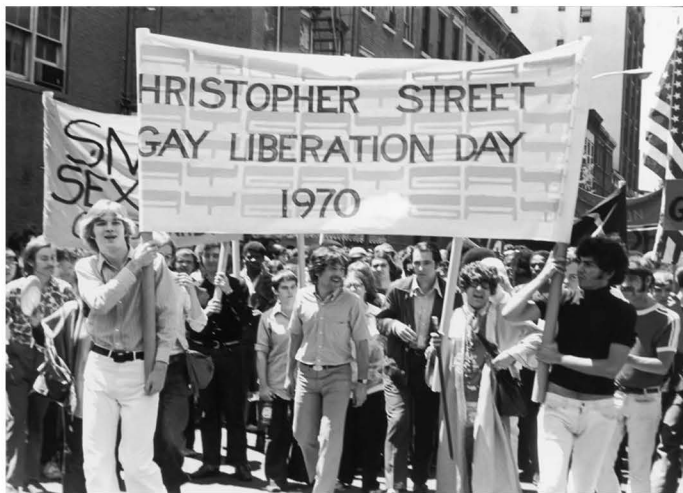
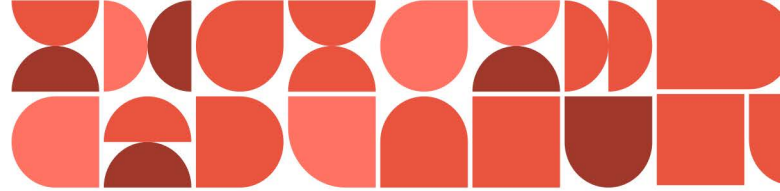
O mês de junho é conhecido pela vivência do orgulho que move a comunidade LGBTQIAPN+ (*calma, que já vou te explicar cada uma dessas letras da sigla*). Segundo o portal do Senado, **o Dia Internacional do Orgulho LGBTQIAPN+ ganha vida a partir da década de 1960**, que foi marcada por diversos casos de invasões policiais a bares frequentados pela comunidade homossexual, trans, travesti e Drag Queen da época. Essas visitas costumavam ser marcadas por **atos de violência e discriminação** em um momento em que não falávamos sobre respeito como hoje.



CONFIRA O PROTOCOLO AQUI

Lembrando que hoje a polícia acompanhou as mudanças sociais, passou e ainda passa por uma adaptação nas suas tratativas para uma postura de respeito em relação à comunidade LGBTQIAPN+. **No Brasil, por exemplo, temos um documento desenvolvido pela FGV Direito SP**, o Protocolo Policial para Enfrentamento da Violência LGBTfóbica, que traz um “manual” de tratativas e respeito desse serviço civil. Legal, não é?





Em 28 de junho de 1969, houve uma resposta a essas invasões no bar Stonewall Inn, com um confronto policial que resultou em uma sequência de manifestações por liberdade e igualdade, inclusive na **primeira Parada do Orgulho LGBT**, que ocorreu em Nova York, um ano depois.

VOCÊ SABIA QUE
A PARADA DO ORGULHO
DE SÃO PAULO É UMA
DAS MAIORES DO MUNDO?

“Dan, mas ainda não entendi o motivo de uma Parada do Orgulho. Isso não rola todos os dias, o lance do respeito?”

Sim, mas esse dia da visibilidade reforça o respeito e valoriza a existência de um grupo que sofre, historicamente, violências de várias instâncias sociais: nas escolas, igrejas, empresas e até dentro de casa. Por isso, uma expectativa de vida tão baixa.

Lembre-se: celebrar, conscientizar e orgulhar são pilares para a comunidade LGBTQIAPN+.



VOU TE INDICAR UMA
MÚSICA PARA ADICIONAR
A SUA PLAYLIST:



AS CORES DA BANDEIRA

Criada pelo artista Gilbert Baker em 1978, a bandeira foi atualizada várias vezes.

A versão mais recente foi atualizada em 2021 por Valentino Vecchietti, que incluiu um círculo roxo dentro do triângulo amarelo. Veja o significado das cores:



No QR Code aqui ao lado você pode ver a Ikaro Kadoshi explicando, a convite do Portal Terra Brasil, sobre os significados das cores da bandeira.



Falei que ia te explicar melhor sobre o significado da sigla LGBTQIAPN+, certo?

Pensa comigo: em nossa sociedade para algo ser validado como certo ou errado precisamos organizar as coisas para defender a nossa tese, não é mesmo? Para isso **a comunidade LGBTQIAPN+ criou uma sigla** que, para além de representá-la, mostra ao mundo toda a pluralidade que está dentro da diversidade sexual e de gênero. Vamos lá:

L

Representa as lésbicas, pessoas do gênero feminino que se atraem por pessoas do mesmo gênero (também conhecidas como homossexuais);

I

Representa as pessoas intersexo, que tem sexo biológico de nascença que não se enquadra nos padrões masculinos ou femininos. Hoje representam, segundo a ONU, 1,7% dos recém-nascidos. Eram conhecidos como hermafroditas, porém esse termo hoje não deve mais ser utilizado;

G

Representa os gays, que são pessoas do gênero masculino que se atraem sexualmente pelo mesmo gênero (também conhecidas como homossexuais);

A

Traz para a conversa os assexuais, que são pessoas que não apresentam atração sexual nenhuma - o que não os impede de se envolverem amorosamente;

B

Representa os bissexuais que têm atração sexual tanto pelo mesmo gênero quanto pelo gênero oposto, sem % de preferência definido (isso pode ter variações);

P

Representa os pansexuais, um grupo de pessoas que possuem atração sexual por pessoas independentemente do gênero;

T

Apresenta as pessoas transgêneros, que não se identificam com o sexo biológico de nascimento (são o oposto da comunidade cisgênero, que se identificam com o seu gênero de nascença). Temos aqui as pessoas trans e travestis;

N

Simboliza as pessoas não binárias, que não se enquadram em nenhum dos gêneros binários pré-definidos, de modo que, foram popularmente conhecidos pela utilização da linguagem neutra;

Q

Se origina na palavra "queer" que significa basicamente "estranho", mas aqui entendemos como uma representação de quem não se enquadra nos padrões pré-estabelecidos de gênero e sexo;

+

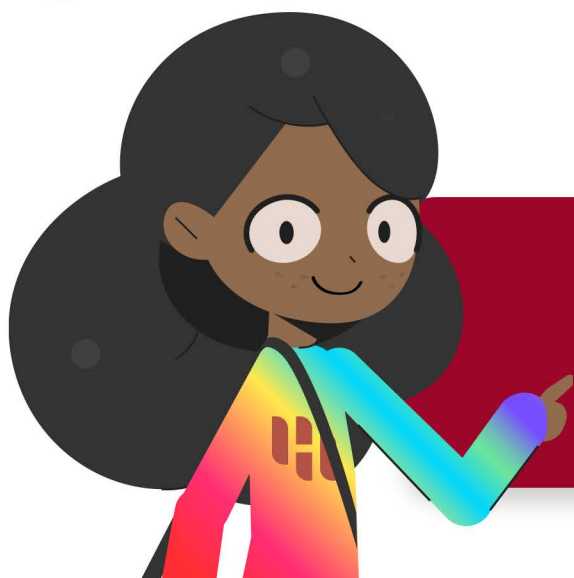
Abre as portas para toda a diversidade para além daquilo definido previamente.



E onde ficam as Drag Queens?

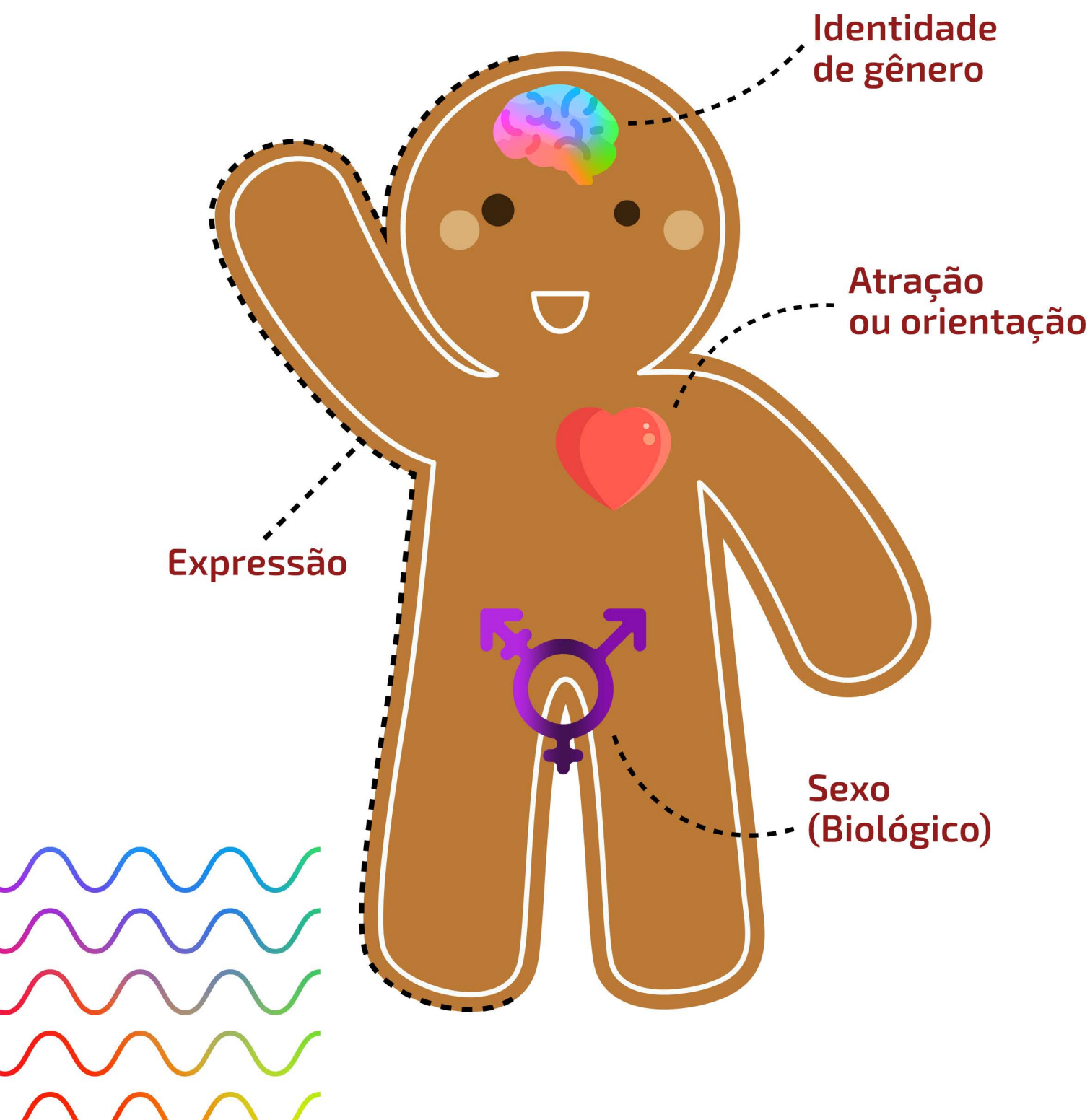
A arte drag é uma expressão artística para além de sexo ou gênero, por isso é para todos, como a arte.

Agora ficou mais fácil de entender? O Vitor diCastro pode ajudar você a entender melhor, é só acessar o QR Code ao lado.



Ok, consegui te apresentar bastante sobre a comunidade LGBTQIAPN+, mas você deve estar se perguntando: “**Mas afinal o que é sexo ou gênero?**”. Fácil de te explicar, viu? Olha só!

Esse é o Biscoito da Diversidade Sexual, uma identificação internacional que nos ajuda a entender todos esses pontos listados. Veja como é bem fácil:



Identidade de gênero

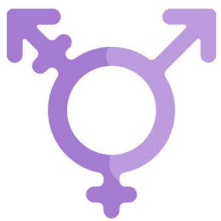


É a forma como você se vê no mundo, como se enxerga – se você se identifica com o seu gênero de nascença, você é cisgênero, como eu: nasci como uma menina e me identifico como uma. **Caso eu não me identificasse** como uma eu seria identificada como transgênero, independentemente de uma cirurgia de redesignação sexual ou não; **Caso a pessoa não se identifique com nenhum dos gêneros** exclusivamente, de maneira fluída entre eles, podemos considerar como uma pessoa não binária;

Orientação Sexual

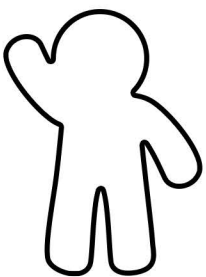


Se estabelece a partir das pessoas que te atraem sexualmente: se você se atrai pelo sexo oposto ao seu, você é heterossexual (como casais de homens e mulheres); caso a sua atração seja pelo mesmo sexo, temos a homossexualidade; bissexuais sentem atração tanto pelo próprio gênero quanto pelo oposto;



Sexo biológico

É a sua definição no momento de nascer (aparelho genital e glândulas), de modo que aqui entendemos 3 opções: feminino, masculino e intersexo (aquelas pessoas que flutuam entre essa binaridade);



Expressão

A forma como você performa o seu gênero no dia a dia, suas roupas, estilo de cabelo, gestos e outras características que fazem de você, único. Por exemplo: você performa feminilidade ou masculinidade no seu dia a dia - isso não define o seu gênero, okay?

“Ah Dan, me confundi aqui.”

Tudo bem, tenho um conteúdo do **Minutos Psíquicos** que vai te dar mais detalhes aqui ao lado:



Falamos de sociedade e respeito, mas qual o motivo de falarmos tanto disso quando falamos da comunidade LGBTQIAPN+?

A resposta também é bem simples, pois temos **dados que mostram que esse é um grupo que ainda passa por um processo de violência** que faz, por exemplo, cerca de 90% da comunidade trans e travesti sobreviver hoje por meio da prostituição, fora do mercado formal de trabalho, segundo o Portal G1. **A violência nem sempre será física e visível, ela pode ser estrutural.**



Pessoas LGBTQIAPN+ muitas vezes enfrentam camadas distintas de preconceito, como:

- **Homofobia**, entendida como a hostilidade ou rejeição direcionada a pessoas com orientações sexuais diversas, como gays, lésbicas e bissexuais;
- **Transfobia**, que representa o estigma e a marginalização sofrida por quem não se reconhece no gênero atribuído ao nascer, como pessoas trans e travestis.



Essas discriminações, quando não enfrentadas, podem evoluir para diferentes formas de violência. Entre as mais recorrentes, estão:

- **Agressões físicas e Violência sexual** – ataques que visam ferir ou colocar em risco o corpo e a saúde física das vítimas ou situações de violação da liberdade sexual, que envolvem abuso, toques não consentidos ou exposição à importunação, inclusive quando ignoradas ou não denunciadas.
- **Abusos psicológicos** – comportamentos que visam afetar a autoestima e o equilíbrio emocional, como humilhações, intimidações ou assédio constante.
- **Ataques virtuais** – práticas de ódio disseminadas online, como discursos ofensivos, ameaças ou exposição indevida, que podem causar danos profundos, inclusive pensamentos suicidas.

Como forma de resistência e afirmação, surgiram movimentos que não apenas denunciam as violências, mas também propõem caminhos de transformação social.

O **Movimento Queer**, por exemplo, rompe com as normas rígidas de identidade e sexualidade, defendendo a liberdade de ser e existir fora dos padrões impostos.

Já o **Movimento Feminista**, embora historicamente ligado à luta pelos direitos das mulheres, também atua na defesa de pessoas LGBTQIAPN+, sobretudo quando há sobreposição de opressões — um conceito conhecido como **interseccionalidade**. Essa ideia nos convida a entender que as identidades não são isoladas: **uma mulher trans, negra e periférica**, por exemplo, enfrenta desafios específicos que precisam ser considerados de forma integrada.

Esses movimentos se fortalecem por meio de redes de apoio, coletivos autônomos, espaços de escuta, ações educativas, literatura marginal, arte urbana e conteúdos digitais. Eles ocupam tanto as ruas quanto os ambientes virtuais, criando **alternativas de acolhimento**, empoderamento e visibilidade para quem, muitas vezes, não encontra representação nos meios tradicionais. **São frentes que não apenas reivindicam direitos, mas constroem possibilidades de existência mais justas, diversas e humanas para todos e todas.**



Guilherme Terreri Lima Pereira, palestrante e professor que dá vida a Drag Queen Rita Von Hunty, em seu canal do Youtube “Tempero Drag”, nos conta em poucos minutos a origem da homofobia:





MAS E SE ACONTECER AQUI?

Sabe quando algo acontece e você não sabe como reagir?

Aqui vão situações reais e dicas de como agir com respeito para enfrentarmos a LGBTfobia juntos:

“PESSOA LGBTQIAPN+ CHEGOU À EQUIPE. COMO ACOLHER?”

Primeiramente, precisamos entender que o acolhimento de qualquer pessoa nova na equipe deve ser o mesmo, sem diferenciação. Alguns casos, no entanto, exigem adaptações nos cuidados para que o respeito seja garantido.

Como agir:

- Ao se apresentar, pergunte como ela prefere ser chamada ou se quer compartilhar algo.
- Observe os primeiros dias para identificar desconfortos e, se preciso, alinhe com o grupo.
- Para pessoas trans, explique eventuais diferenças entre nome social e documentos e certifique-se de que ela seja tratada com respeito.

“USEI O NOME ‘MORTO’ DE UMA PESSOA TRANS OU LI EM VOZ ALTA SEM QUERER.”

Antes de mais nada: **“Nome morto” é o nome de registro de uma pessoa transgênero ou não binária** que ela não usa mais após sua transição de gênero. É o nome que a pessoa usava antes de adotar um nome que corresponde à sua identidade de gênero.

Como agir:

- Corrija de imediato e com naturalidade: “Perdão, utilizei o nome incorreto. Vou me atentar.” ou “Esse é o nome de registro. Desculpe pela desatenção.”
- Respeite o nome social de forma proativa, mesmo quando o documento não foi retificado. Demonstre cuidado explicando antes, caso necessário.
- Evite justificativas ou insistência. Reconheça o erro e siga.

“TEM UMA PESSOA LGBTQIAPN+ NO TIME E O USO DO BANHEIRO GEROU DESCONFORTO.”

Como agir:

- Pessoas trans têm direito legal ao uso do banheiro conforme sua identidade de gênero (Decreto nº 8.727/2016).
- Jamais peça que a pessoa troque de banheiro.
- Em caso de resistência, promova diálogos e sensibilização com apoio da área de DIE&P.
- Em caso de disponibilidade, utilize os banheiros neutros (aqueles sem definição de gênero).

“PRESENCIEI PIADAS OU PERGUNTAS INVASIVAS.”

Como agir:

- Intervenha: “Isso não é brincadeira e não é adequado.” / “Perguntas sobre corpo, cirurgia ou sexualidade são íntimas. Já te fizeram algo assim?”.
- Sexualidade e identidade de gênero não devem ser motivo de piada.
- Se houver reincidência, acione o Alô HCosta e, se possível, informe à liderança.
- Comentários sobre clientes (ex.: “não sei se é homem ou mulher”, “voz esquisita”) também devem ser repreendidos. Baseie-se na Política de DIE&P e oriente com firmeza.

“CLIENTE AGE COM PRECONCEITO E RECUSA ATENDIMENTO COM PESSOA LGBTQIAPN+.”

Como agir:

- Se o atendente não se sentir confortável, a liderança pode intervir: “Estamos aqui para oferecer o melhor atendimento. Vamos seguir com respeito.”
- Caso prossiga, oriente com firmeza:
 - “Todos os nossos profissionais têm a mesma capacitação.”
 - “Essa informação não é relevante para o atendimento.”
 - “Se o desrespeito continuar, precisaremos encerrar o contato.”
- Acolha quem sofreu o ataque e, se necessário, envolva a equipe de Gente e Gestão e o DIE&P.

"PESSOA LGBTQIAPN+ FOI SILENCIADA OU EXCLUÍDA EM REUNIÕES."

Como agir:

- Se for colega, reforce falas ignoradas:
 - "Essa ideia já foi levantada por [nome], certo?"
 - "Interessante! [Nome], o que você acha?"
- Lideranças devem estar atentas ao ambiente e usar feedbacks contínuos para prevenir essas situações.

O acolhimento diário gera pertencimento.



**DICA
FINAL:**

**ESCUTAR
NOMEAR
AGIR**

• **Escute** quem sofreu.

• **Nomeie** o problema
(É transfobia? É desrespeito?).

• **Aja com respeito**
e acione o Alô HCosta,
se necessário.

HORA DAS DÚVIDAS

Tenho certeza de que você deve estar com várias dúvidas na mente, não é? Não deixa elas escaparem pois chegou a hora de eu te dar várias dicas que vão tornar o seu dia cada vez mais inclusivo. Bora lá?

FRASES PARA ~~RISCAR~~ DA SUA LISTA:

“Quando você virou gay ou trans?”

Frase incorreta, pois orientação sexual não é escolhida, mas um processo de construção humana e conhecimento de gênero e sexualidade;

“Vocês não precisam ficar se beijando na frente dos outros, tem criança aqui!”

Assim como não acontece ao serem expostas a casais heterossexuais, a definição da orientação sexual das pessoas que visualizam casais gays também não acontece só por vê-los juntos.

“Não tenho nada contra gays, tenho até amigos que são”

Se essa frase acompanhar alguma fala que ofenda a comunidade LGBTQIAPN+, o fato de conhecer ou ter relação de proximidade com alguém da comunidade não deve ser utilizado como justificativa;

“Vira homem! / Se você fosse homem ou mulher”

Orientação sexual não define gênero, por isso, um homem não deixa de ser homem por ser gay, assim como uma mulher não deixa de ser mulher por ser lésbica;

“Bi fica em cima do muro, é indeciso”

Se sentir atraído por mais de um gênero não significa indecisão, mas algo pessoal que não possui percentual de preferência ou padrão esperado;

“Quem é o homem da relação?”

Essa frase direciona ao relacionamento LGBTQIAPN+ a binaridade (homem e mulher) das relações heterossexuais, não é algo positivo;

“LGBT é modinha”

A orientação sexual ou identidade de gênero é inerente ao ser humano e pode ser descoberta durante o processo de vida, mas não é ensinada ou definida por tendências sociais como a moda, por exemplo;

“Qual banheiro você usa?”

Uma pergunta que não é feita a todos e, quando direcionada, define não ser perceptível o banheiro utilizado pela pessoa, ofendendo-a indiretamente, além de ser um questionamento pessoal;

“Como fica a genital/ Já fez a cirurgia?”

Questões particulares que não devem ser perguntadas a ninguém;

“Mas ué? Virou homem para namorar com homem?”

Lembre-se: orientação sexual e identidade de gênero são coisas diferentes.

“Você não parece gay/lésbica/trans”

A frase define que há um estereótipo do que é ser LGBTQIAPN+ e quando utilizada ela tem por objetivo atribuir um elogio que soa como uma microagressão, já que indiretamente alega que não se parecer, é algo positivo;

PALAVRAS OU FRASES PROIBIDAS:

- **“Traveco” ou “O Travesti”**
Palavra feminina;
- **Cirurgia de mudança de sexo**
O correto é redesignação sexual;
- **Dizer o “nome morto” ou nome de registro de nascimento de uma pessoa trans;**
- **Diminutivo ou aumentativo com o intuito de ofender.**



Para isso, a Drag Queen Rita Von Hunty também apresenta o termo “Microagressões”, que explica como a violência pode ser silenciosa:



Essa cartilha é uma iniciativa do Setor de **Diversidade, Inclusão, Equidade e Pertencimento- DIE&P**

Conteúdo:

Felipe Faustino Moratto - Analista de Diversidade, Inclusão, Equidade & Pertencimento

Arte e diagramação:

Guilherme Passarinho

Revisão ortográfica e gramatical:

Felipe Faustino Moratto

Gabriele Cristina Bizarro Nascimento

Izabel Cristina Torres Silva

Referências de Conteúdo:

- Manual de Gênero e Sexualidade – Diversidade de Todos Nós (UNESP)
- Portal da Secretaria da Cidadania e Justiça
- TV da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP) – Canal no Youtube
- Tempero Drag – Canal no Youtube
- Terra Brasil – Canal no Youtube
- Vítor diCastro – Canal do Youtube
- Minutos Psíquicos – Canal no Youtube

Créditos das Imagens:

- Marsha P. Johnson - Foto: Divulgação/Netflix
- Nany People - Foto: Divulgação/Instagram
- Miss Biá - Foto: Celso Tavares/G1
- Jorge Lafond - Foto: Reprodução/SBT
- Laerte Coutinho - Foto: Filipe Redondo
- Ikaro Kadoshi - Foto: Blad Meneghel
- RuPaul Charles - Foto: WOW Presents Plus
- Erika Hilton - Foto: Zeca Ribeiro
- Foto da PARADA DE NY: Fred W. McDarrah/Getty Images
- Foto da PARADA DE SP: Miguel SCHINCARIOL / AFP
- Rita Von Hunty: Divulgação/Instagram



Agora é a sua vez de contar para todo mundo o que aprendeu aqui. Conhecimento é o início do respeito e é assim que construímos a empatia. Viu só? Deu tempo do seu lanche ficar pronto! Até a próxima!