

Retire do seu vocabulário termos e expressões racistas, machistas e capacitistas

Algumas palavras e termos que devem ser excluídos da sua comunicação por carregarem a herança de uma sociedade racista, machista e capacitista. Para facilitar o seu acesso à informação, criamos esse glossário com algumas expressões, a respectiva explicação e a sugestão de formas de falar que devem ser usadas no lugar dessas, sempre que possível.

Vale destacar que este documento é dinâmico e colaborativo. Portanto, se você souber de algum termo ou expressão que deva fazer parte dele, entre em contato com a Secretaria de Comunicação Social (SCS) pelo e-mail G-Intranet e envie a sua sugestão.

“A coisa tá preta”: A expressão associa o termo “preto” a uma situação desconfortável, desagradável, difícil e até perigosa. **Substitua por**: “A coisa está difícil”.

“A dar com pau”: nos navios que traziam os povos escravizados, algumas pessoas preferiam morrer de fome a serem escravizadas. Elas eram obrigadas a comer à força com um tipo de colher de pau grande, por isso a expressão. **Substitua por**: bastante ou muito.

Cor de pele: A expressão ficou conhecida por descrever a cor rosa-claro, fazendo referência à pele de pessoas brancas. Porém, não existe apenas um tom de pele em uma sociedade mista e plural. **Substitua por**: “rosa-claro” ou “bege”.

Criado-mudo: proibidos de falar/conversar, os(as) escravos(as) eram obrigados(as) a segurar objetos para as pessoas brancas. Como o(a) empregado(a) não poderia fazer barulho para atrapalhar os moradores, ele(a) era considerado(a) mudo(a). Logo essa expressão se refere a esses(as) criados(as). Hoje, esse termo é bastante usado para nomear o móvel que fica ao lado da cama. **Substitua por**: mesa de cabeceira.

“Dar uma de João sem braço”: não ter um braço é uma condição física e não comportamental. Não significa inaptidão para assumir responsabilidades ou ajudar outras pessoas. **Substitua por**: “é preguiçoso(a)”, “fugiu da responsabilidade” ou “se fez de desentendido(a)”.

“Dar uma mancada”: expressão que torna pejorativa a condição física de alguém. Mancar não deve ser sinônimo de errar. **Substitua por**: “dar uma gafe”, “ser sacana”, “errar”, “faltar com compromisso”.

Denegrir: segundo o dicionário Michaelis, a definição de denegrir é “ficar ou fazer ficar escuro ou manchar a reputação”. Torna-se ofensivo e maldoso por atribuir a algo negro um caráter negativo. **Substitua por**: difamar ou caluniar.

“Doméstico(a)”: esse termo ainda é usado para se referir a um(a) auxiliar de serviços gerais. No entanto, traz uma carga racista histórica. Isso porque domésticas eram as mulheres negras escravizadas que trabalhavam dentro das casas das famílias brancas por serem consideradas “domesticadas”, ou seja, terem passado por “corretivos”, já que os(as) negros(as) eram tratados(as) como animais rebeldes.

Em terra de cego, quem tem um olho é rei: a expressão é mais uma forma de demonstrar que pessoas sem deficiência visual são superiores e podem tirar vantagem de uma Pessoa com Deficiência (PcD) da mesma natureza.

“Feito nas coxas”: remete ao período escravocrata, quando as pessoas negras escravizadas faziam telhas moldando-as em suas coxas. Devido à variação de modelo corporal, algumas telhas não se encaixavam umas às outras quando colocadas no telhado.

“Fingir demência”: a demência caracteriza-se por um grupo de sintomas oriundos de e pelo menos duas disfunções cerebrais, como a memória e o discernimento. Não deve ser associado ao comportamento negativo de alguém. **Substitua por**: “fingir-se de desentendido(a)”.

Homossexualismo: o prefixo “ismo” é utilizado para tratar a homossexualidade como uma patologia.

“Inveja branca”: na contramão de outros termos, esse significa que a inveja branca é uma inveja “do bem”, que não faz mal. No entanto, ele associa a cor branca a algo bom, que não machuca, ao contrário da cor preta.

Judiar: a palavra faz referência ao período em que o povo judeu foi vítima de perseguições. Elimine do seu vocabulário, pois é um termo xenofóbico.

“Magia negra”, “ovelha negra”, “mercado negro”, “a coisa tá preta”, “lista negra”: são alguns termos semelhantes a este e que também são utilizados para insinuar algo negativo ou desqualificado.

“Mal das pernas”: termo ofensivo que traz uma carga pejorativa vinculada a pessoas com deficiência nas pernas ou redução de mobilidade. A condição física de alguém não deve ser associada a algo que não vai bem. **Substitua por**: “estar com problemas”, “estar em crise”.

Mal-amado(a): forma de justificar o comportamento e o humor como um reflexo do amor. Essa fala coloca o ato de estar em um relacionamento como o auge da felicidade da mulher ou do homem e como condição para que ele(a) possa ser socialmente bem recebido(a) e percebido(a).

“Meia tigela”: expressão usada para referir-se a algo sem valor ou medíocre. A expressão remete ao sofrimento dos(as) negros(as) que trabalhavam à força nas minas de ouro e nem sempre conseguiam alcançar suas “metas”. A punição aplicada era receber apenas metade da tigela de comida e ser apelidado(a) de “meia tigela”. **Substitua por**: “sem valor”.

“Mercado negro”: o termo foi utilizado para se referir ao comércio ilegal. Associar a palavra negro a algo pejorativo, prejudicial ou ilegal é um ato racista. **Substitua por**: mercado clandestino.

Mongoloide: essa palavra é ofensiva, pois remete a pessoas portadoras de Síndrome de Down. Termos como este perpetuam estereótipos e preconceitos.

“Mulata tipo exportação”: a carga pejorativa é ainda maior, uma vez que reitera a visão de que o corpo da mulher negra deve ser visto como mercadoria.

Mulata: vem de “mula”, animal derivado do cruzamento de um burro com uma égua. Carrega enorme carga pejorativa por remeter às filhas bastardas de homens brancos, Senhores do Engenho, com mulheres negras, geralmente escravas.

“Não temos braço para isso”: da mesma forma, a condição física não deve ser usada como sinônimo de falta de capacidade produtiva. **Substitua por**: “não temos força de trabalho suficiente” ou “não temos estrutura para isso”.

“Programa de índio”: É uma expressão muito comum e de conotação negativa que se refere a alguma atividade ou evento que é chato, entediante, ou visto como uma “furada”. 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.

“Retardado”: usar o termo para definir a si mesmo quando fizer algo de errado ou para ofender alguém reforça uma falsa ideia de superioridade. Existe um histórico de preconceito associado a esta palavra, já que ela era usada para se referir pejorativamente a pessoas com deficiência intelectual. A condição física e mental de alguém não deve ser usada para descrever qualquer indivíduo.

“Tabajara”: termo muito usado como sinônimo de algo falsificado ou ruim. O povo Tabajara vive hoje em três estados brasileiros: Piauí, Ceará e Paraíba. São cerca de 2.881 indígenas. Utilizar o nome de um povo para designar algo negativo ou de má qualidade é uma forma de discriminá-lo.

“Você está cego(a)/surdo(a)/mudo(a)?”: quando alguém não ouviu o que você disse, não pergunte se ele “está surdo”; quando alguém não conseguiu ver algo que você tentou mostrar, não pergunte se ele “ficou cego”; e, quando alguém não respondeu algo que você perguntou, não diga que ele “está mudo”. Essas são condições físicas e não devem ser vinculadas a expressões pejorativas.

“Você mora em uma tribo?”: A terminologia tribo está associada a povos primitivos, que estão em atraso e não seguiram a linha da evolução. Para os povos indígenas, o lugar que remete a unidade e constitui sua forma de organização social, é a **aldeia**. **Substitua por**: “a qual aldeia você pertence?” ou “em qual comunidade você mora?”. Isso demonstra respeito à individualidade dos povos originários.

“Você não tem cara de autista”: autismo é uma condição ou diferença neurológica. O estado de alguém não deve ser utilizado para definir pessoas, especialmente quando essa expressão tem alta carga pejorativa.

