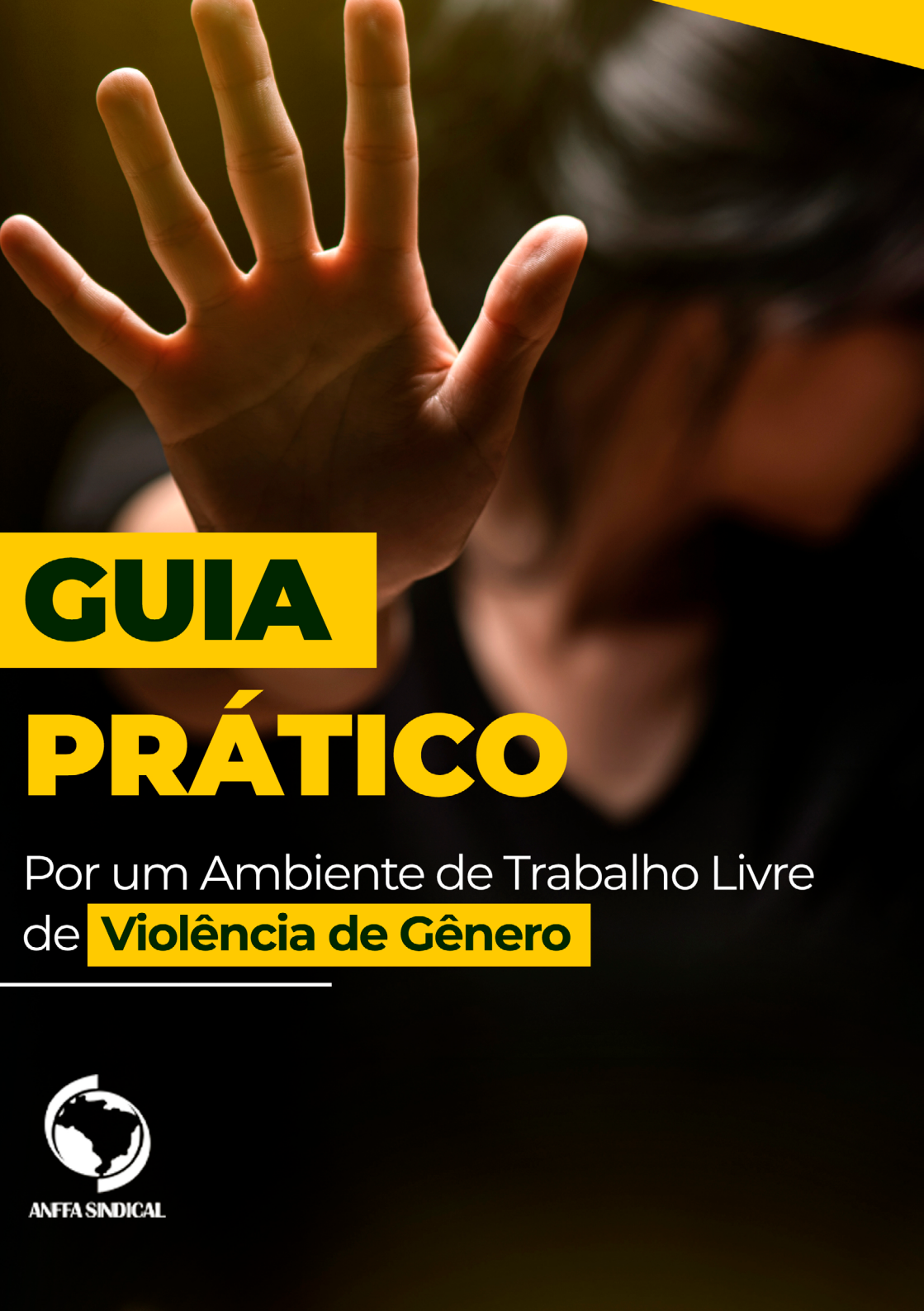




GUIA **PRÁTICO**

Por um Ambiente de Trabalho Livre
de **Violência de Gênero**



ANFFA SINDICAL

SUMÁRIO

<u>Apresentação</u>	<u>3</u>
1. O que é Violência de Gênero no Trabalho?	4
2. O que é Machismo?	5
3. Machismo no Trabalho: A Invalidação da Mulher	6
4. Frases que Ferem: Identifique a Violência Velada	7
5. Impactos na Saúde e na Carreira	8
6. Seja um Agente de Mudança: 10 Atitudes Práticas	9
7. O que fazer se você for vítima	10
Referências	11

1 APRESENTAÇÃO:

O Sindicato Nacional dos Auditores Fiscais Federais Agropecuários (Anffa Sindical) acredita que um ambiente de trabalho saudável, digno e seguro é direito de todas as pessoas, incluindo aquelas que exercem suas atividades no Ministério da Agricultura e Pecuária. Infelizmente, a violência de gênero ainda é uma realidade persistente em muitos espaços, dentro e fora do ambiente de trabalho, manifestando-se de formas explícitas ou, mais frequentemente, por meio de atitudes sutis e naturalizadas.

Este guia foi elaborado para ajudar você a identificar as diferentes formas de violência de gênero no trabalho, compreender seus impactos e saber como agir, seja como vítima, como testemunha ou como gestor. A prevenção e o enfrentamento dessas práticas são responsabilidade de todos e todas.

Lembre-se: nenhuma conduta de violência, assédio ou discriminação deve passar despercebida.

Lembre-se: nenhuma conduta de violência, assédio ou discriminação deve passar despercebida.

2

O QUE É VIOLÊNCIA DE GÊNERO NO TRABALHO?

Violência de gênero no trabalho é toda conduta abusiva dirigida a uma pessoa em razão de seu sexo ou gênero. Ela pode se manifestar de diversas formas:

TIPO	CARACTERÍSTICAS
Física	Agressões, toques não consentidos, invasão do espaço pessoal
Psicológica	Humilhações, intimidações, isolamento, gaslighting
Sexual	Assédio sexual, importunação, comentários de conotação sexual
Verbal	Insultos, piadas sexistas, apelidos depreciativos
Simbólica	Invisibilização, desqualificação, apropriação de ideias

A violência de gênero pode ocorrer uma única vez ou de forma reiterada, pode ser direta, com gritos e acusações públicas ou indireta por meio de políticas organizacionais que impactam desproporcionalmente mulheres ou grupos minoritários.

O machismo é um comportamento que favorece o gênero masculino em detrimento do feminino, colocando as mulheres em uma posição de inferioridade. Ele está presente em diversos contextos: sociais, econômicos, familiares e, claro, no ambiente de trabalho. Muitas vezes, essas atitudes são tão sutis que passam despercebidas, mas seus efeitos são profundamente danosos. A isso se dá o nome de micromachismo.

MICROAGRESSÕES são comentários, perguntas ou comportamentos que transmitem preconceitos, estereótipos ou mensagens de exclusão em relação a uma pessoa ou grupo social.

Elas são particularmente perigosas porque:

Frequentemente passam despercebidas:

muitas pessoas não reconhecem que determinadas falas ou atitudes podem ser ofensivas.

São naturalizadas como “brincadeiras” ou “elogios”:

expressões aparentemente positivas ou humorísticas podem reforçar estereótipos e preconceitos.

Podem ser praticadas por pessoas com “boas intenções”:

a ausência de intenção de ofender não elimina o impacto causado na pessoa que sofre a microagressão.

Têm efeitos cumulativos devastadores:

a repetição dessas experiências ao longo do tempo pode afetar a autoestima, o bem-estar psicológico, o desempenho social, ou profissional.

Exemplos comuns de microagressões:

“Você fala português muito bem!” (para alguém nascido no próprio país).

“Você nem parece ser daquela região.”

“Nossa, você é muito articulada para uma mulher.”

“Posso tocar no seu cabelo?”

4

MACHISMO NO TRABALHO: A INVALIDAÇÃO DA MULHER

Essas são algumas das situações mais comuns que desqualificam a capacidade e a fala das mulheres. Reconhecê-las é o primeiro passo para combatê-las.

1

Manterrupting

Interrupção frequente da fala de mulheres por homens durante reuniões, apresentações ou discussões, prejudicando a fluidez de sua fala.

2

Mansplaining

Homens explicam a mulheres assuntos sobre os quais elas têm domínio igual ou superior, de forma didática e condescendente.

3

Gaslighting

Manipulação psicológica que faz a vítima duvidar de sua própria memória e percepção, negando fatos ocorridos e distorcendo informações.

4

Apropriação de ideias

As ideias apresentadas por mulheres são ignoradas, mas passa a ser valorizada quando é repetida por um homem, e muitas vezes creditadas a eles.

5

Objetificação sexual

O corpo da mulher é tratado como objeto, com olhares, comentários ou toques inapropriados.

6

Suposição de inferioridade

Pressuposição de que mulheres são menos capazes, competentes ou qualificadas do que homens para desempenhar determinadas atividades, funções ou cargos de liderança.

7

Negação do sexismo

Minimizar ou negar a existência de discriminação contra as mulheres, alegando que reclamações são “exageradas” ou casos isolados.

5

FRASES QUE FEREM:

IDENTIFIQUE A VIOLÊNCIA VELADA

Muitas vezes, a violência de gênero se disfarça em “elogios”, “piadas” ou comentários aparentemente inofensivos. **Fique atenta(o):**

O QUE PARECE	O QUE REALMENTE É
<i>“Você é bonita demais para ser engenheira”</i>	Objetificação e suposição de inferioridade
<i>“Calma, você deve estar de TPM!”</i>	Desqualificação e negação da legitimidade da fala da mulher
<i>“Você deveria sorrir mais”</i>	Controle sobre a aparência e comportamento da mulher
<i>“Ela só está no cargo porque... você sabe”</i>	Desqualificação da competência profissional da mulher
<i>“Não precisa se preocupar com isso, deixa com a gente”</i>	Infantilização e exclusão de decisões importantes
<i>“Você está exagerando, não foi nada demais”</i>	Gaslighting — negação da experiência da vítima
<i>“Quem vai cuidar do seu filho enquanto você trabalha?”</i>	Reforço de papéis tradicionais de gênero
<i>“Isso foi só uma piada!”</i>	Naturalização do preconceito
<i>“Nossa, você é muito agressiva para uma mulher”</i>	Questionamento de comportamentos que seriam aceitos vindos de um homem

IMPACTOS DA VIOLÊNCIA

DE GÊNERO NA SAÚDE E NA CARREIRA

Físicos

Dores de cabeça

Hipertensão

Distúrbios digestivos

Distúrbios do sono

Dores generalizadas

Palpitações

Esgotamento físico

Psicológicos

Ansiedade

Depressão

Síndrome do pânico

Transtorno de Estresse
Pós-traumático

Baixa autoestima

Isolamento social

Sensação de não
pertencimento

SEJA UM AGENTE DE MUDANÇA: 10 ATITUDES PRÁTICAS

Os homens têm um papel fundamental na desconstrução do machismo. Aqui estão 10 atitudes que podem ser tomadas no dia a dia:

- 1** Repreenda atitudes e piadas preconceituosas, sexistas, racistas ou homofóbicas sempre que as presenciar.
- 2** Respeite o espaço de fala das mulheres, evitando interrupções e incentivando que outras pessoas façam o mesmo.
- 3** Valorize e respeite a capacidade das mulheres de expressar suas opiniões, compartilhar conhecimentos e contribuir para discussões e decisões.
- 4** Reflita criticamente sobre seus próprios preconceitos e esteja atento a comportamentos que possam reforçar desigualdades de gênero.
- 5** Evite utilizar termos ofensivos, depreciativos ou estereotipados para se referir às mulheres, especialmente àquelas que não correspondem às expectativas sociais de gênero.
- 6** Nunca compartilhe, divulgue ou exponha fotos, vídeos ou informações íntimas de uma mulher sem o seu consentimento.
- 7** Converse com amigos e familiares sobre a violência contra as mulheres, contribuindo para ampliar a conscientização e promover mudanças de comportamento.
- 8** Não seja conivente com atitudes de desrespeito ou violência contra mulheres. Posicione-se e incentive comportamentos baseados no respeito e na igualdade.
- 9** Não seja conivente com atitudes de desrespeito, discriminação ou violência contra mulheres; manifeste-se e promova relações baseadas no respeito e na igualdade.
- 10** Jamais utilize ameaça, intimidação, coerção, assédio ou qualquer forma de violência física, psicológica, moral, sexual ou patrimonial contra uma mulher.

Para mulheres que se sentirem desrespeitadas:

Chame a atenção de forma clara: Use o constrangimento a seu favor para expor o comportamento inadequado.

“Deixe-me terminar de falar, por favor.”

“Deixa eu ver se entendi: você está explicando esse assunto com essa riqueza de detalhes novamente? É isso mesmo?”

“Isso não tem graça. Pode me explicar por que você acha isso engraçado?”

Lembre-se: A mudança cultural acontece quando nos propomos a mudar e agimos de forma consciente e coletiva.

Busque os canais de acolhimento da organização

Ouvidoria MAPA: (61) 3218-2089

Atendimento presencial — Ouvidoria: MAPA – Esplanada dos Ministérios, Edifício Sede, Bloco D, Térreo – Sala de acolhimento.



Registro de manifestações:
<https://falabr.cgu.gov.br/v2/>



Fale com o seu Sindicato

No caso de Auditores Fiscais Federais Agropecuários (AFFAs), entre em contato com o Anffa Sindical pelo canal: diretoriajuridica@anffasindical.org.br

Outras Atitudes

- 1** - Se possível, comunique seu gestor sobre a atitude inapropriada.
- 2** - Compartilhe com alguém de confiança, pedindo atenção às interações com a pessoa agressora.
- 3** - Procure ajuda psicológica ou médica fora do ambiente de trabalho.
- 4** - Não se isole! Continue se relacionando com pessoas que não estão envolvidas nas situações de assédio.
- 5** - Evite ficar a sós com a pessoa assediadora. Se não for possível, prepare-se para registrar a conduta.
- 6** - Comece um diário do trabalho:
 - Registre todas as suas atividades (horários, tarefas, contatos).
 - Registre comportamentos abusivos (data, horário, local, testemunhas).
 - Guarde e-mails, mensagens, bilhetes.
- 7** - Avalie a possibilidade de ajuizar ação nas esferas trabalhista, cível e criminal.

Política de Prevenção e Enfrentamento da Violência, do Assédio e de Todas as Formas de Discriminação (Ato Conjunto TST.CSJT.GP N.º 52 e Resolução CSJT N.º 360)

Lei nº 14.457/2022 — Medidas de prevenção e combate ao assédio sexual e outras formas de violência

Organização Internacional do Trabalho (Convenção nº 190)

Microagressões de Gênero no Trabalho (TRT5)

“Guia de Conscientização: Desconstruindo o Machismo no Cotidiano e no Trabalho” (Sinditamaraty/Sindireceita)

“Guia Prático para um Ambiente de Trabalho mais Positivo” (TST)

Artigo: “Silêncios que falam: as microagressões contra mulheres no trabalho” (Fabiola Hara D’Enfeldt- FGV)



ANFFA SINDICAL

Juntos e juntas por um ambiente de
trabalho mais justo, respeitoso
e igualitário para todos.

Fale Conosco:

@anffasindical

<https://anffasindical.org.br/>

(61) 3224-0364 / (61) 3246-1599