

# Vamos repensar nosso vocabulário?

## RACISMO SUTIL

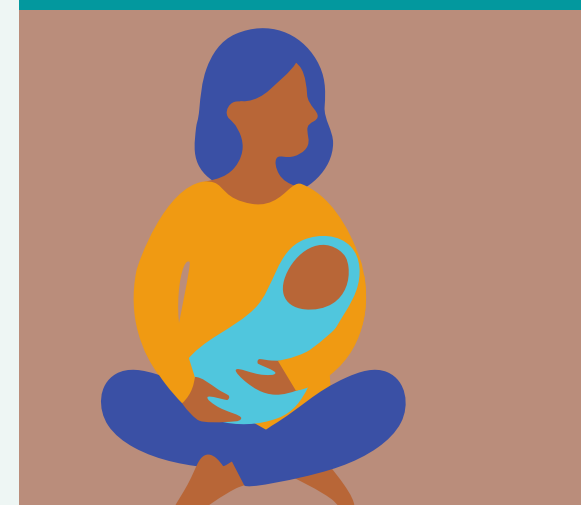
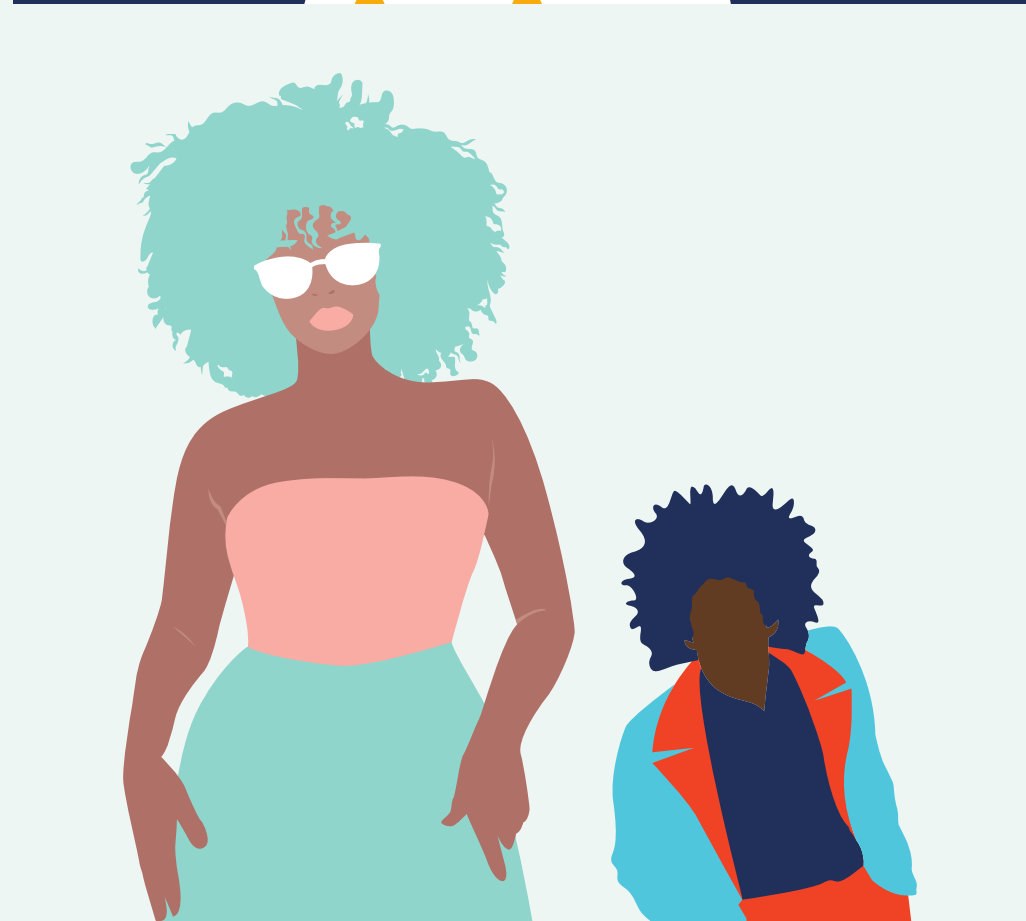
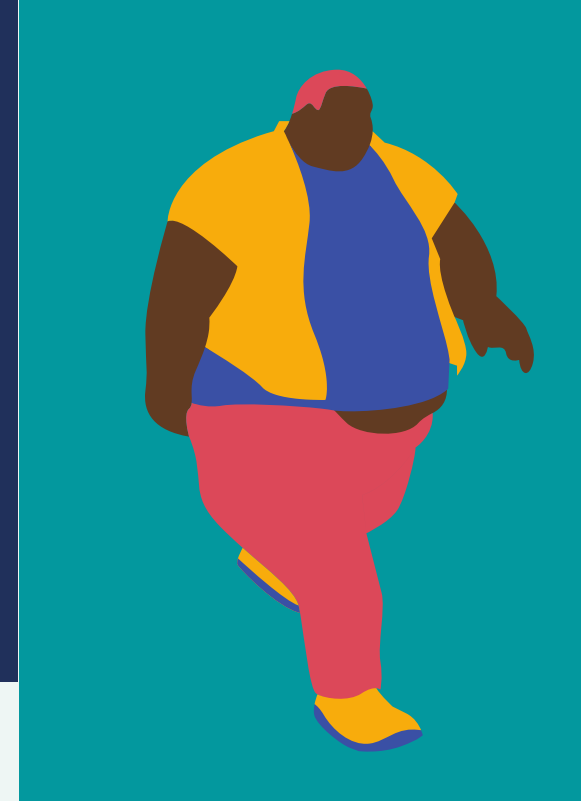


### PARATODOS

Programa Sesc e Senac de diversidade



Novembro | 2020



# VAMOS REPENSAR NOSSO VOCABULÁRIO?

Estudos dizem que chegamos a pronunciar 20 mil palavras por dia. Mas você já parou para pensar no significado das palavras do nosso vocabulário? E em quantas vezes reproduzimos, mesmo sem querer, expressões e termos racistas ou que reforçam estereótipos?

Nesta cartilha, apresentamos uma série de palavras e expressões que estão no nosso vocabulário cotidiano e que nos fazem reproduzir discursos preconceituosos.

Este material, elaborado pelos GTs Humanidades e Para Elas, do Programa do Sistema Fecomércio-RS/Sesc/Senac de diversidade - Para Todos, faz um convite à reflexão e à mudança.

**Vamos juntos?**

## A COISA TÁ PRETA

O termo associa a palavra “preto” com uma situação desconfortável, desagradável, difícil ou perigosa.

DIGA:

**a coisa tá difícil**



## A DAR COM PAU

Tem origem nos navios que traziam os povos escravizados, quando algumas pessoas preferiam morrer de fome a serem escravizadas. Assim, elas eram alimentadas à força com um tipo de colher de pau grande, daí vem a expressão “a dar com pau”.

DIGA:

**bastante, muito**



# A

"A mudança não chegará se esperamos outra pessoa ou outro tempo... Somos a mudança que buscamos"

**Barack Obama**



# ATÉ TENHO AMIGOS QUE SÃO NEGROS

Frase de defesa quando se aponta alguma atitude ou fala racista. Não utilizar. Repense seu comportamento. Vivemos em uma sociedade racista, infelizmente, ainda é comum reproduzirmos falas racistas sem nos darmos conta.

**não use esta expressão!**

# C

"A voz de minha bisavó ecoou criança nos porões do navio (...) A voz de minha avó ecoou obediência aos brancos-donos de tudo. A voz de minha mãe ecoou baixinho revolta no fundo das cozinhas alheias (...) A minha voz ainda ecoa versos perplexos com rimas de sangue e fome. A voz de minha filha recolhe todas as nossas vozes recolhe em si as vozes mudas caladas engasgadas nas gargantas (...) Na voz de minha filha se fará ouvir a ressonância o eco da vida-liberdade"

**Conceição Evaristo**

## CABELO RUIM, CABELO DE BOMBRILO, CABELO DURO

Termos racistas usados como bullying que depreciam a imagem e o cabelo de pessoas negras. Falar mal das características dos cabelos Afro também é racismo.

VOCÊ DEVE FALAR:

**cabelo crespo, cacheado, afro**



## COR DE PELE

A expressão ficou conhecida para descrever a cor rosa-claro, fazendo referência à pele de pessoas brancas. Porém, como já é sabido, não existe apenas uma cor de pele, vivemos uma sociedade mista e plural.

SUBSTITUA POR:

**rosa-claro ou bege**



## COR DO PECADO

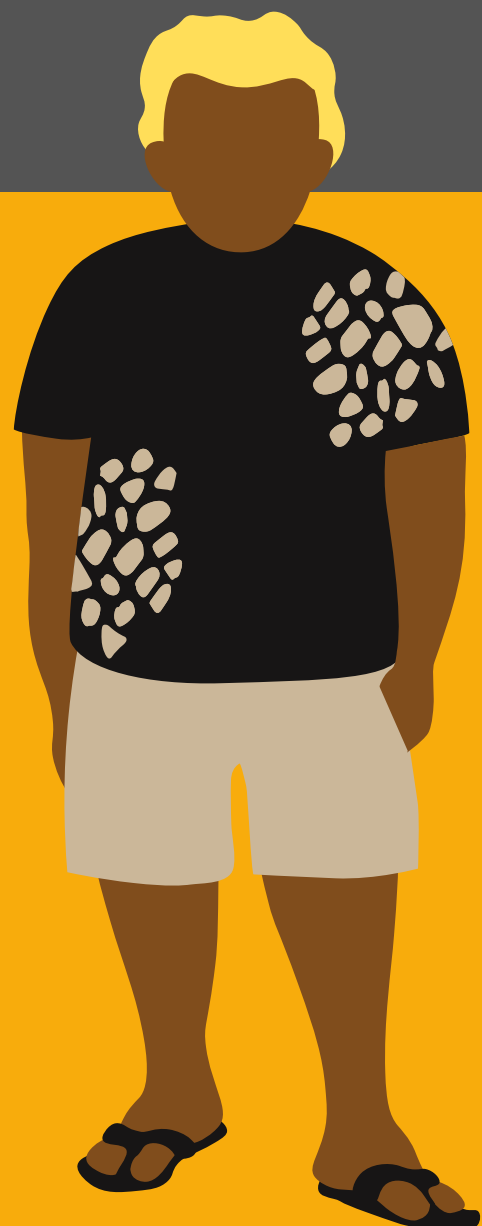
Utilizada erroneamente como elogio, se associa ao imaginário da mulher negra sensualizada. Em uma sociedade pautada na religião, pecar não é positivo, ser pecador é errado, e ter a pele associada ao pecado significa que ela é ruim. Outra expressão que faz a mesma associação de que negro = negativo.

**não use esta expressão!**

## COISA/SERVIÇO/TRABALHO DE PRETO

Usado para descrever um serviço mal feito. O termo é carregado de preconceito, uma vez que descreve as pessoas negras como incapazes e preguiçosas. Jamais use estas expressões!

SUBSTITUA POR:  
**trabalho errado**



## CRIADO MUDO

Você sabia que o nome dado a este móvel faz referência aos criados (geralmente escravizados) que deviam segurar objetos para seus senhores? Como estes criados não podiam falar, eram considerados mudos, daí o termo criado-mudo.

DIGA:  
**mesa de cabeceira**

# C

"Tudo que você precisa fazer é mover as pessoas só um pouquinho para mudanças acontecerem"

**Viola Davis**



# D

"Numa sociedade racista, não basta não ser racista. É necessário ser antirracista"

**Angela Davis**

## DENEGRIR

Tem como real significado "tornar negro", "escurecer". É usado para difamar ou acusar injustiça por outra pessoa, sempre usado de forma pejorativa, ou seja, utilizar esta palavra pejorativa é extremamente racista.

USE ENTÃO:  
**difamar**



## DOMÉSTICA

Domésticas eram as mulheres negras que trabalhavam dentro da casa das famílias brancas e eram consideradas domesticadas.

DIGA:  
**empregada, funcionária**



# ES CRAVO

Este termo trata os africanos como passivos e desprovidos de subjetividade. Os africanos que vieram para o Brasil eram pessoas, reis, rainhas, camponeses, homens e mulheres escravizados contra a sua vontade.

SUBSTITUA POR:

**pessoas escravizadas e  
escravidão por escravização**



## FAZER NAS COXAS

Acredita-se que a expressão vem da técnica utilizada pelos escravizados para fazer telhas. Por serem artesanais e seguirem os formatos dos corpos, as peças não se encaixaram bem umas nas outras, sendo consideradas mal feitas.

FALE:

**mal feito**

# E/F

"Não dá para falar em consciência humana enquanto pessoas negras não tiverem direitos iguais e sequer forem tratadas como humanas"

**Djamila Ribeiro**

# H/I

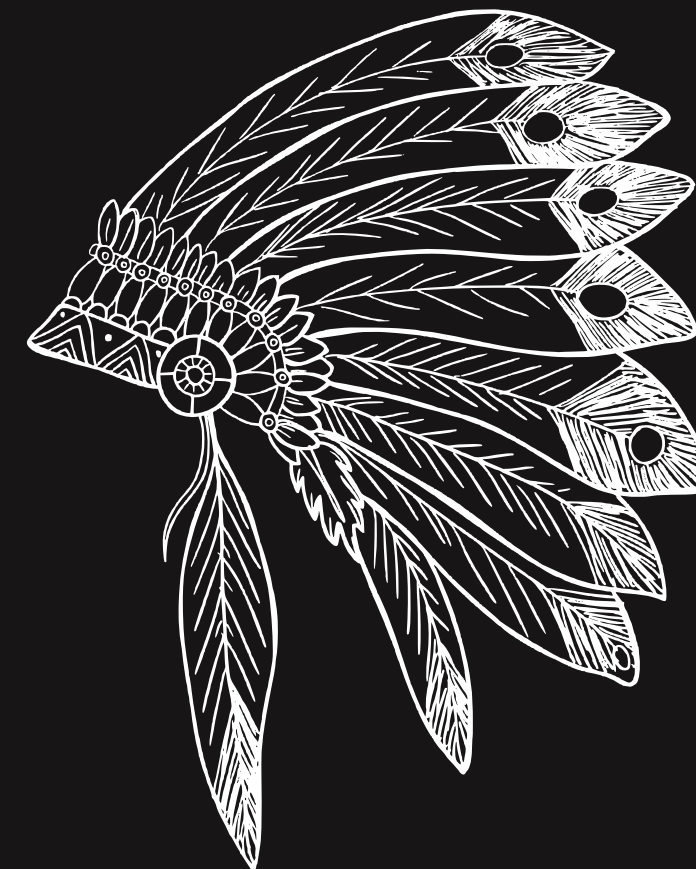
"Em nós, até a cor é um defeito. Um imperdoável mal de nascença, o estigma de um crime. Mas nossos críticos se esquecem que essa cor, é a origem da riqueza de milhares de ladrões que nos insultam; que essa cor convencional da escravidão tão semelhante à da terra, abriga sob sua superfície escura, vulcões, onde arde o fogo sagrado da liberdade"

**Luiz Gama**

## HUMOR NEGRO

Usam para descrever um tipo de humor ácido e com piadas de mal gosto com temas mórbidos, sérios ou tabus com tom politicamente incorreto.

VOCÊ PODE USAR:  
**humor ácido**



## INDIADA

Utilizado para descrever um passeio, atividade ou viagem que não deu muito certo, algo trabalhoso, difícil ou até mesmo chato. O termo é pejorativo, pois "indiada" se refere a um grupo ou conjunto de índios.

FALE:

**atividade ruim, viagem chata**

## INVEJA BRANCA

Associa o “negro” ao negativo, a algo que faz mal e o “branco” ao que é positivo, uma inveja boa, um sentimento do bem.

USE APENAS:  
**inveja**



## JUDIARIA

Do verbo “judiar”, significa tratar como os judeus foram tratados. É usado como sinônimo de fazer sofrer, atormentar, maltratar ou ainda com tom de pena. A palavra possui uma carga negativa e preconceituosa muito grande.

SUBSTITUA POR:

**sofrimento, maltrato**

# I/J

“Negar e silenciar é confirmar o racismo”

**Roger Machado**

# L/M

"Ninguém nasce odiando outra pessoa por sua cor da pele, sua origem ou sua religião. As pessoas podem aprender a odiar e, se podem aprender a odiar, pode-se ensiná-las a aprender a amar. O amor chega mais naturalmente ao coração humano que o contrário"

**Nelson Mandela**

## LISTA NEGRA

Usada para descrever pessoas que, por alguma razão negativa, estão excluídas de certos grupos, ou ainda que uma pessoa está sendo perseguida. Mais uma vez a palavra "negra" é usada como algo negativo.

DIGA:

**lista proibida/restrita**



## MERCADO NEGRO

Muito usado para se referir a um sistema de compras e vendas clandestino, ilegal.

SUBSTITUA POR:

**mercado clandestino**

## MORENO(A)

Pessoas acreditam que chamar alguém de negro ou preto é ofensivo. Falar “morena” ou “mulata”, embranquecendo a pessoa, “amenizaria” o “incômodo”. Você deve se referir a pessoa pelo nome ou questioná-la como ela prefere ser descrita.

## MULATO(A)

A palavra significa literalmente: mula, a cruza de um asno macho com uma égua. O termo surge na época da escravização, quando muitas mulheres escravizadas eram violentadas por “seus senhores” e tinham filhos que eram chamados de mulatos.

SUBSTITUA POR:

**pardo(a) ou mestiço(a)**

# L/M

"A maior expressão do preconceito racial no Brasil está justamente na negação desse preconceito"

**Autor  
desconhecido**



# NÃO SOU TUAS NEGAS

Trata a mulher negra como "qualquer uma" ou "de todo mundo", relembra o tratamento às mulheres escravizadas que eram, seguidamente, assediadas e estupradas. A frase deixa explícita que com "as negras pode tudo", e com as demais não se pode fazer o mesmo, e no tudo está incluso desfazer, maltratar. Portanto, além de profundamente racista, o termo é carregado de machismo.

**não use esta expressão!**



# N

"Todos exigimos e queremos respeito, homem ou mulher, negro ou branco. É nosso direito humano básico"

**Aretha Franklin**

## NEGA MALUCA

Há uma lenda que diz que o termo foi criado quando uma mulher escravizada estava fazendo um bolo e acidentalmente deixou cair cacau em pó na receita e, ao invés de descartar a massa, seguiu criando o bolo de chocolate. O termo reforça estereótipos.

DIGA APENAS:

**bolo de chocolate**



## NEGRINHO/BRANQUINHO (DOCES)

Usado para chamar o típico doce de chocolate (que é marrom). O mesmo serve para a palavra branquinho, que é o doce de leite condensado.

SUBSTITUA POR:

**brigadeiro / beijinho**



## NHACA

Desde a época colonial o termo é usado para falar de algo com cheiro forte, desagradável. O que pouca gente sabe é que Inhaca é uma ilha de Moçambique e é daí que vem o uso do termo, mais uma vez para reforçar estereótipos e preconceitos.

DIGA APENAS:  
**cheiro ruim**

## TEM O PÉ NA COZINHA

Usada de forma preconceituosa para falar de pessoas de origem negra, uma vez que na época da escravização, este era o espaço destinado às mulheres negras.

**não use este termo!**

# N/T

"A raça não existe para você porque nunca foi uma barreira. Os homens negros não têm essa oportunidade"

**Chimamanda  
Ngozi Adichie**

# SAMBA DO CRIOULO DOIDO

É o título de uma canção de samba, composta por Sérgio Porto (pseudônimo de Stanislaw Ponte Preta), que ironizava a obrigatoriedade de as escolas de samba retratarem em seus enredos apenas temas de fatos histórico. Porém a expressão debochada reforça um estereótipo e discriminação aos negros.

DIGA:

**confusão, trapalhada,  
bagunça**



## **SOBRE O MATERIAL**

Esta cartilha foi construída com base em pesquisas em sites e artigos relacionados ao tema (todos consultados em novembro de 2020), tais como: <https://www.geledes.org.br/18-expressoes-racistas-que-voce-usa-sem-saber/>  
<https://revistagalileu.globo.com/Sociedade/noticia/2020/08/7-palavras-preconceituosas-ou-racistas-que-voce-deveria-parar-de-usar.html>  
<https://www.cartacapital.com.br/sociedade/dez-expressoes-racistas-que-voce-precisa-parar-de-falar-imediatamente/>

E inspirada no documento "O Racismo Sutil Por Trás das Palavras", elaborado pela Secretaria de Justiça e Cidadania do Distrito Federal (Sejus-DF).

Elaboração, construção e diagramação dos textos e material realizada por Bruna Machado e Luana Penteado. Colaboração dos integrantes dos Pilares Humanidade e Para Elas, do Programa de Diversidade do Sistema Fecomércio-RS/Sesc/Senac - Para Todos.

Imagens: Canva





# PARATODOS

Programa Sesc e Senac de diversidade



Fecomércio RS



Sesc



Senac

Novembro | 2020