

CARILHA DA MULHER

EQUIDADE DE GÊNERO

Equidade não é pauta de calendário.
É compromisso estrutural

1.

APRESENTAÇÃO

Promover equidade de gênero é uma responsabilidade ética, institucional e estratégica. Em um ambiente profissional cada vez mais complexo, a **pluralidade de perspectivas** fortalece decisões, amplia repertórios e contribui para soluções mais **inovadoras e sustentáveis**.

No AM, entendemos que **justiça e excelência caminham juntas**. Esta cartilha foi elaborada para **consolidar conceitos fundamentais, incentivar reflexão e reforçar nosso compromisso com uma cultura organizacional baseada em respeito, responsabilidade compartilhada e oportunidades reais de desenvolvimento**.



2.

SEXO E GÊNERO

COMPREENDENDO AS DIFERENÇAS

- **Sexo:** Refere-se às características biológicas que distinguem corpos femininos e masculinos, incluindo aspectos anatômicos e fisiológicos.
- **Gênero:** É uma construção social que estabelece expectativas, comportamentos e papéis culturalmente atribuídos ao masculino e ao feminino. Essas expectativas variam ao longo da história e entre diferentes contextos sociais.

Reconhecer essa distinção é essencial para compreender que muitas desigualdades não são naturais, mas socialmente construídas.

Nesta cartilha, o termo “mulheres” abrange todas as pessoas que se identificam com o gênero feminino, respeitando suas trajetórias e identidades.

3. IGUALDADE E EQUIDADE

DISTINÇÕES NECESSÁRIAS

Igualdade de gênero: Pressupõe que todas as pessoas devem ter os mesmos direitos, responsabilidades e oportunidades, independentemente do gênero.

Equidade de gênero: Reconhece que existem desigualdades históricas e estruturais que impactam oportunidades. Por isso, exige medidas intencionais que compensem essas distorções e garantam condições justas de desenvolvimento.

Tratar igualmente contextos desiguais pode perpetuar injustiças.

A equidade é o instrumento que permite que a igualdade seja efetiva.

4.

DISCRIMINAÇÃO DE GÊNERO

DISTINÇÕES NECESSÁRIAS

A **Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (CEDAW)** define discriminação como qualquer **distinção** ou **restrição** baseada no **sexo** que **prejudique ou anule o reconhecimento e o exercício de direitos**.

A discriminação pode se manifestar de forma **explícita**, por meio de **exclusões diretas**, ou de maneira **estrutural**, quando **práticas e padrões aparentemente neutros** produzem **efeitos desiguais**.



Reconhecer essas dinâmicas é o primeiro passo para enfrentá-las.

5.

ESTEREÓTIPOS E CONSTRUÇÃO SOCIAL

Desde a infância, meninos e meninas são incentivados de maneiras diferentes. **Cores, brinquedos, comportamentos e expectativas são associados ao gênero desde cedo.**

Essas mensagens moldam **autoconfiança, ambição e percepção de competência**. Quando **liderança** é associada ao **masculino** e **cuidado** ao **feminino**, cria-se uma estrutura que influencia **escolhas profissionais e ocupação de espaços de poder**.

Estereótipos repetidos ao longo da vida tornam-se **barreiras internalizadas**, afetando tanto a forma como as mulheres se veem quanto a forma como são percebidas.



6.

IMPACTOS NOS ESPAÇOS DE LIDERANÇA

A associação histórica entre liderança e masculinidade impacta processos de **promoção**, **avaliação** e **credibilidade profissional**.

Mulheres frequentemente enfrentam **padrões duplos de julgamento**: quando assertivas, podem ser vistas como duras em excesso e quando colaborativas, como pouco firmes.

Esses vieses, muitas vezes inconscientes, influenciam trajetórias profissionais e reforçam desigualdades estruturais.

“A pessoa mais qualificada para liderar não é a pessoa fisicamente mais forte. É a mais inteligente, a mais culta, a mais criativa, a mais inovadora. E não existem hormônios para esses atributos. Tanto um homem como uma mulher podem ser inteligentes, inovadores, criativos. Nós evoluímos, mas nossas ideias de gênero ainda deixam a desejar.”

Chimamanda Ngozi Adichie



7.

O QUE É FEMINISMO?

O feminismo é um movimento social e político que busca **igualdade de direitos e oportunidades entre mulheres e homens**. Historicamente, reivindicou acesso à **educação, participação política, autonomia civil e igualdade no mercado de trabalho**.

**NÃO SE TRATA DE SUPERIORIDADE FEMININA.
TRATA-SE DE JUSTIÇA SOCIAL.**



Mais do que um conjunto de reivindicações legais, o feminismo propõe revisão das estruturas que perpetuam desigualdades.

8.

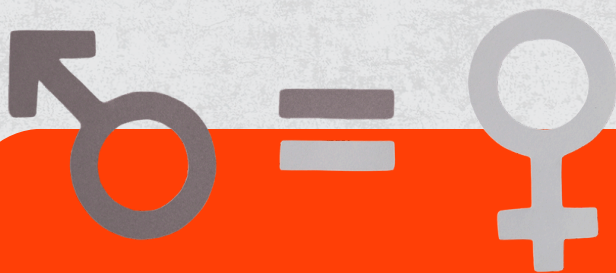
FEMINISMO E MACHISMO NÃO SÃO EQUIVALENTES

O **MACHISMO** sustenta a ideia de superioridade masculina e uma visão hierárquica das relações de gênero.

O **FEMINISMO**, por sua vez, busca eliminar essa hierarquia e promover igualdade.

São conceitos antagônicos. Enquanto um mantém a desigualdade, o outro busca erradicá-la.

Compreender essa diferença é essencial para qualificar o debate.



9.

COMPORTAMENTOS SUTIS, IMPACTOS REAIS: COMO PEQUENAS PRÁTICAS AFETAM A PROGRESSÃO FEMININA

Nem toda desigualdade se manifesta de forma explícita. No cotidiano profissional, determinadas condutas sutis podem comprometer a equidade, afetar o ambiente de trabalho e limitar o pleno desenvolvimento de talentos.

Entre as práticas mais recorrentes, destacam-se:

Maninterrupting – Interrupções frequentes da fala feminina, reduzindo visibilidade.

Mansplaining – Explicações condescendentes que partem da presunção de menor competência.

Bropropriating – Apropriação de ideias sem reconhecimento de autoria.


Essas dinâmicas impactam autoestima, reconhecimento profissional e progressão de carreira.

10.

LINGUAGEM E CULTURA

A linguagem reflete e reforça estruturas sociais. Expressões comuns podem carregar mensagens que limitam oportunidades e reforçam estereótipos.


Frases como:



"Tinha que ser mulher."



"Está de TPM?"



"Essa profissão não é para mulheres."



"Quem cuida da casa?"

Não são neutras.
Elas consolidam expectativas
de gênero e perpetuam desigualdades.
Revisar o vocabulário é parte da mudança cultural.

11.

REFERÊNCIAS QUE ABRIRAM CAMINHOS

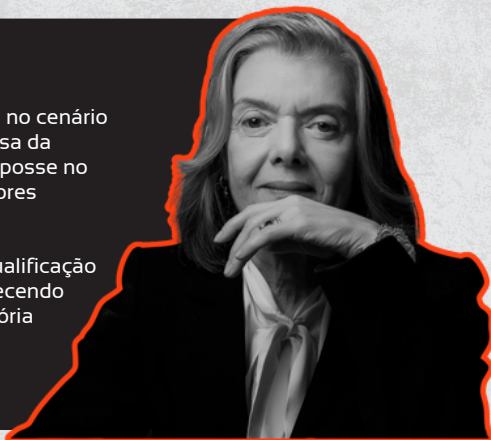
No Direito e na Justiça

Ao longo da história, mulheres desafiaram estruturas excludentes e ampliaram direitos, muitas vezes enfrentando resistência institucional e social. Suas trajetórias ajudam a compreender que equidade não é concessão, é conquista.

Cármem Lúcia

Reconhecida como uma das figuras de maior influência no cenário jurídico brasileiro, ela atua de forma consistente na defesa da democracia e dos princípios constitucionais. Desde sua posse no STF, em 2006, tem firmado decisões que reafirmam valores essenciais da Constituição de 1988.

Entre suas contribuições, destaca-se a vedação à desqualificação de vítimas em casos de violência contra a mulher, fortalecendo a dignidade humana e a igualdade de gênero. Sua trajetória também inclui a defesa da liberdade de expressão e da proteção ambiental, além de iniciativas educativas voltadas à promoção dos direitos das mulheres.



Esperança Garcia

Mulher negra escravizada no século XVIII, reconhecida oficialmente pela OAB-PI como a primeira advogada piauiense. Em 1770, escreveu uma petição ao governador da Capitania denunciando maus-tratos e violações de direitos.

Sua carta é um marco histórico de resistência e acesso à justiça. Mesmo em condição de extrema opressão, utilizou a escrita como instrumento jurídico e político.

Esperança simboliza coragem, consciência de direitos e enfrentamento estrutural do racismo e do patriarcado.

11.

REFERÊNCIAS QUE ABRIRAM CAMINHOS

No Direito e na Justiça

Ellen Gracie

Primeira mulher a presidir o Supremo Tribunal Federal, em 2006. Sua trajetória representou um marco na presença feminina nas mais altas instâncias do Judiciário brasileiro.

Sua atuação consolidou precedentes importantes em matéria constitucional e direitos humanos, além de abrir caminho para maior representatividade feminina na magistratura.

Sua presença no STF rompeu simbolicamente uma barreira histórica.



Ruth Bader Ginsburg

Segunda mulher a integrar a Suprema Corte dos Estados Unidos. Antes mesmo de se tornar juíza, atuou como advogada em casos estratégicos que desafiaram leis discriminatórias baseadas em gênero.

Sua estratégia jurídica consistia em demonstrar como a desigualdade prejudicava homens e mulheres, evidenciando a irracionalidade das normas excludentes.

11.

REFERÊNCIAS QUE ABRIRAM CAMINHOS

No Direito e na Justiça

Maria da Penha

Farmacêutica brasileira cuja história de violência doméstica levou à criação da Lei nº 11.340/2006 — a Lei Maria da Penha.

Seu caso foi reconhecido pela Comissão Interamericana de Direitos Humanos como exemplo de negligência estatal no enfrentamento à violência contra mulheres.

Sua trajetória transformou dor pessoal em marco legislativo de proteção e responsabilização.



Lidia Poët

Lidia Poët (1855–1949) foi a primeira advogada da Itália e uma pioneira na luta pelo acesso das mulheres às profissões jurídicas.

Ao desafiar as restrições que impediam a atuação feminina no final do século XIX, impulsionou debates sobre igualdade de direitos e participação das mulheres no sistema de justiça, tornando-se símbolo da ampliação do acesso feminino às carreiras jurídicas.

12.

VOZES QUE TRANSFORMARAM O PENSAMENTO

Literatura, Filosofia e Resistência

A construção da equidade também passa pela transformação cultural. Escritoras, filósofas e intelectuais desempenharam papel central ao questionar normas sociais e ampliar a compreensão sobre identidade, autonomia e justiça.

Mary Wollstonecraft (1759–1797)

Considerada uma das precursoras do feminismo moderno, defendeu a educação igualitária como base da emancipação feminina.

Em *Reivindicação dos Direitos da Mulher* (1792), argumentou que a subordinação feminina era resultado da falta de acesso à formação intelectual e não de incapacidade natural.

Seu pensamento inaugurou um debate estruturado sobre igualdade de gênero na modernidade.



Simone de Beauvoir (1908–1986)

Filósofa francesa e autora de *O Segundo Sexo* (1949), obra fundamental para o pensamento feminista contemporâneo.

Sua célebre frase — “não se nasce mulher, torna-se” — sintetiza a ideia de que gênero é construção social.

Beauvoir analisou como estruturas históricas e culturais moldaram a condição feminina, propondo uma ruptura com papéis pré-estabelecidos.

12.

VOZES QUE TRANSFORMARAM O PENSAMENTO

Literatura, Filosofia e Resistência

Toni Morrison (1931–2019)

Primeira mulher negra a receber o Prêmio Nobel de Literatura. Sua obra aborda as intersecções entre gênero, raça e opressão.

Em romances como *Amada*, explorou as marcas da escravidão e seus impactos sobre mulheres negras, ampliando o debate sobre justiça histórica e identidade.



Chimamanda Ngozi Adichie (1977–)

Escritora nigeriana contemporânea, autora de *Sejamos Todos Feministas*.

Sua abordagem didática e acessível ampliou o debate sobre igualdade de gênero em escala global, destacando como estereótipos limitam tanto mulheres quanto homens.

Sua frase “o feminismo é o contrário de solidão” reforça a dimensão coletiva da transformação.

Maya Angelou (1928–2014)

Poeta, escritora e ativista norte-americana. Em sua autobiografia *Eu Sei Por Que o Pássaro Canta na Gaiola*, abordou racismo, violência e superação.

Sua obra celebra a força feminina e a resiliência diante da opressão, tornando-se referência de dignidade e resistência.



13.

O PAPEL DO ALIADO

A transformação cultural não é responsabilidade exclusiva das mulheres.

Ela exige engajamento coletivo. Ser aliado significa assumir postura ativa na construção de ambientes mais equânimes.

- Escutar experiências e perspectivas diferentes;
- Intervir diante de comportamentos discriminatórios;
- Reconhecer autoria e contribuições femininas;
- Dividir responsabilidades de forma justa;
- Apoiar políticas institucionais de igualdade.

MUDANÇAS ESTRUTURAIS COMEÇAM EM ATITUDES COTIDIANAS.

14.

EQUIDADE COMO DIRETRIZ CULTURAL

Equidade de gênero não é ação pontual nem iniciativa isolada: é diretriz cultural.

Materializa-se em:

- Ambientes seguros e respeitosos
- Políticas claras de prevenção ao assédio
- Promoção da liderança feminina
- Avaliações baseadas em mérito
- Revisão contínua de vieses

Ambientes diversos são mais inovadores, mais preparados para lidar com complexidade e mais sustentáveis a longo prazo.

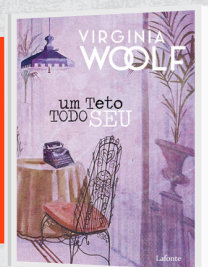
15. PARA LER, ASSISTIR E COMPARTILHAR

Mais do que uma seleção de livros e filmes, esta curadoria é um convite. Um convite para ampliar repertório, questionar certezas e enxergar gênero por novas lentes.

São histórias que provocam reflexão, revelam realidades muitas vezes invisibilizadas e nos desafiam a pensar sobre o papel de cada um na construção de ambientes mais respeitosos, diversos e conscientes.

UM TETO TODO SEU – VIRGINIA WOOLF

Neste ensaio, Virginia Woolf analisa como as limitações financeiras e sociais restringiram a produção intelectual feminina, antecipando o pensamento feminista e incentivando mulheres a assumirem protagonismo em suas próprias trajetórias.



QUANDO DEUS ERA MULHER – MERLIN STONE

Na obra, Merlin Stone resgata a história do culto à Grande Deusa e demonstra como a cultura matriarcal foi suprimida pelo patriarcado ao longo dos séculos, mas ainda resiste como força simbólica e histórica,

15.

PARA LER, ASSISTIR
E COMPARTILHAR

QUARTO DE DESPEJO – CAROLINA MARIA DE JESUS

Em Quarto de Despejo, Carolina Maria de Jesus transforma seu diário em um retrato cru e atual da pobreza, da fome e das desigualdades sociais, de gênero e raça no Brasil.

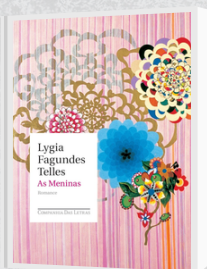
A CRIAÇÃO DO PATRIARCADO – GERDA LERNER

Gerda Lerner analisa a formação histórica do patriarcado ao longo de 2.600 anos, demonstrando que a dominação masculina é uma construção social e histórica — e, portanto, passível de transformação.



AS MENINAS – LYGIA FAGUNDES TELLES

Em As Meninas, Lygia Fagundes Telles retrata, durante a ditadura militar, o amadurecimento de três jovens universitárias cujas trajetórias se entrelaçam em meio a conflitos políticos, existenciais e comportamentais.



15.

PARA LER, ASSISTIR E COMPARTILHAR

PARA TODAS AS MULHERES QUE NÃO TÊM CORAGEM – DANI ARRRAIS

No livro, Daniela Arrais reflete sobre a síndrome da impostora e convida mulheres a exercitarem a coragem para assumir seu próprio protagonismo.



COMER, REZAR, AMAR – ELIZABETH GILBERT

Em Comer, Rezar, Amar, Elizabeth Gilbert narra sua jornada de um ano por Itália, Índia e Bali em busca de prazer, espiritualidade e equilíbrio, redescobrimo liberdade e sentido para a própria vida.

O SEGUNDO SEXO – SIMONE DE BEAUVOIR

Publicado em 1949, O Segundo Sexo tornou-se um marco do feminismo ao questionar as bases da opressão feminina e consolidar Simone de Beauvoir como uma das maiores pensadoras do século XX.



15.

PARA LER, ASSISTIR E COMPARTILHAR



DO NOSSO JEITO: MULHERES, LIDERANÇA E SUCESSO – MAUREEN CHIQUET

Em *Do Nosso Jeito*, Maureen Chiquet relata sua trajetória até a liderança da Chanel e inspira mulheres a integrarem sensibilidade, autenticidade e ambição na forma de viver e liderar.

A TRANÇA - LAETITIA COLOMBANI

O romance acompanha três mulheres de países distintos que, enfrentando preconceito, crise e doença, desafiam o destino e têm suas histórias conectadas por esperança e solidariedade.



ALL HER FAULT

All Her Fault acompanha o desaparecimento de um menino que desencadeia uma investigação repleta de segredos e reviravoltas, expondo fragilidades e mentiras familiares.



15.

PARA LER, ASSISTIR E COMPARTILHAR

HISTÓRIAS CRUZADAS

Histórias Cruzadas retrata, no sul dos EUA dos anos 1960, a luta de empregadas negras contra o racismo ao compartilharem suas histórias por meio do livro escrito por uma jovem aspirante a escritora.



FRIDA

O filme retrata a trajetória de Frida Kahlo, destacando sua vida pessoal intensa, suas relações amorosas e sua consolidação como um dos maiores nomes da arte mexicana.

GOOD GIRLS REVOLT

Good Girls Revolt acompanha mulheres que trabalham em um jornal nos anos 1960 e lutam por igualdade em um ambiente dominado por homens, retratando os desafios e avanços do movimento feminista.



15.

PARA LER, ASSISTIR E COMPARTILHAR



DOWNTON ABBEY

Downton Abbey retrata a vida da família aristocrata *Crawley* e de seus empregados no início do século XX, explorando as transformações sociais e as relações de classe na Inglaterra.

AS LEIS DE LÍDIA POËT

A série da Netflix acompanha Lidia Poët, a primeira advogada da Itália no século XIX, retratando sua luta para exercer a profissão em um ambiente dominado por homens enquanto investiga casos de assassinato.



UMA QUESTÃO DE QUÍMICA

A série acompanha Elizabeth Zott, uma cientista que, após ter sua carreira interrompida, torna-se apresentadora de um programa de culinária e usa a televisão para incentivar mulheres a desafiar as barreiras que limitam seus sonhos.



REFERÊNCIAS

ORDEM DOS ADVOGADOS DO BRASIL – SEÇÃO PIAUÍ. **O reconhecimento de Esperança Garcia como a primeira advogada do Brasil.** Disponível em: <https://www.oabpi.org.br/o-reconhecimento-de-esperanca-garcia-como-a-primeira-advogada-do-brasil/>. Acesso em: 11 dez. 2024.

UOL UNIVERSA. **12 comentários rotineiros que reforçam o machismo no dia a dia.** 14 mar. 2018. Disponível em: <https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2018/03/14/12-comentarios-rotineiros-que-reforcamos-o-machismo-no-dia-a-dia.htm>. Acesso em: 2 mar. 2026.

LADO M. **100 frases machistas que toda mulher escuta durante a vida.** Medium. Disponível em: <https://medium.com/lado-m/100-frases-machistas-que-toda-mulher-escuta-durante-a-vida-9cdb49ff8581>. Acesso em: 2 mar. 2026.

BOITEMPO EDITORIAL. **Quem foi Mary Wollstonecraft?** 7 mar. 2022. Disponível em: <https://blogdaboitempo.com.br/2022/03/07/quem-foi-mary-wollstonecraft/>. Acesso em: 11 dez. 2024.

REFERÊNCIAS

INSTITUTO LING. **Ella Fitzgerald: a grande dama do jazz.** Disponível em: <https://institutoling.org.br/explore/ella-fitzgerald-a-grande-dama-do-jazz>. Acesso em: 2 mar. 2026.

INSTITUTO LING. **Nina Simone: voz para a música e para a luta por direitos.** Disponível em: <https://institutoling.org.br/explore/nina-simone-voz-para-a-musica-e-para-a-luta-por-direitos>. Acesso em: 2 mar. 2026.

MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO PIAUÍ. **Como conversar com homens sobre violência contra meninas e mulheres.** 2023. Disponível em: https://www.mppi.mp.br/internet/wp-content/uploads/2023/11/Como-conversar-com-homens-sobre-violencia-contra-meninas-e-mulheres_compressed.pdf.

NÃO É SOBRE SER
"A FAVOR DAS MULHERES"
É SOBRE SER CONTRA
A DESIGUALDADE.

Equidade de gênero fortalece instituições,
amplia perspectivas e sustenta resultados.

No AM, esse compromisso é permanente.