



# DISCRIMINAÇÃO E RESPEITO

Textos Técnicos/Didáticos  
CEMIG Belo Horizonte



GOVERNO  
DE MINAS

AQUI O TREM  
PROSPERA.

# A Declaração Universal dos Direitos Humanos garante a igualdade entre todos os indivíduos.

## Artigo 1

Todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e direitos. São dotados de razão e consciência e devem agir em relação uns aos outros com espírito de fraternidade.

## Artigo 2

Todo ser humano tem capacidade para gozar os direitos e as liberdades estabelecidos nesta Declaração, sem distinção de qualquer espécie, seja de raça, cor, sexo, língua, religião, opinião política ou de outra natureza, origem nacional ou social, riqueza, nascimento, ou qualquer outra condição.



Para uma convivência pacífica, a vida em sociedade exige respeito às diferenças, sem preconceito e discriminação, assegurado também na Constituição Federal Brasileira.

**Preconceito** é um julgamento prévio negativo, ou seja, julgar uma pessoa sem ao menos conhecê-la, considerando por sua aparência, cor de pele, origem, orientação sexual, entre outras características.

**Discriminação** é a ação, a prática do preconceito. É o ato de separar ou diferenciar uma pessoa ou grupo, baseado em suas características, causando constrangimento e anulando seu reconhecimento e honra e sua igualdade de condições e de direitos humanos fundamentais.

A discriminação pode ser direta, quando há a intenção de discriminar, sendo possível comprovar o ato discriminatório contra si. Também pode ser indireta, quando praticada de forma sutil, dissimulada, dando a entender que não há intenção.

Além das consequências negativas da discriminação para a pessoa, a discriminação pode afetar sua família e todo o seu ambiente de trabalho, podendo causar sensação de impotência, estresse, ansiedade, baixa autoestima, agressividade, dificuldades de concentração, desmotivação, abandono das relações sociais, alterações do sono, depressão, entre outros.

## Conheça diferentes tipos de discriminação



Racismo: qualquer distinção, exclusão, restrição ou preferência baseada na cor, raça ou descendência que tenha como consequência anular ou comprometer a honra, o reconhecimento ou os direitos alheios. Está relacionado à crença de que algumas pessoas são superiores aos outros.

✓ Machismo e misoginia: opiniões e comportamentos que reforçam a desigualdade de condições e de direitos entre homens e mulheres. Está relacionado à crença que existe uma superioridade do sexo masculino sobre o sexo feminino.

Sexismo: atitude de definir valores, costumes e comportamentos exclusivos para cada gênero (feminino e masculino), desde o modo de se vestir até o comportamento social adequado.

✓ LGBTfobia: comportamento agressivo e/ou violento devido às diferentes orientações sexuais e/ou identidades de gênero dos grupos que englobam a sigla LGBTQIA+.

✓ Gordofobia: comportamentos, falas e opiniões que podem provocar desvalorização, constrangimento, marginalização ou hostilidade contra pessoas gordas.

✓ Etarismo: opiniões, falas e comportamento que separaram e marginalizaram as pessoas com base em características relacionadas à idade.

✓ Capacitismo: comportamentos, falas e opiniões relacionados à crença de que as pessoas com deficiência são inferiores ou não são capazes, com menos acesso aos direitos e às oportunidades.

## Já ouviu a expressão “Lugar de fala”?

“A ideia do lugar de fala tem como objetivo oferecer visibilidade a sujeitos cujos pensamentos foram desconsiderados durante muito tempo. Dessa forma, ao tratarmos de assuntos específicos em grupo, como racismo e machismo, pessoas negras e mulheres possuem, respectivamente, lugar de fala. Isto é, podem oferecer uma visão que pessoas brancas e homens podem não ter. Desse modo, o “microfone” é passado para as pessoas que realmente vivenciam aquela realidade. Isso não significa que quem não faz parte daquele grupo não pode expressar sua opinião, entretanto, o ideal é abrir espaço para aprender, entender e respeitar o que aquele grupo está tentando dizer”.

**Djamila Ribeiro,**  
filósofa, escritora, professora e ativista social



**O respeito é um valor humano essencial e básico para o convívio social e para todos os tipos de relação, impedindo que as pessoas tenham atitudes injustas, agressivas, autoritárias e violentas em relação a outra.**

**O sentimento de respeito deve ser colocado em prática através do olhar atento, da consideração, da tolerância e da empatia (se colocar no lugar do outro).**

**Respeitar não significa concordar!**

**É possível discordar respeitosamente, aceitando a diferença sem o desejo ou comportamento de impor a própria opinião ao outro.**

## Como agir diante da discriminação?

É importante romper o ciclo de silêncio e isolamento, causado pelo medo, vergonha ou constrangimento da vítima para combater a discriminação. Denuncie.

A denúncia pode ser feita pelo Disque 100- Disque Direitos Humanos, um serviço de utilidade pública do Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania destinado a receber denúncias de violações dos Direitos Humanos.

Utilize o Canal de Denúncia da Cemig (<https://www.contatoseguro.com.br/cemig>) ou o telefone 0800 800 9393 para denunciar a discriminação caso aconteça envolvendo a empresa e seus colaboradores.

Agir com ética, tolerância e respeito e criar soluções para o bem-estar e a prosperidade de clientes, acionistas, empregados, fornecedores e sociedade são valores que regem o trabalho da Cemig.

