

# 5 COISAS

## que você precisa saber sobre pessoas LGBTQIAPN+



**O** Mês do Orgulho LGBTQIAPN+, comemorado em junho, celebra a diversidade e reforça a luta histórica por direitos, visibilidade e respeito. Também serve como um momento de conscientização social contra a discriminação e a violência motivadas por preconceito. O *Informe INCA* traz informações para marcar a data, em continuidade à série de matérias com assuntos relacionados à Comissão de Equidade, Diversidade e Inclusão.

### 1. LGBTQIAPN+ representa a diversidade de identidades de gênero e orientações sexuais presentes na sociedade

Cada letra tem um significado: lésbicas (L), gays (G) e bissexuais (B) referem-se à orientação afetiva e sexual; transgêneros e travestis (T) dizem respeito à identidade de gênero; queer (Q) é um termo abrangente para quem não se encaixa nas normas de gênero e sexualidade; intersexo (I) relaciona-se a pessoas com variações biológicas que não se enquadram nas definições típicas de masculino ou feminino; assexuais, aromânticas e agênero (A) são aquelas que não sentem atração sexual, romântica ou não se identificam com nenhum gênero; pansexuais (P) sentem atração por pessoas independentemente do gênero; e pessoas não-binárias (N) não se identificam exclusivamente como homem ou mulher. O símbolo “+” inclui outras identidades e expressões que também fazem parte da comunidade, mas não estão nomeadas na sigla

### 2. Microagressões cotidianas afetam emocionalmente pessoas LGBTQIAPN+

As microagressões carregam preconceitos implícitos que, quando vivenciados com frequência, reforçam a exclusão, a invisibilização e o sentimento de insegurança. Com o tempo, esses episódios se acumulam e contribuem para o que é conhecido como estresse de minoria – o desgaste emocional constante de viver em um ambiente que invalida ou questiona identidades diversas. Um exemplo são frases aparentemente elogiosas que trazem preconceito embutido, como dizer “nem parece que você é gay, você é tão discreto”, o que sugere que expressões mais visíveis da identidade LGBTQIAPN+ seriam menos aceitáveis. Outro exemplo prejudicial é a recusa em usar o nome ou os pronomes corretos de uma pessoa trans ou não-binária. Essas experiências podem

afetar profundamente a autoestima, gerar ansiedade, depressão e levar ao isolamento social.

### 3. Espaços seguros no ambiente de trabalho para que pessoas LGBTQIAPN+ possam expressar sua identidade são importantes

Isso garante dignidade, respeito e igualdade de condições para todos os profissionais, independentemente de sua orientação sexual ou identidade de gênero. Quando o ambiente de trabalho não oferece segurança psicológica ou espaço para expressão autêntica, pessoas LGBTQIAPN+ muitas vezes se veem forçadas a ocultar partes de quem são, o que pode ocasionar estresse constante, ansiedade, queda de produtividade e impacto negativo na saúde mental. Em um espaço seguro, a pessoa não precisa se preocupar com julgamentos, piadas, exclusão ou represálias por ser quem é.

### 4. O direito ao nome social é fundamental para travestis e transgêneros

O nome social é um direito garantido pelo Decreto Federal nº 8.727/2016 e Provimento nº 73/2018 do Conselho Nacional de Justiça (CNJ), por meio do pedido de pessoas trans (transexuais, transgêneros, travestis e não binárias), para que possam ser reconhecidas pelo nome com o qual se identificam, independentemente daquele que consta em seus documentos desde a infância. Respeitar o nome – e os pronomes escolhidos por elas – é uma questão de dignidade.

### 5. Visibilidade e representatividade protegem pessoas LGBTQIAPN+

Quando pessoas LGBTQIAPN+ são visíveis em diferentes espaços sociais – como na mídia, na política, no trabalho, na educação ou na ciência – suas existências passam a ser reconhecidas como legítimas e valiosas. A visibilidade permite que mais pessoas compreendam que identidades LGBTQIAPN+ são naturais e parte da sociedade. Ela também encoraja jovens LGBTQIAPN+ que, muitas vezes, crescem sem referências positivas, a perceberem que há possibilidades de futuro, de segurança e de realização pessoal e profissional. Já a representatividade – isto é, ver pessoas LGBTQIAPN+ ocupando posições de destaque, liderando, criando, educando ou governando – constrói modelos possíveis e concretos de sucesso e respeito.

*Parte do conteúdo foi gerado com o auxílio de IA.*