

Especial Mês da Mulher

MULHERES, TRABALHO E VIOLÊNCIA

o que ainda precisa mudar

A desigualdade de gênero no Brasil não é percepção — é realidade comprovada. As mulheres trabalham mais, ganham menos e ainda vivem sob maior exposição à violência. Segundo o IBGE, as brasileiras dedicam, em média, quase o dobro de horas semanais aos afazeres domésticos e ao cuidado de pessoas do que os homens. Essa é a base concreta da chamada dupla jornada: depois do trabalho remunerado, começa o segundo turno, invisível, não pago e socialmente naturalizado.

Essa sobrecarga não é apenas uma questão privada. Ela limita o acesso das mulheres à qualificação, ao descanso, ao lazer e à ascensão profissional. Ajuda a explicar por que as mu-

lheres seguem recebendo salários menores mesmo quando possuem maior escolaridade que os homens e por que ainda são minoria nos cargos de chefia.

Mas a desigualdade não

para por aí. No ambiente de trabalho, muitas mulheres convivem diariamente com metas abusivas, pressão psicológica, constrangimento públicos, isolamento profissional e assédio. O assédio moral e sexual seguem subnotificados, não porque sejam raros, mas porque o medo de retaliação, a dependência econômica e a ausência de proteção efetiva silenciam as vítimas.

A violência contra a mulher também atravessa o mundo do trabalho. Dados do Fórum Brasileiro de Segurança Pública apontam que milhares de mulheres são vítimas

de agressão todos os anos no país, e grande parte delas sofre impacto direto na vida profissional: queda de rendimento, adoecimento, afastamentos e até perda do emprego. Muitas permanecem em relações violentas justamente por não terem autonomia financeira suficiente para romper o ciclo.

Não se trata de casos isola-

dos. Trata-se de uma estrutura social que ainda atribui às mulheres a responsabilidade quase exclusiva pelo cuidado, ao mesmo tempo em que as penalizam no mercado de trabalho e falha em protegê-las da violência. Quando uma mulher é assediada, humilhada ou sobrearregada, não é um problema individual, é uma questão coletiva e de classe.

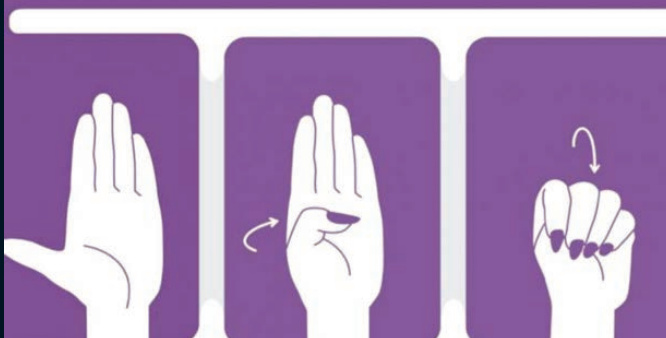
Por isso, combater a violência contra a mulher também é pauta da classe trabalhadora. Significa lutar por ambientes de trabalho mais seguros, canais de denúncia eficazes, estabilidade e proteção às vítimas,

igualdade salarial, respeito à maternidade, políticas de cuidado e condições dignas de trabalho.

“O Sindicato dos bancários de São José dos Campos e região reafirma seu papel de organizar, acolher, denunciar e pressionar por mudanças concretas”, afirma Camilo José Preto, presidente do Sindicato.



Esse é o **sinal de SOCORRO** usado por mulheres em situação de risco.



BASTA DE
VIOLÊNCIA
CONTRA
MULHER!



8 DE MARÇO NÃO É SOBRE FLORES. É SOBRE VOZ.

“A violência contra a mulher não começa no crime — começa no silenciamento.

Começa quando a palavra da mulher vale menos.

Quando sua dor é relativizada.

Quando denunciar significa sofrer retaliação.

Quando a vítima precisa se explicar mais do que o agressor.

Nós não queremos mais coragem individual para sobreviver. Queremos responsabilidade coletiva para mudar. Nenhuma trabalhadora deve escolher entre seu sustento e sua dignidade. Nenhuma mulher deve ser interrompida, desacreditada ou calada para que estruturas injustas continuem funcionando”.

A seguir, apresentamos perguntas que serão respondidas por bancárias, também diretoras do Sindicato - mulheres que estão na linha de frente da organização e da luta coletiva. Suas reflexões não representam apenas experiências individuais, mas o compromisso político da entidade com o enfrentamento à violência e à desigualdade de gênero no mundo do trabalho.

Na sua experiência, ser mulher muda a forma como o trabalho é cobrado ou avaliado? De que maneira?

Após 20 anos como bancária, posso afirmar com convicção que ser mulher influencia sim a forma como o trabalho é cobrado e avaliado. Sempre fui dinâmica, sempre me posicionei e sei me impor quando necessário. Minha trajetória foi construída com dedicação, responsabilidade e entrega de resultados.

No entanto, percebo que mulheres precisam provar sua competência de forma contínua. A cobrança sobre comportamento é maior. Quando demonstramos firmeza, somos vistas como difíceis. Quando adotamos uma postura mais conciliadora, questionam nossa capacidade de liderança. Desde que me tornei dirigente sindical, senti claramente uma estagnação na minha carreira. Mesmo mantendo desempenho e comprometimento, as oportunidades deixaram de surgir. Isso evidencia que mulheres que se posicionam, que ocupam espaços de representação e que defendem direitos ainda enfrentam barreiras silenciosas dentro das instituições. Não se trata de falta de competência, mas de estruturas que ainda reagem quando a mulher exerce liderança com autonomia e voz ativa. Essa é a fala de uma mulher que sabe o que construiu e sabe o que enfrentou. Não é uma resposta que confronte, somente minha maturidade com um tiquinho de lucidez.



Débora Ferreira Machado, diretora de comunicação do Sindicato em São José dos Campos e secretária da mulher da UGT-SP.

O que a chamada “dupla jornada” significa na prática para você? Como ela afeta sua saúde física ou emocional?

Na categoria bancária, a “dupla jornada” não é apenas rotina — é sobrecarga estrutural. Mulheres enfrentam metas abusivas, pressão constante e medo de demissão durante o expediente e, ao chegar em casa, continuam trabalhando com tarefas domésticas e cuidados familiares. Esse acúmulo gera adoecimento físico e emocional, ansiedade, exaustão e burnout. Não se trata de falta de organização individual, mas de desigualdade e modelo de gestão desumanizado. É urgente rever metas, implementar políticas efetivas de saúde mental e promover divisão justa das responsabilidades dentro e fora do ambiente de trabalho.

Você acredita que muitas violências ainda são naturalizadas no cotidiano? Quais comportamentos você acha que as pessoas ainda não reconhecem como violência?

Sim. Como dirigente sindical, vejo diariamente comportamentos que ainda não são reconhecidos como violência, mas são: Assédio moral disfarçado de cobrança por metas, humilhações públicas, ameaças veladas, isolamento das trabalhadoras, interrupção constante da fala das mulheres, desqualificação técnica e comentários machistas, desigualdade salarial e barreiras à ascensão, mesmo com a existência da Lei de Igualdade Salarial. Naturalizar a violência é permitir que ela continue. Nosso papel, enquanto sindicato, é dar nome às agressões, acolher as vítimas e enfrentar as estruturas que sustentam essas práticas.

Você já precisou abrir mão de algo importante (estudo, descanso, lazer, carreira) por causa das responsabilidades familiares ou domésticas?

Sim. Já precisei abrir mão de muitas coisas importantes, principalmente de descanso, lazer e até de oportunidades profissionais, por conta das responsabilidades familiares. Como mãe de uma filha com autismo, houve períodos em que ela precisou de muito su-



Camilla Mieko Matsumoto, bancária do Bradesco e diretora do Sindicato no litoral.

porte — acompanhamento, presença constante, atenção redobrada — e isso exigiu de mim prioridade absoluta.

Nem sempre consegui estar presente da forma que eu gostaria em todos os momentos, e isso também faz parte da realidade de quem precisa equilibrar maternidade, trabalho e tantas outras demandas. São escolhas difíceis, mas feitas com responsabilidade e amor.

No ambiente de trabalho, você já percebeu diferenças de tratamento entre homens e mulheres?

Analisando de forma mais ampla e histórica, é evidente que as mulheres ainda enfrentam desafios estruturais no ambiente de trabalho, como desigualdade salarial, menor representatividade em cargos de liderança e a sobrecarga relacionada à dupla jornada. A luta das mulheres por equidade não é apenas uma pauta individual, mas coletiva, que busca garantir respeito, oportunidades iguais e reconhecimento profissional. Falar sobre isso é fundamental para que possamos avançar na construção de ambientes mais justos, inclusivos e democráticos.

Na sua opinião, as mulheres se sentem seguras para denunciar situações de abuso ou assédio no trabalho? Por quê?

Infelizmente, as mulheres não se sentem seguras para denunciar abusos ou assédio no ambiente de trabalho, principalmente porque muitas vezes estes abusos são praticados por seus superiores. Daí a importância da ação dos sindicatos, assegurando um canal de denúncias e principalmente acolhimento.

Quais são, na sua visão, as maiores dificuldades que uma mulher enfrenta para sair de uma situação de violência?

As maiores dificuldades que a mulher enfrenta em relações abusivas não são individuais mas sim estruturais e políticas. E estão diretamente ligadas a desigualdades de gênero, dependência econômica, fragilidade das políticas públicas e à cultura que normaliza a violência contra a mulher.

A violência doméstica se sus-

temta em um sistema que concentra poder nos homens, limita a autonomia feminina e impõe às mulheres a responsabilidade pela manutenção da família, mesmo em contextos de abuso. A falta de políticas eficazes de emprego, moradia, renda, educação e proteção social impede que muitas mulheres tenham condições materiais reais para romper o ciclo da violência.

Além disso, a insuficiência da rede pública de atendimento, a burocratização das medidas protetivas, o despreparo institucional e a revitimização nos serviços de segurança e justiça desencorajam a denúncia e fortalecem a impunidade. Isso revela que a violência contra a mulher não é apenas um problema privado, mas uma questão de Estado e de democracia.

Você já vivenciou ou presenciou situações de desrespeito, constrangimento ou assédio no trabalho? Como isso foi tratado pela empresa ou colegas?

Sim. Como bancária da Caixa, já vivenciei e presenciei situações de desrespeito e assédio, muitas vezes disfarçadas de “cobrança por metas” ou “perfil de gestão”.

Constrangimentos públicos, pressão excessiva e desqualificação profissional ainda acontecem. Nem sempre a empresa trata com a seriedade necessária, e o medo de retaliação silencia colegas.

Mas quando há denúncia formal, pressão coletiva e atuação firme do sindicato, a apuração acontece e medidas são tomadas.

O seu local de trabalho possui mecanismos efetivos para prevenir e enfrentar o assédio e a violência contra a mulher? Na prática, você sente confiança nesses canais? Por quê?

O Bradesco possui canais formais como o Canal de Ética, além de políticas internas e treinamentos voltados à prevenção do assédio e da violência contra a mulher. No entanto, na prática, a confiança nesses mecanismos ainda é limitada, pois muitas colaboradoras podem sentir receio de denunciar, seja por medo de retaliação, exposição ou falta de transparência na condução dos casos. A existência dos canais é importante, mas sua efetividade depende de ações consistentes, acolhimento real e garantia de segurança para quem denuncia.



Fabiana Vieira Carlos, bancária do Santander e diretora do Sindicato em Jacaré.



Patrícia Bento Moraes, empregada da Caixa e dirigente do Sindicato em São José dos Campos.



Claudia Cavalheri Chiarello, secretária do Sindicato.



Itamará Aparecida de Moura, diretora do conselho fiscal do sindicato São José dos Campos.



Rosângela Maria Alvarenga Aguiar, bancária do Bradesco, dirigente do Sindicato em São José dos Campos.



Eliane Guedes de Freitas, empregada da Caixa, diretora do Sindicato no litoral.



Melissa Maura Iapichino Guibo, funcionária do Itaú e dirigente do Sindicato no litoral.

Nossa presença no trabalho não é favor. Nossa fala não é exagero. Nossa luta não é vitimismo.



Atuação, mobilização e cobranças do Sindicato garantem melhores condições de trabalho para bancários da região.

PLR é resultado de organização. Sindicato forte garante direitos

Os bancários estão recebendo a segunda parcela da Participação nos Lucros e Resultados (PLR), um direito que é fruto direto da mobilização e da luta dos trabalhadores, construído ao longo de anos de organização e negociação do movimento sindical bancário.

A categoria bancária é uma das poucas no país que tem a PLR garantida em Convenção Coletiva de Trabalho, o que assegura regras claras, pagamento anual e prote-

ção desse direito frente às investidas dos bancos.

A PLR representa o reconhecimento do esforço coletivo da categoria e só existe porque houve unidade, pressão e resistência durante as campanhas salariais.

O Sindicato dos Bancários de São José dos Campos e região reforça que nenhuma conquista é individual: todas são resultado da luta coletiva e da força da organização sindical.

A atuação permanente e organizada do Sindicato foi determinante para resolver problemas graves nas agências bancárias da base. Diante da ausência de medidas preventivas por parte dos bancos — que expunham trabalhadores a calor extremo, ambientes insalubres e estruturas inadequadas — a entidade interveio com ofícios, cobranças formais e paralisações das atividades, demonstrando que, sem pressão coletiva, as soluções não acontecem.

Nas agências 0721 Itaú Santana e 9696 Itaú Personnalité, a falta de ar-condicionado comprometia a saúde dos trabalhadores e o atendimento ao público. Após a ação sindical, o banco realizou os reparos e solucionou o problema. No Bradesco Digital (Ag. 3971), além do histórico de equipamentos defeituosos, a cobrança do Sindicato garantiu também a solução

do sistema de ar-condicionado, a higienização profissional do carpete — há anos negligenciada — e a instituição já providencia a adequação e reforma dos sanitários femininos ao contingente de funcionárias.

Os resultados deixam evidente: quando o Sindicato atua, a realidade



muda. Direitos e condições dignas de trabalho não são

concessões espontâneas dos bancos, mas conquistas construídas com organização, mobilização e fiscalização permanente. A entidade seguirá vigilante, dialogando quando necessário e pressionando sempre que a saúde e a dignidade dos trabalhadores forem colocadas em risco.

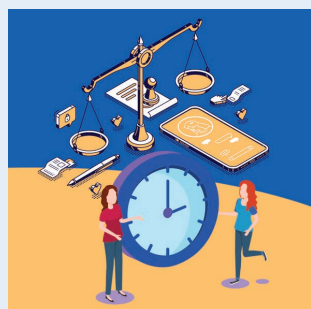
ATENÇÃO BANCÁRIAS

Caixa apresenta proposta de acordo em ação coletiva sobre intervalo intrajornada.

A Caixa apresentou proposta de acordo referente à Ação Coletiva do Intervalo Intrajornada de 15 minutos de horas extras das mulheres, que abrange o período de 2012 a 2017, exclusivamente na base sindical de São José dos Campos.

O acordo prevê que o pagamento ocorra em aproximadamente 60 dias após a adesão das empregadas.

Os diretores do Sindicato, Jair dos Santos e Carlos Alberto da Fonseca, estão visitando as agências para contatarem as trabalhadoras contempladas para a



assinatura do Termo de Adesão ao Acordo.

As empregadas que realizaram horas extras no período, na base sindical de São José dos Campos, mas que não constam na lista divulgada pela Caixa, devem

aguardar. Após a finalização das adesões das empregadas relacionadas, o escritório LBS Advogados cobrará da Caixa os motivos da não inclusão, visando assegurar que nenhum direito seja desconsiderado.

Qualquer dúvidas ou esclarecimentos entre em contato com o Sindicato pelo telefone: (012) 99106-2036 - Whatsapp

Conquista se defende, direito se amplia.

Fortaleça quem luta por você:

SINDICALIZE-SE!

COLUNA
VIVER É PLURAL

POR ITAMARA MOURA



Já é tradição: todos os anos, no Dia Internacional da Mulher, o SEEB oferece um mimo às bancárias de São José dos Campos e região. É uma forma de reconhecer a importância da mulher no setor financeiro e em todos os espaços da vida.

Sabemos que o 8 de março é, mais do que uma data comemorativa, um dia de luta. Luta por melhores condições de trabalho, equiparação salarial, mais representatividade na política e pelo fim de todas as formas de violência contra as mulheres. Ainda assim, um pequeno presente, carregado de carinho e atenção, também faz bem à alma.

Ao longo dos anos, acumulamos conquistas. Hoje podemos trabalhar fora de casa, estudar e exercer profissões que antes eram exclusivas dos homens. Mas a desigualdade ainda persiste. Pesquisas do IBGE e de outras instituições, como o DIEESE e a USP, mostram que as mulheres ganham menos que os homens, ocupam menos cargos de liderança e continuam assumindo a maior parte das responsabilidades com o cuidado da casa e da família. Ainda há muito a fazer para alcançarmos a igualdade plena.

Estamos avançando, e os sindicatos têm papel fundamental nessa caminhada. Nos acordos coletivos, incluem cláusulas de igualdade salarial entre homens e mulheres,

incentivos à ascensão profissional, proteção à maternidade, estímulo à paternidade responsável e repúdio a toda forma de violência contra a mulher. São medidas que ajudam a garantir nossos direitos, inclusive o direito de viver.

Mas precisamos reconhecer que essa luta vai além do ambiente de trabalho. A violência contra a mulher continua sendo uma realidade cruel no nosso país.

Hoje, no Brasil, quatro mulheres morrem por dia simplesmente por serem mulheres e desejarem se separar de um relacionamento abusivo, segundo o Mapa Nacional da Violência de Gênero, do Senado Federal. Delegacias especializadas e medidas protetivas ainda não têm sido suficientes para conter essa realidade.

É urgente abraçar essa causa e agir. Podemos começar em casa, educando nossos meninos e meninas. Podemos continuar no trabalho, nas igrejas, nos sindicatos e em todos os espaços de convivência, conversando sobre o tema e fortalecendo o respeito.

Quanto ao mimo deste ano, escolhemos uma sombrinha com um lembrete especial: seja gentil com você. O autocuidado é o primeiro passo para nos recolocarmos no mundo com força, dignidade e consciência do nosso valor.



Dia da Mulher

Homenagem às bancárias sindicalizadas.

Mantendo a tradição de todos os anos, a diretoria do Sindicato de São José dos Campos e região, estará presenteando as bancárias sindicalizadas em comemoração ao Dia Internacional da Mulher.

Neste ano, o brinde será um estojo com uma sombrinha para bolsa, pensado com carinho para o dia a dia das trabalhadoras.

Fique atenta! Caso não receba o seu presente, entre em contato com o Sindicato pelo WhatsApp (012) 99106-2036, para que possamos verificar e garantir essa homenagem especial.

ELEIÇÕES CASSI 2026

O Sindicato apoia as Chapas 2 e 55 CASSI para os Associados.



De 13 a 23 de março

VOTE NAS CHAPAS

2

DIRETORIA E CONSELHO DELIBERATIVO

55

CONSELHO FISCAL

A votação acontece de 13 a 23 de março e vai definir representantes para a Diretoria (Risco Populacional, Saúde e Rede de Atendimento) e para os Conselhos Deliberativo e Fiscal da Caixa de Assistência dos Funcionários do Banco do Brasil.

FUNCIONÁRIOS DA ATIVA VOTAM PELO SISBB

APOSENTADOS DEVEM CONSULTAR OS CANAIS OFICIAIS DA CASSI

DIRETORIA E CONSELHO DELIBERATIVO: VOTE CHAPA 2

CONSELHO FISCAL: VOTE CHAPA 55

Participar é fundamental para fortalecer a CASSI, garantir boa governança, transparência e a defesa dos direitos dos associados.

CHEQUE MATE UGT

Uma publicação do Sindicato dos Empregados em Estabelecimentos Bancários de São José dos Campos e Região

Base Territorial São José dos Campos, Campos do Jordão, Monteiro Lobato, Caraguatatuba, Guararema, Paraibuna, São Sebastião, Jacareí, Santa Isabel, Santa Branca, Jambeiro, Ilhabela e Igaratá **Sede** Av. Dr. Mário Galvão, 318 • Jd. Bela Vista • CEP 12.209-004 • São José dos Campos-SP • Tel: (12) 3943-0660 • e-mail: seebsjc@sjcbancarios.com.br **Sub-Sedes** Rua Barão de Jacareí, 108 • Centro • CEP 12.308-001 • Jacareí-SP • Tel.: (12) 3951-4388 • email: seebjacarei@sjcbancarios.com.br • Praça Cândido Mota, 193 • 2º Piso, Sala 42 • Centro • CEP 11.660-060 • Caraguatatuba-SP • Tel.: (12) 3882-1613 • e-mail: seebcaragua@sjcbancarios.com.br **Presidente** Camilo José Preto **Diretor Financeiro** Carlos de Souza **Secretária Geral** Claudia Cavalheri Quiarello **Redatora** Débora Ferreira Machado MTB 0082035/SP • Tiragem: 1.800 exemplares • Impressão: AllCor Gráfica • Diagramação: Adelman Rochinski