

# CRECISP Mulheres

Especial - Março/2026

A revista direcionada para o corretor de imóveis



**REVISTA  
INTERATIVA**

*Clique nos links  
para ser direcionado*



# Mulheres em Foco 2026



## CRECISP promove “Mulheres em Foco” e destaca protagonismo feminino, autocuidado e alta performance no mercado imobiliário

**N**o dia 20 de março, em celebração ao Dia Internacional das Mulheres, o CRECISP promoveu o evento “Mulheres em Foco”, reunindo profissionais ligadas direta e indiretamente ao setor imobiliário. A iniciativa destacou a atuação feminina no mercado, especialmente daquelas que conquistaram seu espaço por meio de uma performance eficiente e efetiva, contribuindo para o desenvolvimento social e econômico do país.

A abertura do evento foi realizada pelo presidente do Conselho, José

Augusto Viana Neto, que ressaltou a relevância da data e a mobilização nacional em torno do tema. “É com muita alegria e satisfação que damos início aos nossos trabalhos nesta data tão significativa. Durante todo o mês de março, temos testemunhado, diariamente, eventos comemorativos ao Dia da Mulher”, afirmou.

Augusto Viana também destacou a amplitude das ações realizadas em todo o país. “É muito bacana ver essa mobilização não só aqui no Estado de São Paulo, mas em todo o Brasil. Te-



no acompanhado e é impressionante. É com satisfação que vemos também a imprensa nacional dando grande importância a esse momento”, completou. Após a abertura, a coordenado-

ra de Combate à Violência contra a Mulher do CRECISP, Maria Regina de Castro Busnello, conduziu o evento Mulheres em Foco, apresentando as palestrantes responsáveis pelos painéis.



Para Regina, a iniciativa representa um espaço essencial de fortalecimento feminino, promovendo não apenas o desenvolvimento profissional, mas também a valorização da mulher na sociedade. Segundo ela, o evento amplia vozes, incentiva a troca de experiências e reforça a importância da união e do protagonismo feminino no mercado de trabalho.

No Painel 1, a delegada regional de Praia Grande do CRECISP e diretora da Macrorregional Sudeste de Integração Feminina do Sistema Cofeci-CRECI, Luciana Esnarriaga Viana, abordou o tema “Checklist do Bem-Estar: respeitando os limites”.

Na sequência, no Painel 2, a biomédica, psicóloga e engenheira de produção, Juliana Stefany Zanini, destacou a importância da imagem e da credibilidade, enfatizando o poder da aparência no sucesso das vendas.

O Painel 3 foi conduzido pela psicanalista sistêmica, especialista em Psicologia Positiva e Programação Neurolinguística (PNL), Denise Mesquita, que trouxe a reflexão “Mulheres no centro: o direito de não dar conta de tudo”, provocando o público com a pergunta: “Você está cuidando de tudo e de todos, mas quem está cuidando de você?”



## Autocuidado e limites ganham destaque no Painel do Mulheres em Foco

O primeiro painel do evento Mulheres em Foco foi um dos grandes destaques da programação ao abordar o tema “Checklist do Bem-Estar: respeitando os limites”, conduzido pela delegada regional de Praia Grande do CRECISP e diretora da Macrorregional Sudeste de Integração Feminina do Sistema Cofeci-CRECI, Luciana Esnariaga Viana. Durante sua apresentação, Luciana promoveu uma reflexão direta a respeito da sobrecarga enfrentada pelas mulheres, especialmente na conciliação entre vida profissional, familiar e pessoal. Uti-

lizando uma analogia marcante, comparou a mulher a um “polvo”, que precisa dar conta de múltiplas tarefas simultaneamente.

“É trabalho, casa, clientes, família... é muita coisa envolvida. E quando sobra um braço para você?”, questionou, levando o público a refletir sobre a ausência de tempo dedicado ao autocuidado.

A palestrante também destacou a pressão social que impõe às mulheres a obrigação de desempenhar todos esses papéis com excelência, sem demonstrar fragilidade. “Existe uma expectativa de que a mulher dê conta de tudo, sempre sorrindo e equi-



librada. Mas isso não é real. Não romantize a 'Mulher-Maravilha'. Até uma heroína precisa descansar", afirmou.

Outro ponto central da fala foi a importância de estabelecer limites como ferramenta essencial para preservar a saúde mental e fortalecer relações pessoais e profissionais. Segundo Luciana, a dificuldade em dizer "não" ainda é comum, mas precisa ser trabalhada.

"Autocuidado também é saber dizer não. Quando você impõe limites, as pessoas entendem até onde podem ir, e isso gera respeito", destacou.

Ela alertou ainda que a ausência de limites pode levar ao esgotamento físico e emocional. "Se você não se prioriza, pode adoecer. É

necessário tirar a 'armadura', descansar, delegar tarefas e pedir ajuda. Isso não é fraqueza, é inteligência emocional", reforçou.

Em um momento mais pessoal, Luciana também refletiu sobre a cobrança em torno da ideia de força feminina. "Ser forte é reconhecer que não conseguimos ser fortes o tempo todo. É impossível sustentar isso sempre. Às vezes, você simplesmente não tem condições físicas ou emocionais, e está tudo bem", declarou.

O painel trouxe, assim, uma mensagem clara e necessária: o equilíbrio entre responsabilidades e bem-estar passa pelo respeito aos próprios limites, pelo autocuidado e pela coragem de enfrentar desafios internos.





## Palestra aborda alta performance feminina e alerta para riscos da sobrecarga no mercado imobiliário

**N**a sequência, o evento contou com o Painel 2, conduzido pela biomédica, psicóloga e engenheira de produção, Juliana Stefany Zanini, que abordou a influência da imagem e da credibilidade no sucesso das vendas, destacando o impacto da aparência na construção da confiança profissional.

Durante o evento Mulheres em Foco, a especialista trouxe uma reflexão direta sobre os desafios enfrentados por corretoras de imóveis na busca por excelência profissional.

Logo na abertura, a palestrante

destacou a visão comum associada ao tema. “Quando a gente pensa em uma mulher de alta performance, a gente pensa naquela mulher que dá conta de tudo”, afirmou. No entanto, ela chamou atenção para o impacto dessa expectativa: “O problema começa quando a mulher tenta ser forte o tempo todo e esquece de cuidar dela mesma”.

Ao abordar o mercado imobiliário, Juliana apresentou o chamado “paradoxo da força contínua”, explicando a diferença entre a imagem projetada e a realidade vivida pelas profissionais. “Toda vez que alguém bate o olho na gente,



já cria uma expectativa com base na nossa aparência, no nosso cuidado pessoal e na nossa disciplina”, disse, ressaltando a importância da imagem e da postura na construção da credibilidade.

Por outro lado, ela alertou para o desgaste interno que muitas vezes não é visível. “O que ninguém vê é a nossa energia interna real, aquilo que nós realmente somos”, pontuou, ao mencionar a sobrecarga gerada pela rotina, família e exigências profissionais.

A palestrante também destacou que não basta apenas possuir conhecimento técnico, sendo necessário saber comunicá-lo. “Não basta só você ter o conhecimento, você precisa transmitir e deixar claro que tem essa capacidade intelectual”, afirmou.

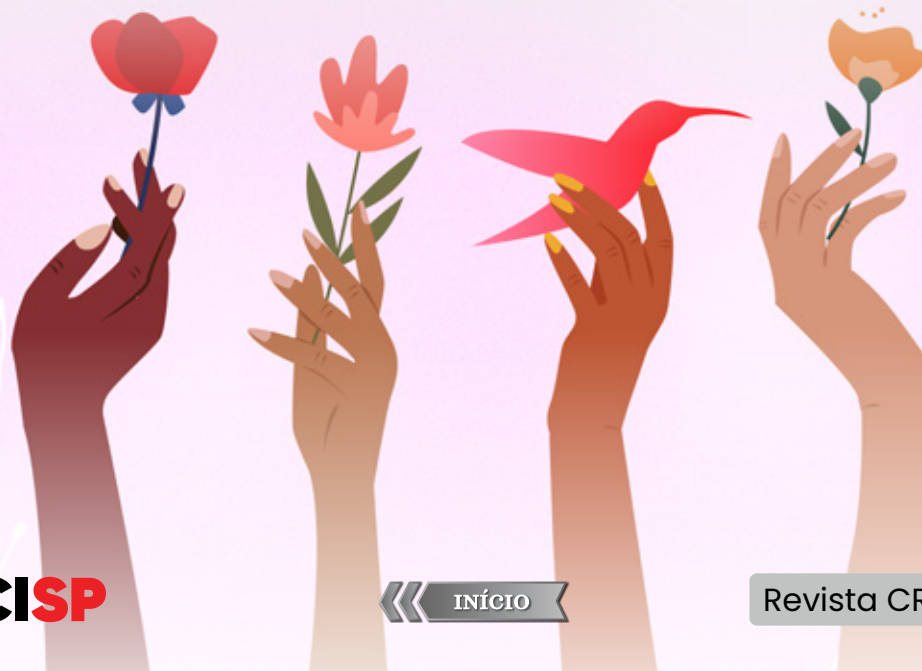
Outro ponto enfatizado foi a necessidade de planejamento no dia a dia da profissão. Segundo ela, a cultura de agir sem estratégia aumenta o desgaste e reduz a eficiência. “Esse ato de sair correndo para fazer tudo sem planejar faz a gente

se desgastar muito mais”, explicou. A falta de organização, de acordo com a especialista, gera retrabalho e perda de produtividade. “A gente não planeja, já sai atuando e tentando resolver tudo da melhor forma possível, e isso aumenta o desgaste”, completou.

Durante a palestra, também foi abordado o risco do adoecimento gradual. “São pequenos sinais que o nosso corpo emite e a gente ignora”, alertou, destacando que o excesso de cobrança e a busca pela perfeição podem comprometer a saúde física e mental.

No campo profissional, ela ainda reforçou a importância da colaboração entre colegas. “A gente precisa enxergar umas às outras como pessoas que potencializam o nosso crescimento, e não como concorrentes”, afirmou.

Encerrando, a especialista reforçou que o verdadeiro desempenho está ligado ao autoconhecimento e ao cuidado pessoal. “Cuidar de si não é vaidade, é estratégia para continuar forte”, concluiu.





## Equilíbrio Sistêmico Feminino: Como Alinhar Vida, Carreira e Bem-Estar

O terceiro painel trouxe reflexões sobre equilíbrio emocional, planejamento e autocuidado na rotina feminina, especialmente no mercado imobiliário. A condução foi da psicanalista sistêmica e especialista em Psicologia Positiva e Programação Neurolinguística (PNL), Denise Mesquita, que apresentou o tema “Ser mulher: uma visão sistêmica para tornar a vida mais leve”.

Em sua fala, Denise abordou a sobrecarga enfrentada pelas mulheres que buscam alta performance conciliando múltiplos papéis. “Nós damos conta

do trabalho, da casa, da família e ainda buscamos manter uma imagem de equilíbrio. Mas como sustentar tudo isso quando, muitas vezes, estamos exaustas por dentro?”, questionou.

A palestrante destacou que esse cenário é intensificado pelo chamado mundo VUCA – volátil, incerto, ambíguo e complexo –, exigindo das mulheres uma capacidade constante de adaptação. “Você cuida de todo mundo, mas quem está cuidando de você?”, provocou, ao defender a importância da visão sistêmica para ampliar a consciência sobre si mesma.

Denise também chamou atenção



para conflitos internos frequentes, como a alta autorresponsabilidade e a síndrome da impostora. “A cobrança é intensa e, muitas vezes, vem acompanhada da sensação de não ser suficiente, o que gera frustração e desgaste emocional”, explicou.

Ao longo da palestra, ela utilizou a metáfora do bambu para ilustrar a resiliência necessária diante dos desafios. “O bambu cria raízes profundas e, quando vem a ventania, ele se curva, mas depois retorna com firmeza. Não precisamos ser rígidas o tempo todo, podemos ser flexíveis e, ainda as-

sim, fortes”, afirmou.

Outro ponto de destaque foi a dificuldade de impor limites. “Quando dizemos ‘sim’ para todos, estamos dizendo ‘não’ para nós mesmas”, ressaltou, incentivando as participantes a refletirem sobre suas escolhas e prioridades.

Encerrando sua participação, Denise reforçou a importância do autocuidado e da consciência emocional diante das demandas do cotidiano. “Não se trata de falta de força, porque todas nós temos. O desafio é entender até onde podemos ir sem assumir o peso que não é nosso”, concluiu.





**A**o final do evento, foi realizada uma mesa-redonda com a participação de todas as palestrantes, reforçando o propósito do encontro voltado às causas femininas. O momento proporcionou interação com o público, permitindo que os presentes esclarecessem dúvidas e compartilhassem experiências pessoais, em um ambiente de acolhimento, troca e fortaleci-

mento do protagonismo feminino no mercado imobiliário.

Também participaram do encontro as conselheiras Ana Maria Faleiros Diniz, Angelita Esnarriaga Viana, Isaura Aparecida dos Santos e Magali Aparecida dos Santos, a delegada regional de Sorocaba, Cristiane Jordão de Araújo, além das principais representantes do setor imobiliário e membros de grupos de trabalho do CRECISP.



Quer ter acesso a informação de qualidade, conteúdo exclusivo e as últimas novidades do mercado imobiliário de um jeito dinâmico e na palma da sua mão?

## Siga o CRECISP nas redes sociais.

 @crecisp  @crecispoficial

 @portalcrecisp  @crecisp

 crecisp\_oficial  @crecisp

