

Não se cale! Denuncie!



CARTILHA DE PROTEÇÃO À MULHER —
AÇÕES PARA O ENFRENTAMENTO
DA VIOLÊNCIA



SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	3
VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER	4
TIPOS DE VIOLÊNCIA	4
INDICATIVOS DE RISCO DE VIOLÊNCIA	6
PROVIDÊNCIAS EM CASO DE VIOLÊNCIA	6
DICAS DE PREVENÇÃO	8
UNIDADES DE ATENDIMENTO À MULHER.....	10

CARTILHA DE PROTEÇÃO À MULHER — AÇÕES PARA O ENFRENTAMENTO DA VIOLÊNCIA

A presente publicação, elaborada pela Secretaria de Segurança do Superior Tribunal de Justiça, contém informações úteis que podem contribuir para o enfrentamento da violência contra a mulher, praticada em diversos ambientes e em situações diversas.

Por constituir a dignidade da pessoa humana a base dos direitos fundamentais e o valor supremo da ordem jurídica, agressões e humilhações exprimem violações aos direitos fundamentais e devem sempre ser denunciadas, por pequenas ou insignificantes que pareçam. A violência contra a mulher, notadamente no âmbito doméstico ou familiar, quase sempre é periódica e só terminará quando todos estiverem decididos a firmar o compromisso de não praticar atos violentos e a não aceitar que outros os pratiquem.

Muitas mulheres que procuram os serviços de saúde com reclamações de enxaquecas, gastrites, dores generalizadas e outros problemas vivem situações de violência dentro de suas próprias casas, e têm reduzidos anos de saúde quando vítimas de estupro e agressões domésticas.

As consequências da violência para a saúde podem ser imediatas, ou aparecem a médio e longo prazos: hematomas e feridas; contaminação por DST e aids; gravidez indesejada; estresse; insônia; distúrbios alimentares; uso ou abuso de álcool ou outras drogas; problemas motores ou de locomoção, e até tentativas de suicídio.

Conscientizar as mulheres acerca de seus direitos e dos meios de obtê-los é o primeiro passo na busca de uma solução para a violência sofrida, **razão pela qual apresentamos as principais formas de violência contra a mulher e os direitos assegurados pela Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006), formas de proteção e telefones de delegacias e instituições de apoio.**

VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

Há duas formas de violência: a **violência contra a mulher**, e a **violência doméstica e familiar contra a mulher**, cujas diferenças apresentamos a seguir:

VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER: De acordo com a Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher, introduzida em nosso ordenamento pelo Decreto n. 1.973, de 1º de agosto de 1996, tal violência deve ser entendida como **toda aquela que provoque dano físico, moral, sexual e/ou psicológico**.

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER: como dispõe o art. 5º da Lei n. 11.340/2006 (Lei Maria da Penha), tal violência compreende qualquer ação ou omissão baseada no fato de a vítima ser mulher e que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial, e quando ocorrida no espaço doméstico, nas relações familiares ou nas relações íntimas de afeto.

TIPOS DE VIOLÊNCIA

Violência física: Consiste em ações que causem dano à integridade física da mulher, tais como: bater, arremessar objetos, chutar, espancar, sacudir ou empurrar.

Violência psicológica: Pode ser emocional ou verbal e consiste em atitudes e ações que provoquem mal-estar e sofrimento psicológico, tais como: intimidar; insultar; ameaçar; fazer com que a pessoa se sinta mal consigo, perca ou diminua sua autoestima; provocar confusão mental; chantagear; controlar; isolar de amigos e parentes; perturbar, ou provocar insegurança, medo ou pânico.

Violência sexual: Consiste em ações em que a mulher é forçada à prática sexual ou a outros atos libidinosos, mediante ameaças, agressões físicas, fraude, qualquer meio que comprometa o seu consentimento livre e consciente, ou qualquer outra forma que lhe impeça de oferecer resistência.

Inserem-se aqui: estupro, violação sexual mediante fraude, assédio sexual e estupro de vulnerável (menor de 14 anos e pessoa com enfermidade ou deficiência mental que comprometa o discernimento ou qualquer causa que lhe impeça resistir).

Importunação sexual: Ocorre quando alguém esbarra, se esfrega ou se encosta ofensivamente, pratica qualquer movimento corpóreo obsceno, passa a mão ou apalpa as partes íntimas, faz piadas ou gracejos ofensivos contra a mulher.

Violência moral: Consiste naquelas ações em que a mulher é desacreditada e atingida em sua moral, de modo a deixá-la em situação de abatimento no conceito que tem sobre si mesma ou que terceiros tenham em relação a ela, tais como: chamar-lhe de adúltera ou atribuir a ela crimes que não praticou.

Violência patrimonial: Consiste em práticas não legais ou não éticas que causem à mulher prejuízos em seus direitos patrimoniais.

Violência cibernética: Consiste em práticas como: ofensas morais; ameaças; extorsões; fraudes; divulgação ilegal de imagens, por meio de conversas, mensagens, perfis ou *links* fraudulentos em redes sociais, além dos chamados *sexting* (*sex+text*), que se referem à prática de mandar imagens/vídeos íntimos (*nudes*, por exemplo), por meio de dispositivos eletrônicos.



INDICATIVOS DE RISCO DE VIOLÊNCIA

A partir do momento em que a mulher sente medo de permanecer sozinha com alguém de suas relações íntimas, domésticas ou familiares, há demonstração de que pode estar sofrendo algum tipo de violência.

Via de regra, a violência entre as pessoas segue um padrão de agressão. A violência não acontece por acaso, mas de forma repetitiva, iniciando-se com uma tensão, um pequeno ato de violência seguido de uma fase amorosa, num processo cíclico das seguintes fases:

Fase I: Acumulação de tensão – o autor da violência apresenta comportamento ameaçador e violento, humilha e xinga a mulher, destrói objetos da casa, etc. Pode ocorrer espancamento leve.

Fase II: Explosão – o autor da violência comete agressões físicas e verbais, e apresenta condutas que demonstram descontrole. Espancamentos nesta fase são considerados graves.

Fase III: Lua de mel – o autor da violência diz estar arrependido, pede uma nova chance, tomando-se carinhoso e atencioso, e promete mudar de comportamento e que aquilo nunca mais acontecerá.

PROVIDÊNCIAS EM CASO DE VIOLÊNCIA

Para denunciar a violência, **a mulher pode procurar as delegacias ou o Ministério Público de sua cidade para o registro da ocorrência e a obtenção de algumas medidas protetivas**, como:

a) Medidas protetivas relativas ao agressor, que determinam o afastamento dele do lar, proibindo o contato ou a aproximação dele com a ofendida, além da prestação de alimentos aos filhos menores;



b) Medidas protetivas aplicadas à ofendida, com o seu encaminhamento a programas de proteção ou a atendimento, e pedido de separação de corpos;

c) Medidas de proteção do patrimônio da ofendida, com a restituição de bens indevidamente retirados pelo agressor e a suspensão de procurações conferidas pela ofendida ao agressor.

MUITAS MULHERES EM SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA PERMANECEM EM SUAS RELAÇÕES VIOLENTAS. POR QUÊ?

Existem muitos fatores que podem contribuir para que a mulher tolere a situação da violência doméstica ou familiar e não denuncie as agressões sofridas. Entre elas:

a) Risco de rompimento da relação (medo de que o agressor cumpra as ameaças de morte ou suicídio, caso a mulher se separe dele);

b) Vergonha e medo de procurar ajuda (muitos parceiros tornam-se ainda mais violentos se a mulher procura ajuda);

c) Sensação de fracasso e culpa na escolha do companheiro;

d) Receio de sofrer discriminação e preconceito;

e) Esperança de que o comportamento do companheiro mude;

f) Desconhecimento dos meios de apoio e suporte dos serviços públicos;

g) Dependência econômica em relação ao companheiro;

h) Preocupação com a situação dos filhos, caso se separe do companheiro.

DICAS DE PREVENÇÃO

A prevenção é a melhor forma de evitar situações desagradáveis. Por isso, apresentamos algumas dicas úteis:

1º Momento – Antes de ocorrer a violência

- Contar o que está acontecendo para pessoas de sua confiança;
- Incluir, na lista de contatos, telefones dos serviços de proteção à mulher vítima da violência;
- Evitar ficar sozinha com o agressor;
- Ensinar as crianças a se afastarem quando houver violência, bem como a pedirem ajuda;
- Estabelecer locais próximos à sua residência nos quais seja possível ficar em segurança até conseguir ajuda;
- Ter sempre roupas e objetos de primeira necessidade seus e das crianças guardados em local seguro e acessível para eventuais emergências;
- Se possuir carro, manter as chaves ou cópias delas sempre em local seguro e acessível, conservando o veículo sempre abastecido e em posição de fácil saída;
- Guardar cópia de documentos importantes em local seguro;
- Caso já exista medida protetiva, manter o documento em local de fácil acesso.



2º Momento – Durante a situação de violência

- Evitar locais como cozinha e banheiro, ou locais em que haja objetos cortantes e/ou perigosos que possam ser usados pelo agressor;
- Não correr para local no qual as crianças estejam, pois elas poderão também sofrer agressões;
- Evitar fugir sem as crianças, pois elas poderão ser utilizadas como objeto de chantagem;
- Caso a violência não possa ser evitada, definir uma meta de ação: correr para um canto e agachar-se com o rosto protegido e os braços em volta de cada lado da cabeça, com os dedos entrelaçados.

3º Momento – Após ocorrer a violência

- Procurar ajuda junto à Polícia Militar, Delegacia da Mulher ou a qualquer pessoa e/ou instituição de apoio;
- Buscar locais seguros próximos à sua casa (comércio, escola, farmácia etc.);
- Em caso de ferimento, procurar um hospital ou um posto de atendimento e informar o que aconteceu;
- Tentar registrar por escrito os episódios de violência física, psicológica ou sexual que sofreu, com local, data e horário;
- Nunca deixar de comparecer ao IML para ser submetida a exame de corpo de delito, quando encaminhada pela delegacia, pois o laudo é uma prova importantíssima;
- Caso já tenha registrado ocorrência e o agressor continue violento ou esteja descumprindo medida protetiva, procurar novamente a mesma delegacia em que foi feito o primeiro registro, pois este pode ser um caso até mesmo para o pedido de prisão preventiva do ofensor.

UNIDADES DE ATENDIMENTO À MULHER

Polícia Militar do DF	190
Polícia Civil do DF	197 opção 0 (denúncia)
Delegacia Especial de Atendimento à Mulher (EQS 204/205 – Asa Sul)	(61) 3207-6195
Delegacia Especial de Atendimento à Mulher (QNM 02, Conjunto G – Ceilândia Sul)	(61) 3207-7391
Instituto Médico Legal – IML	(61) 3207-4815
Casa da Mulher Brasileira	(61) 3226-5024
Central de Atendimento à Mulher	180
Secretaria de Segurança do STJ	(61) 3319-8989
Secretaria de Serviços Integrados de Saúde do STJ	(61) 3319-9475

NÃO SE CALE! DENUNCIE!



SIGA NOSSAS REDES

stj.jus.br