

“A violência contra a mulher merece total repúdio e punição. Em uma sociedade evoluída e de iguais oportunidades, que é aquela que todos nós buscamos construir, não há espaço para atitudes desse tipo. Além disso, é fundamental que as mulheres conheçam seus direitos e identifiquem a exposição a qualquer forma de violência. Se ela existir, busquem ajuda, pois a omissão leva à impunidade que, por sua vez, gera mais violência”.

Rogério Santos

Prefeito de Santos



VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER É CRIME

VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

A violência contra as Mulheres constitui manifestação de relações de poder historicamente desiguais entre homens e mulheres, que conduziram ao domínio e à discriminação das mulheres por parte de toda a Sociedade e impediram seu progresso pleno. A violência contra as mulheres constitui um dos mecanismos sociais fundamentais por meio dos quais as mulheres são forçadas a assumir uma posição de subordinação em relação aos homens. A violência contra a mulher, em todas as suas formas, viola os direitos humanos, podendo desencadear sérias implicações para a sua saúde. Podemos dizer que o MEDO é o maior aliado da violência; medo do fracasso, medo da solidão, medo da perda, medo da negação social, medo da fragilidade. Este último, construído socialmente e perpetuado de geração em geração.

MOTIVOS DA VIOLÊNCIA

A violência contra a Mulher ocorre principalmente no espaço doméstico, podendo ser cometida pelo pai, marido, companheiro, namorado, ex-marido ou mesmo por outras pessoas com quem a mulher mantém relações afetivas ou íntimas, como filhos, sogros, primos e pessoas do mesmo sexo.

Essa forma de violência afeta a saúde física e mental da mulher, traz dificuldades em seu desempenho profissional, aprendizagem, podendo levá-la ao uso de drogas e a outros comportamentos de risco, como a prostituição.

As drogas ilegais, o álcool e o ciúme são apontados como fatores que desencadeiam a violência contra a mulher.

A violência sexual destaca-se como uma das principais formas de agressão. Afeta mulheres de todas as idades, raças e classe social e tem graves repercussões.

As mulheres estupradas, ou as meninas submetidas a abuso sexual, em

geral também são espancadas e sofrem ameaças.

A violência física, no mínimo, é acompanhada de violência psicológica.

A violência contra a mulher é considerada um dos mais sérios problemas que atingem a humanidade e está entre as principais causas de morte de mulheres entre quinze e quarenta e quatro anos de idade.

A violência pode ir da mais sutil coação até a mais cruel tortura. Pode ocorrer de maneira dissimulada, das formas mais leves, baseando-se na dominação de um gênero sobre o outro.

Vários comportamentos, considerados “naturais”, podem ser classificados como “violência contra a mulher”:

- Impedir a mulher de trabalhar fora de casa;
- Negar-lhe a possibilidade de sair sozinha ou ter amigas;
- Impedi-la de escolher o tipo de roupa que deseja usar;
- Impedir sua participação em atividades sociais;
- Agressões domésticas de pequena monta ou desqualificação e humilhação em casa ou em público.



É POSSÍVEL ESTAR EM UM RELACIONAMENTO ABUSIVO E NÃO PERCEBER?

Veja comportamentos que podem revelar sinais de violência,

FIQUE ATENTA:

- **Comportamento Controlador:** sob o pretexto de cuidar ou proteger a mulher, o homem passa a monitorar com quem se relaciona, seus passos e a controlar suas decisões, seus atos, suas amizades e suas relações.
- **Rápido envolvimento amoroso:** em pouco tempo a relação se torna tão intensa que a mulher se sente culpada por tentar diminuir o ritmo ou romper o relacionamento. Nestas ocasiões é muito comum que o homem diga: “você é a única pessoa que me entende, nunca amei alguém assim” e “ficarei destruído se você me abandonar”.
- **Expectativas irreais:** o autor da violência, em geral, cria muitas expectativas em relação à mulher com quem se relaciona e exige, por exemplo, que ela seja perfeita como mãe, esposa e amiga. Frequentemente a coloca em posição de isolamento, criticando e acusando amigos(as) e familiares, bem como procurando impedir, das mais variadas formas, que circule livremente, trabalhe ou estude.
- **Descontrole emocional:** o autor de violência pode mostrar-se facilmente ofendido, ferido em seu sentimento ou enfurecido com o que considera “injustiça” contra si.
- **Crueldade com animais:** crueldade com animais de estimação, com crianças e/ou gostar de desempenhar papéis violentos nas relações sexuais, fantasiando estupros e desconsiderando o desejo da parceira.
- **Agressões verbais:** além de caracterizar violência psicológica, as agressões verbais podem proceder a violência física. O autor de violência pode ser cruel e depreciativo com sua parceira, e tentar convencê-la de que é estúpida e incapaz de fazer qualquer coisa sem ele.
- **Comportamento de negação:** se tiver praticado outros atos de

violência no passado, ele poderá negá-los, invertendo a responsabilidade e culpando as parceiras anteriores.

ESSES SINAIS SERVEM COMO UM ALERTA DE QUE A VIOLÊNCIA ESTÁ SENDO CONSTRUÍDA. É IMPORTANTE OBSERVÁ-LOS

TIPOS DE VIOLÊNCIA

VIOLÊNCIA FÍSICA

Não consiste só em bater. Além de espancar, os agressores praticam violência com atitudes como: empurrar, atirar objetos, esbofetear, estrangular, chutar violentamente, torcer os braços, queimar com cigarro, perfurar, mutilar, torturar.

VIOLÊNCIA SEXUAL

Não é só o estupro cometido por desconhecido. O marido ou parceiro também poderá praticar violência sexual se: forçar relações sexuais, quando a pessoa não quer, está dormindo ou doente. Forçar a prática de atos que causam desconforto ou repulsa ou obrigar a fazer sexo com outras pessoas. Uma situação de violência sexual pode gerar uma gravidez indesejada que, por sua vez, pode terminar em um aborto clandestino. Mulheres que vivem com parceiros violentos podem ser impedidas de usar métodos anticoncepcionais, além de estarem mais expostas a contrair doenças sexualmente transmissíveis.

VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

Afeta a autoestima com palavras ofensivas, proibições de estudar, trabalhar, expressar-se, manter uma vida social ativa. A violência emocional vai além da ameaça. Ela se manifesta por atos como: intimidação (ameaças pequenas), fazer com que a vítima se sinta mal consigo mesma, xingar, sugerir que a mulher esteja com problemas mentais, fazer com que ela se sinta culpada, humilhar (desqualificar, criticar por tudo, na frente de outras pessoas, desvalorizar, desconsiderar a opinião da pessoa), coagir, perseguir, usar os filhos para fazer chantagem, isolar a mulher do convívio com parentes e amigos.

VIOLÊNCIA PATRIMONIAL

Quebrar móveis, subtrair bens, rasgar roupas, estragar fotos e objetos pessoais. Controlar, reter, tirar o dinheiro da vítima ou qualquer ato que dificulta o acesso da vítima à autonomia.

VIOLÊNCIA INSTITUCIONAL

Ato constrangedor ou omissão de atendimento por agentes de órgãos públicos prestadores de serviços que deveriam proteger as vítimas dos outros tipos de violência e reparar as consequências por eles causadas.

VIOLÊNCIA MORAL

Qualquer tentativa de atacar sua honra ou reputação.

Calúnia: ser acusada falsamente.

Difamação: é impor a alguém um fato ofensivo à sua reputação.

Injúria: ser ofendida com palavrões e xingamentos.

Constrangimento Ilegal: Constranger alguém mediante violência ou ameaça grave, depois de reduzir sua capacidade de resistência.

OUTRAS VIOLÊNCIAS

Discriminação por orientação sexual.

PORQUE AS MULHERES AGUENTAM TANTO TEMPO A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA?

- 1 - Medo de romper o relacionamento
- 2 - Vergonha de procurar ajuda e ser criticada
- 3 - Esperança de que o parceiro mude o comportamento
- 4 - Por sentir-se sozinha e não contar com pessoas que a apoiem
- 5 - Medo de não ser aceita na sociedade como uma mulher sem marido
- 6 - Dependência econômica dos parceiros para o sustento da família
- 7 - Nem todas estão preparadas para viver um processo de separação
- 8 - Por causa das relações desiguais de gênero



PROCESSO: CADA UMA TEM SEU TEMPO!

DICAS PARA IDENTIFICAR O AGRESSOR

- Agrida a mulher verbalmente na maior parte do tempo;
- Acusa a mulher constantemente de ser infiel;
- Desencoraja a mulher nas relações com a sua família e amigos;
- Priva a mulher de trabalhar e de estudar;
- Critica a mulher por pequenas coisas;
- É agressivo com facilidade, quando está bêbado ou drogado;
- Controla as finanças, obrigando e forçando a mulher a comprar só o que ele acha importante;
- Humilha a mulher na frente dos outros;
- Destroí objetos pessoais e com valor sentimental para a mulher;
- Agrida e espanca os filhos;
- Usa ou aponta alguma arma contra a mulher;
- Obriga a mulher a ter relações sexuais contra a vontade.

CICLO DA VIOLÊNCIA

O Ciclo da violência é composto por três fases:

Fase 1 – Evolução da Tensão: conduta ameaçadora e violenta, com agressões verbais (humilhações, xingamentos) e/ou destruição de objetos de casa.

Fase 2 – Explosão / Incidente de Agressão: comete agressões físicas e verbais e apresenta comportamento descontrolado. A cada novo ciclo as agressões se tornam mais violentas.

Fase 3 – Lua de Mel / Comportamento Gentil e Amoroso: diz que está arrependido e que não vive sem ela (vítima). Torna-se atencioso e carinhoso. Promete mudar de comportamento e ser um “novo homem”.

Aos poucos, o casal retorna à fase de tensão no relacionamento (1ª fase) e as violências voltam a ocorrer.

MULHER, quando a agressão física acontece, muitas vezes após outras violências (psicológica, moral, sexual ou patrimonial), acaba sua dúvida: Sim, seu companheiro é capaz de agir com violência!

COMO AGIR NA HORA DO ATAQUE

Evite locais como cozinha e banheiro, onde há facas, objetos perigosos, superfícies cortantes e espaço reduzido. Evite locais com armas (brancas ou de fogo) e nunca tente usá-las para ameaçar o agressor. Elas podem facilmente se voltar contra você. Se a violência for inevitável, defina uma meta de ação: corra para um canto e agache-se com o rosto protegido e os braços em volta de cada lado da cabeça, com os dedos entrelaçados. Não corra para o local onde as crianças estão. Elas podem acabar sendo agredidas também. Evite fugir sem as crianças. Elas poderão ser usadas como forma de chantagem. Ensine-as a pedir ajuda e a se afastar do local, quando houver violência. Planeje com elas um código qualquer para avisar que está na hora de buscar socorro ou abandonar a casa.

DEPOIS DO ATAQUE

Guarde sempre com você números de telefones de socorro. Se você tem celular, procure manter ao alcance das mãos. Se não tem, localize o telefone público mais próximo. Procure uma Delegacia de Defesa da Mulher, um Centro de Referência e Atendimento, ou alguma pessoa ou instituição em que você confia. Verifique se há locais seguros perto da sua

casa onde você possa ficar até conseguir ajuda: igreja, comércio, escola etc. Se estiver ferida, procure um hospital ou um posto de atendimento e revele o que aconteceu. Não tenha vergonha de revelar que foi vítima de violência doméstica.

NÃO ESPERE MAIS, PROCURE AJUDA

Muitos homens acreditam que são donos de suas mulheres e que podem dispor dos sentimentos, do corpo e da vontade delas. Eles acham que têm o direito de xingar, ameaçar, bater e até matar.

A Seção Especializada de Assistência Social à Mulher e Família está preparada para oferecer atendimento e acompanhamento às mulheres em situação de violência doméstica.

A Casa Abrigo está preparada para acolher mãe e filhos que estejam em risco iminente de morte, oferecendo acompanhamento social, de saúde, além de todo atendimento necessário.



SE VOCÊ OU SEUS FILHOS SOFREM VIOLÊNCIA DOMÉSTICA, NÃO TENHA MEDO DE DENUNCIAR

SE VOCÊ:

- Tem medo do homem com quem vive;
- Se sente insegura na própria casa;
- É espancada juntamente com seus filhos;
- É humilhada na frente dos outros;
- É obrigada a manter relações sexuais;
- Sente que da “próxima vez” poderá morrer;
- Já começa a sentir os efeitos deste “clima”, através de tonturas, palpitações, mal-estar, desânimo e depressão.

SE SEUS FILHOS TAMBÉM SOFREM E APRESENTAM:

- Distúrbios na alimentação e no sono;
- Depressão e carência emocional;
- Dificuldades de aprendizado;
- Submissão, apego excessivo e ansiedade;
- Conduta agressiva e/ou destrutiva;
- Distanciamento, isolamento, vida familiar fantasiosa;
- Somatizações: roer unhas, gagueira.

VOCÊ PRECISA DE ORIENTAÇÃO

Ligue para o Centro de Referência Especializada de Assistência Social - Creas

Tel.: 3223-3406 / 3224-4927 / 3221-8525 / 3223-4079

DENUNCIE! É SEU DIREITO!

COMO DENUNCIAR O AGRESSOR

1- Procure a Delegacia de Defesa da Mulher

Rua Assis Correia, 50 (24 horas)

Tel.: 3223-9670 / 3225-4808

ou a Delegacia de Polícia mais próxima de sua residência e faça o Boletim de Ocorrência.

Você também pode denunciar pela Delegacia Eletrônica:

www.delegaciaeletronica.policiacivil.sp.gov.br

Whatsapp: (61) 9610-0180

A Lei Maria da Penha prevê **Medidas Protetivas de Urgência** que são avaliadas e concedidas pelo(a) Juiz(a). Para obtê-las, basta que a vítima as solicite na Delegacia, quando registrar o Boletim de Ocorrência ou na denúncia pela Delegacia Eletrônica.

Dentre as principais medidas protetivas, destacam-se:

- o afastamento do agressor do lar, domicílio ou local de convivência com a vítima,
- proibição de contato com a vítima, seus familiares e testemunhas, por qualquer meio de comunicação (telefone, e-mail, redes sociais),
- restrição ou suspensão de visitas aos filhos e filhas,
- prestação de alimentos provisórios,
- restituição de bens indevidamente subtraídos pelo agressor,
- suspensão das procaurações conferidas pela vítima ao agressor,
- proibição temporária para celebração de contratos de compra, venda e locação de bens em comum.

2- Em seguida procure, para orientação jurídica, providências de separação, guarda dos filhos, pensão alimentícia etc.:

Assistência Jurídica Gratuita – Cadoj

Rua General Câmara, 05 - 14º andar - Centro Tel.: 3201-5632

Defensoria Pública do Estado

Av. João Pessoa, 241 Tel.: 3221-3591 ou 0800 773 4340

Advogado particular.

IDENTIFICAR É O PRIMEIRO PASSO!

Pode parecer muito difícil reconhecer esse tipo de relação sem ajuda. O teste a seguir foi criado para ajudar nessa autoavaliação e é de extrema importância que as respostas sejam o mais verdadeiras possíveis.

1 - Seu companheiro(a) determina a roupa que você pode usar?

Sempre = 10 Às vezes = 5 Nunca = 0

2 - Ele(a) escolhe seus amigos ou proíbe de falar com algumas pessoas (familiares, amigos, colegas de trabalho)?

Sempre = 10 Às vezes = 5 Nunca = 0

3 - Você se sente livre para sair sozinha ou com outras pessoas sem a companhia dele(a)?

Sempre = 0 Às vezes = 5 Nunca = 10

4 - Você se pergunta, ou sente que mudou sua personalidade por causa do seu relacionamento?

Sempre = 10 Às vezes = 5 Nunca = 0

5 - Você sente que se distanciou de amigos, familiares e pessoas de quem gosta depois que começou seu relacionamento?

Sempre = 10 Às vezes = 5 Nunca = 0

6 - Você se sente insegura ou desvalorizada?

Sempre = 10 Às vezes = 5 Nunca = 0

7 - As pessoas que te amam e são importantes na sua vida, gostam do seu parceiro (a)?

Sim = 0 Não = 10

8 - Você já sofreu algum tipo de agressão vinda dessa pessoa?

() Sim = 10 () Não = 0

9 - Você ouviu promessas de que ele(a) vai melhorar, vai mudar de atitude, mas isso nunca acontece?

() Sempre = 10 () Às vezes = 5 () Nunca = 0

10 - Seu parceiro(a) costuma ser explosivo(a) e depois pedir desculpas, se mostrando arrependido?

() Sempre = 10 () Às vezes = 5 () Nunca = 0

11 - Ele(a) usa álcool ou drogas como desculpa para justificar comportamentos agressivos e violentos?

() Sempre = 10 () Às vezes = 5 () Nunca = 0

12 - Você sente que seu parceiro(a) é superior a você?

() Sempre = 10 () Às vezes = 5 () Nunca = 0

13 - Seu parceiro(a) tem ciúme de tudo e de todos?

() Sempre = 10 () Às vezes = 5 () Nunca = 0

14 - Ele(a) diz que você não será nada sem ele(a) ou que não será nada sem você?

() Sempre = 10 () Às vezes = 5 () Nunca = 0

15 - Ele(a) faz pressão para fazer sexo, mesmo que você não esteja bem, confortável ou preparada?

() Sempre = 10 () Às vezes = 5 () Nunca = 0

TOTAL DE PONTOS: _____

RESULTADO:

Pontos: 0 a 20 - Tudo tranquilo

Só de você ter feito o teste e se preocupado com relacionamento já mostra sua maturidade para lidar com isso. Um relacionamento abusivo tem como principal característica a invasão do espaço do parceiro através do comportamento manipulador que visa o controle do outro, e isso não acontece com vocês. Seu relacionamento parece ser saudável, maduro e cheio de respeito como todos deveriam ser.

Pontos: 25 a 75 - Fique atenta!

Entenda que todos os relacionamentos têm divergências e algumas discussões, porém o relacionamento abusivo vive nos pequenos detalhes do dia a dia. Geralmente ele inicia sem qualquer sinal de abuso, pois os abusadores são pessoas manipuladoras e esperam o momento certo para iniciar progressivamente os episódios de abuso. Quem está apaixonado considera grande parte dos atos como coisas normais, comuns em um relacionamento. Se você acha que está em um relacionamento assim, coloque os prós e os contras de seu relacionamento na balança e questione se está trazendo benefícios realmente ou só sugando suas energias e sua própria identidade.

Pontos: 80 a 150 - Atenção, essa relação é abusiva!

Existem duas coisas preocupantes em relacionamentos abusivos: quem é abusado não consegue enxergar por estar muito apaixonado e quem abusa também não, porque muitas vezes tem esse modelo de relacionamento ao redor. Se você percebe que está se isolando, deixando de falar com seus amigos e familiares, perdendo suas características próprias, isso é sinal de um relacionamento abusivo SIM.

Você precisa listar o que faz bem e o que faz mal no relacionamento.

Se o mal vencer, entenda que existem caminhos melhores e que relacionamentos podem te fazer mais feliz e você merece isso.

Vai ser um trabalho de médio prazo e você precisa aceitar que algo está errado, saber que o problema na maioria dos casos não é, e não está em você!

**NÃO SE CALE, NÃO NATURALIZE A VIOLÊNCIA!
EM CASO DE VIOLÊNCIA, DENUNCIE, PROCURE AJUDA!**



INFORMAÇÕES ÚTEIS:

A **Casa das Anas** é um espaço voltado para mulheres em vulnerabilidade social e/ou em situação de rua (com ou sem filhos) e tem capacidade para 24 pessoas. As famílias podem ficar por até um ano nesta casa que faz parte da rede de acolhimentos da Cidade. As Equipes de Abordagem (Secretaria de Desenvolvimento Social), Centro Pop, Abrigos e o Creas são portas de entrada para esse serviço.

Delegacia de Defesa da Mulher

Rua Assis Correia, 50 (24 horas)

Tel.: 3223-9670 / 3225-4808

Conselho Municipal dos Direitos da Mulher – COMMULHER

Rua XV de Novembro, 183 - térreo

Tel.: 3271-2377

Central de Atendimento à Mulher

Ligue 180

ou Whatsapp: (61) 9610-0180

Disque Denúncia

Ligue 181

Polícia Militar

Ligue 190

Polícia Civil

Ligue 197

CREAS – Centro de Referência Especializada de Assistência Social

Av. Conselheiro Nébias, 452 - Encruzilhada

Tel.: 3223-3406 / 3224-4927 / 3221-8525 / 3223-4079

Rua Cananeia, 269 - Chico de Paula

Tel.: 3219-5183 / 3216-1213 / 3216-1162

**CRAS - Centro de Referência
da Assistência Social**

Cras - Centro - Rua Sete de Setembro,45
Tel.: 3223-5473 / 3237-1797 / 3225 8085

Instituto da Mulher

Av. Conselheiro Nébias, 453/455
Tel.: 3219-4589 / 3222-1359

ATENDIMENTO PARA VÍTIMAS DE ABUSO SEXUAL

NAS PRIMEIRAS 72 HORAS, procurar:

- **UPA Central:** Rua Joaquim Távora nº 260 - Vila Belmiro.
- **UPA Zona Noroeste:** Av. Jovino de Melo, 919 – Areia Branca
- **UPA Zona Leste:** Pça. Visconde de Ouro Preto s/nº - Estuário

APÓS AS 72 HORAS, procurar:

**MULHERES, CRIANÇAS E ADOLESCENTES
serão atendidos no Instituto da Mulher e Gestante.**

Deverão ser residentes em Santos.

Agendar o atendimento pelos telefones
3224-2555 / 3219-4589 / 3222-1359
das 7 às 16 horas, de segunda a sexta-feira
Av. Conselheiro Nébias, 453 - Encruzilhada

**PESSOAS TRANSEXUAIS, HOMENS E TRAVESTIS
serão atendidos no Centro de Testagem e Aconselhamento / Serviço
de Atendimento Especializado**

(residentes em Santos)

Comparecer das 8 às 12 horas, de segunda a sexta-feira na:
Rua da Constituição, 556 - Vila Mathias - telefone: 3229-8799

Vigilância Epidemiológica

Rua Amador Bueno, 333 - 14º andar - sala 1.406
(Prédio da Atribuna) - Tel.: 3213-5146
segunda a sexta-feira das 8:00 às 18:00 horas

SEMULHER - Secretaria da Mulher, Cidadania e Direitos Humanos

Paço Municipal

DEPACID - Departamento de Direitos Humanos e Cidadania

Rua General Câmara, 05 - 14º andar
Tel.: 3201-5621 / 3201-5625

COMULHER - Coordenadoria de Políticas para a Mulher

Rua General Câmara, 05 - 14º andar
Tel.: 3201-5633 / 3201-5626

CADOJ - Coordenadoria de Assistência e Orientação Jurídica Gratuita

Rua General Câmara, 05 - 14º andar - Tel.: 3201-5632

COPIRE - Coordenadoria de Promoção da Igualdade Racial e Étnica

Rua General Câmara, 05 - 14º andar
Tel.: 3201-5629 / 3201-5631

CODEP - Coordenadoria de Políticas para Pessoas com Deficiência

Rua General Câmara, 05 - 14º andar
Tel.: 3201-5628 / 3201-5619

COJUV - Coordenadoria de Políticas para a Infância e Juventude

Rua General Câmara, 05 - 14º andar - Tel.: 3201-5627

CODIVER - Coordenadoria de Diversidade

Rua General Câmara, 05 - 14º andar - Tel.: 3201-5617

COPPI - Coordenadoria de Políticas para a Pessoa Idosa

Rua General Câmara, 05 - 14º andar

Tel.: 3201-5622

**PROCON - Departamento de Informação, Defesa
e Orientação ao Consumidor**

Rua XV de Novembro, 183 - 2º andar

Tel.: 3201-5601 / 3201-5295 / 3201-5293

(Poupatempo) Rua Amador Bueno, 251/253 - 0800 77 90 151

