

Mulher, não se cale!

Conheça os tipos de violência contra mulher, como identificar um relacionamento abusivo e onde procurar suporte e orientação no município de Palotina/PR.



DENTRE AS DEFINIÇÕES LEGAIS SOBRE A VIOLÊNCIA CONTRA MULHER, DESTACAMOS A **LEI MARIA DA PENHA**.

A Lei nº **11.340/2006**, foi sancionada em 2006 e carrega a história de luta de Maria da Penha.

Após sofrer duas tentativas de homicídio, tardou 19 anos e 6 meses para conseguir justiça em decorrência da violência que sofria pelo seu ex marido.



Sancionada a lei, pontua-se no Art. 5º que a violência doméstica e familiar contra a mulher pode ocorrer:

I - NO ÂMBITO DA UNIDADE DOMÉSTICA, COMPREENDIDA COMO O ESPAÇO DE CONVÍVIO PERMANENTE DE PESSOAS, COM OU SEM VÍNCULO FAMILIAR, INCLUSIVE AS ESPORADICAMENTE AGREGADAS;

II - NO ÂMBITO DA FAMÍLIA, COMPREENDIDA COMO A COMUNIDADE FORMADA POR INDIVÍDUOS QUE SÃO OU SE CONSIDERAM APARENTADOS, UNIDOS POR LAÇOS NATURAIS, POR AFINIDADE OU POR VONTADE EXPRESSA;

III - EM QUALQUER RELAÇÃO ÍNTIMA DE AFETO, NA QUAL O AGRESSOR CONVIVA OU TENHA CONVIVIDO COM A OFENDIDA, INDEPENDENTEMENTE DE COABITAÇÃO.

VOCÊ SABE QUAIS SÃO OS TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER?

Na Lei Maria da
Penha estão
previstos cinco tipos
de violência
doméstica e familiar
contra a mulher:

Violência Física

Violência Psicológica

Violência Moral

Violência Sexual

Violência Patrimonial

Violência Física

Entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da mulher.

Atos de agressão que utilizam o uso da força e que deixam marcas no corpo.

São os chutes, empurrões, atirar objetos, apertar os braços, estrangulamento ou sufocamento, tortura, utilizar objetos para machucar fisicamente.

Violência Psicológica

Qualquer conduta que: cause dano emocional e diminuição da autoestima; prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento da mulher ou vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões.

Pode ser entendida também como tortura psicológica:

Ameaças, constrangimentos, humilhações, manipulações, isolamento (proibir de estudar e viajar ou de falar com amigos e parentes), vigilância constante, perseguições, insultos, chantagens, exploração, limitação do direito de ir e vir, ridicularização, tirar a liberdade de crença, distorcer e esconder fatos que deixe a mulher em dúvida sobre a sua memória e sanidade.

Violência Moral

Considerada qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria.

Caracteriza-se como: acusar a mulher de traição, emitir juízos morais sobre sua conduta, fazer críticas mentirosas, expor a vida íntima, rebaixar a mulher por meio de xingamentos que refletem sobre a sua índole, desvalorizar a vítima pelo seu modo de se vestir.

Violência Sexual

Trata-se de qualquer conduta que constranja a mulher em presenciá-la, manter ou participar de relação sexual não desejada, mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força.

Violência Sexual é: obrigar a mulher a fazer atos sexuais que causam desconforto ou repulsa; impedir o uso de métodos contraceptivos ou forçar a mulher a abortar; forçar matrimônio, gravidez ou prostituição por meio de coação, chantagem, suborno ou manipulação; limitar ou negar o exercício dos direitos sexuais e reprodutivos da mulher; estupro.

QUANDO UMA MULHER DIZ "NÃO", É NÃO!

Violência Patrimonial

Qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus objetos, instrumentos de trabalho, documentos pessoais, bens de valores, direitos ou recursos econômicos, incluindo os destinados a satisfazer suas necessidades.

Ou seja, controlar o dinheiro, deixar de pagar pensão alimentícia, destruição de documentos pessoais, furto, extorsão ou dano, estelionato, privar de bens, valores ou recursos econômicos, causar danos propositais a objetos da mulher ou dos quais ela goste.



É importante lembrar que:

EM CASOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER EM AMBIENTES PÚBLICOS, A LEI MARIA DA PENHA ACABA NÃO SE APLICANDO.

TORNANDO A LEI Nº 13.718/2018 APLICÁVEL PARA OS CASOS DE ASSÉDIO, DIVULGAÇÃO DE CENA DE ESTUPRO, SEXO, NUDEZ OU PORNOGRAFIA, SEM A PERMISSÃO DA VÍTIMA, POR QUALQUER MEIO, QUER POR FOTOGRAFIA, VÍDEO OU OUTRO REGISTRO AUDIOVISUAL.

Para além de conhecer a Lei Maria da Penha, é necessário estar atenta de como os primeiros indícios de violência podem ocorrer dentro dos relacionamentos.



COMO IDENTIFICAR UM RELACIONAMENTO ABUSIVO?

UM RELACIONAMENTO ABUSIVO COMEÇA QUANDO UMA DAS PARTES EXERCE PODER OU PRESSÃO SOBRE OUTRA, SENDO NA MAIORIA DAS VEZES PESSOAS EXTREMAMENTE MANIPULADORAS, A PONTO DA VÍTIMA NÃO CONSEGUIR IDENTIFICAR OS SINAIS ABUSIVOS DA RELAÇÃO.



Sinais que ajudam a identificar um relacionamento abusivo

É PRECISO ESTAR ATENTA SE A PESSOA:

POSSUI CIÚMES ACIMA
DO NORMAL

Atitudes explosivas, critica seu corpo, o que você fala, os seus amigos e sua família. Interfere nas suas decisões, age de forma controladora, alegando carinho e proteção.

- Pode ser que as vezes você até ache que isso seja carinho ou proteção, mas isso pode ocasionar sentimentos como culpa, isolamento, insegurança e dependência emocional, prejudicando sua saúde física e mental.

TE FAZ PENSAR QUE
ESTÁ LOUCA

Faz ameaças, ressaltta seus defeitos, interfere nas suas relações de estudo, trabalho, família ou amigos, proibindo e excluindo-os de seus vínculos. Joga a responsabilidade em cima de você e se faz de vítima. Te obriga a compartilhar senha das redes sociais e pede provas de amor insistentemente.



Sinais que ajudam a identificar um relacionamento abusivo

É PRECISO ESTAR ATENTA SE A PESSOA:

TE FAZ ACREDITAR QUE NINGUÉM
TE AMARIA TANTO QUANTO ELE

Te culpabiliza por tirar ele do sério e pela agressividade, colocando a culpa em você e te convencendo que nunca será feliz sem ele e nem amada por outra pessoa. Te faz acreditar que é ingrata, problemática.

TE COLOCA EM UMA POSIÇÃO
DE NAMORADA PERFEITA

Te faz acreditar que você deve preencher todas as necessidades do seu parceiro para que seja a namorada perfeita. Regula sua roupa, seus comportamentos e sua liberdade.



Sinais que ajudam a identificar um relacionamento abusivo

É PRECISO ESTAR ATENTA SE A PESSOA:

RÁPIDO ENVOLVIMENTO
AMOROSO

Fala em casamento, filhos, tudo de uma forma muito rápida e intensa, alegando que você é a única pessoa capaz de entendê-lo e diz que nunca amou ninguém como ama você. É preciso estar atenta, as vezes relações intensas demais merecem atenção.

SUA AUTONOMIA É UMA
AMEAÇA

Não fica feliz com suas conquistas e não comemora junto seu sucesso.

Ainda achou confuso de identificar?

O MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DE SÃO PAULO DISPONIBILIZOU UMA CARTILHA COM ALGUNS QUESTIONAMENTOS COMO FORMA DE AJUDAR A IDENTIFICAR UM RELACIONAMENTO ABUSIVO.

ELE CONTROLA O TIPO DE ROUPA QUE VOCÊ USA?

ELE TENTA LHE AFASTAR DE AMIGOS, PARENTES E VIZINHOS?

ELE DIZ QUE VOCÊ NÃO PRECISA TRABALHAR E/OU ESTUDAR?

VOCÊ JÁ TEVE OU TEM MEDO DE FICAR SOZINHA COM ELE?

SENTE-SE ISOLADA E DESANIMADA COM O SEU RELACIONAMENTO?

AS BRIGAS ESTÃO FICANDO MAIS FREQUENTES E MAIS GRAVES? DURANTE AS BRIGAS ELE PARECE FICAR SEM CONTROLE E AGRESSIVO?

ELE DESTRÓI SEUS OBJETOS, ROUPAS, FOTOS, DOCUMENTOS, MÓVEIS OU SEUS INSTRUMENTOS DE TRABALHO?

ELE TE OBRIGA A TER RELAÇÕES SEXUAIS CONTRA A SUA VONTADE?

ELE MALTRATA OU JÁ MATOU ALGUM DOS SEUS ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO?

ELE TE MENOSPREZA, COMPARA VOCÊ COM OUTRAS PESSOAS OU SEMPRE TE CRÍTICA, E NADA DO QUE VOCÊ FAZ É SUFICIENTE?

ELE FAZ PIADAS E COMENTÁRIOS INAPROPRIADOS SOBRE VOCÊ EM PÚBLICO OU FAZ VOCÊ PASSAR POR SITUAÇÕES HUMILHANTES?

Ainda achou confuso de identificar?

O MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DE SÃO PAULO DISPONIBILIZOU UMA CARTILHA COM ALGUNS QUESTIONAMENTOS COMO FORMA DE AJUDAR A IDENTIFICAR UM RELACIONAMENTO ABUSIVO.

ELE TE FAZ SENTIR QUE VOCÊ NÃO É CAPAZ DE TOMAR DECISÕES?

ELE FAZ QUESTÃO DE TE CONTAR QUE TEM UMA ARMA OU A EXIBE PARA VOCÊ?

ELE AMEAÇA OS SEUS PARENTES E AMIGOS?

ELE TEM ENVOLVIMENTO COM CRIMINOSOS E TE AMEAÇA DIZENDO QUE ALGUÉM FARÁ O “SERVIÇO SUJO” POR ELE?

ELE TE CULPA PELO QUE ESTÁ ERRADO NO RELACIONAMENTO?

QUANDO VOCÊ TENTA SE SEPARAR, ELE NÃO ACEITA E FICA LHE TELEFONANDO, FAZENDO “ESCÂNDALO NA PORTA” DA SUA CASA OU TRABALHO, SE FAZENDO DE VÍTIMA?

NAS TENTATIVAS DE TÉRMINO DO RELACIONAMENTO, ELE TE PERSEGUE E INSISTE EM TER MAIS UMA CHANCE?

ELE DIZ QUE SE VOCÊ NÃO FOR DELE NÃO SERÁ DE MAIS NINGUÉM?

Se você respondeu SIM para algumas destas questões, é necessário procurar ajuda a Rede de Atendimento às Mulheres.



Em um relacionamento abusivo, as agressões podem ocorrer dentro de um ciclo constantemente repetido.

As discussões se tornam uma série de violências, sejam elas físicas, verbais, psicológicas, sexuais ou patrimoniais. Posteriormente à essas violências, o agressor se mostra arrependido, e na tentativa de reatar o relacionamento, promete mudanças e soluções para os conflitos.

É nesse cenário, que ocorre a repetição destes padrões dentro no relacionamento e esse ciclo recomeça.

Fases do Ciclo da Violência



Fase 1 - Lua de Mel

Momento atual da relação, na qual o casal está vivendo em harmonia.

Fase em que o autor da violência mostra arrependimento, afeto e busca reconquistar a companheira. Momento também de início do relacionamento.



Fase 2 - Conflitos e Tensões

O agressor se mostra irritado e tem momentos de raiva, levando a agressões verbais, brigas, ciúmes, etc.

O autor da violência tende a controlar a vítima com chantagens emocionais que geram dependência e aprisionamento. Essa tensão pode durar dias ou anos, mas como ela aumenta cada vez mais, é muito provável que a situação levará à Fase 3.

Fases do Ciclo da Violência



Fase 3 - Agressões

Essa fase se dá pela falta de controle do agressor, é o momento de explosão que leva ao ato violento. É o momento em que ocorrem as diversas formas de violência física, sexual, moral, psicológica e patrimonial. De início as agressões podem ocorrer de forma pontual e de curta duração, depois elas acabam se tornando mais frequentes e intensas.



Fase 4 - Justificativa e Responsabilização

É nessa fase que a mulher geralmente decide buscar ajuda ou denunciar o agressor, marcando o momento em que a vítima busca pelos serviços de atendimento. Diante disso, o agressor busca por justificativas, culpabilizando pessoas e circunstâncias pela sua ação de violência. Essa situação acaba se resolvendo de forma momentânea, o agressor se arrepende, se torna amável e diz que vai mudar. Repetindo o ciclo novamente.

Mulher, é necessário quebrar esse ciclo.

Por vergonha, medo, constrangimento, dependência emocional e outros inúmeros fatores que tornam cada caso único, esse processo de quebra de ciclo se torna extremamente difícil, por isso a necessidade de ressaltarmos que nenhuma mulher permanece em uma relação violenta porque "gosta de sofrer".

A violência de gênero é fruto de uma sociedade machista, e esse machismo que é estrutural, acaba dificultando a percepção da mulher de estar vivenciando esse ciclo de violência. Desta forma, é preciso estar atenta aos sinais, pois quando não interrompido, as agressões podem acabar se intensificando, ocasionando o ato extremo da violência de gênero: o feminicídio.

Você não está sozinha. Denuncie!



ONDE PROCURAR ORIENTAÇÃO E ATENDIMENTO NO MUNICÍPIO DE PALOTINA?

Por se tratar de uma violação dos direitos humanos, o enfrentamento da violência contra mulher é responsabilidade do Estado e de toda a sociedade.

Assim, elencamos os contatos e os locais que oferecem atendimento em casos de violência contra a mulher.



**CENTRO DE REFERÊNCIA
ESPECIALIZADO DE
ASSISTÊNCIA SOCIAL (CREAS)**

**ENDEREÇO: RUA ROTARY, 177,
BAIRRO BELA VISTA, AO LADO
DO DETRAN, FUNDOS DA
SECRETARIA MUNICIPAL DA
ASSISTÊNCIA SOCIAL.**

TELEFONE: (44) 3649-4503

**REGISTRO DE OCORRÊNCIA
NA DELEGACIA**

**ENDEREÇO: RUA 24 DE
JUNHO, 914 - CENTRO,
PALOTINA.**

TELEFONE: (44) 3649-5958

PROJETO JUSTIÇA POR ELAS

**TELEFONE: (44) 99918-4930
E (44) 999292235**

Acolhimento e encaminhamento a
mulheres vítimas de violência.

EMERGÊNCIA DE SAÚDE: 192

Casos em que a se encontra ferida e
com riscos de vida.

EMERGÊNCIA POLICIAL: 190

Descumprimento de Medida
Protetiva de Urgência. Informe seu
nome, local da ocorrência, o que
aconteceu e o seu número.

DISQUE 180

Para pedir informações e denunciar
situações de violência, também faz o
encaminhamento para outros
serviços se necessário.



SE VOCÊ AINDA ESTÁ EM SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA, MAS O/A AGRESSOR/A PERMANECE PERTURBANDO E DESCUMPRINDO A MEDIDA PROTETIVA, O MINISTÉRIO PÚBLICO DE SÃO PAULO E DO MATO GROSSO DO SUL POR MEIO DE SUAS CARTILHAS, ELENCOU ALGUMAS AÇÕES QUE PODEM AUXILIAR A TER UM PLANO DE SEGURANÇA DIANTE DESSAS SITUAÇÕES:

- ➔ TENHA UM CELULAR CONSIGO A TODO MOMENTO E COLOQUE AO MENOS UMA PESSOA DE CONFIANÇA PARA A DISCAGEM RÁPIDA DO CELULAR;
- ➔ ANOTE OS ACONTECIMENTOS COM DATAS, HORÁRIOS E LOCAIS. TIRE PRINT, IMPRIMA E REGISTRE AS AMEAÇAS, LIGAÇÕES OU MENSAGENS;
- ➔ INFORME AS PESSOAS DE SUA CONFIANÇA A EXISTÊNCIA DE MEDIDA PROTETIVA, E PEÇA PARA ELAS ACIONAREM 190 EM CASO DE APROXIMAÇÃO COM O AGRESSOR.
- ➔ NÃO VIOLE A MEDIDA PROTETIVA – RECEBENDO, TELEFONANDO OU TROCANDO MENSAGENS COM O AGRESSOR.

CONTATO EQUIPE UAPS PALOTINA



UAPSPALOTINA@UFPR.BR



(44) 9805-0938/ (41) 984064324



FACEBOOK.COM/UAPS.PALOTINA



RUA PIONEIRO, 2294, EDIFÍCIO COMPOSTELA, TÉRREO - JARDIM
DALLAS, PALOTINA/PR.

ORGANIZADORA: AMANDA PAVÃO MATANA, ESTAGIÁRIA DE SERVIÇO SOCIAL UAPS.

FONTE

PARA ACESSAR O PLANO DE SEGURANÇA COMPLETO, ACESSE O LINK:
[HTTPS://WWW.MPMS.MP.BR/DOWNLOADS/CARTILHA_148X210_WEB.PDF](https://www.mpms.mp.br/downloads/cartilha_148x210_web.pdf)

@NUMAPETOLEDO

CARTILHA "SE MINHA CASA FALASSE"

[HTTPS://WWW.UNIOESTE.BR/PORTAL/NUMAPE-TOLEDO/856-PROEX/PROJETOS-EXTENSAO/NUMAPE-TOLEDO/56063-DOWNLOAD-DA-CARTILHA-SE-MINHA-CASA-FALASSE](https://www.unioeste.br/portal/numape-toledo/856-proex/projetos-extensao/numape-toledo/56063-download-da-cartilha-se-minha-casa-falasse)

CARTILHA "MULHER, VIRE A PÁGINA"

[HTTPS://WWW.MPMS.MP.BR/DOWNLOADS/CARTILHA_148X210_WEB.PDF](https://www.mpms.mp.br/downloads/cartilha_148x210_web.pdf)

[HTTP://WWW.MPSP.MP.BR/PORTAL/PAGE/PORTAL/CARTILHA_ELETRONICA/MULHER_VIRE_A_PAGINA/INDEX.HTML#PG08](http://www.mpmp.mp.br/portal/page/portal/cartilha_eletronica/mulher_vire_a_pagina/index.html#PG08)

[HTTPS://WWW.INSTITUTOMARIADAPENHA.ORG.BR](https://www.institutomariadapenha.org.br)