



CARTILHA DE REDE DE PROTEÇÃO ÀS MULHERES

“Eu não sou livre enquanto alguma mulher não o for, mesmo quando as correntes dela forem muito diferentes das minhas.”

Audre Lord



Apresentação

Esta cartilha foi idealizada pela Secretaria de Políticas Sociais e Culturais do Sindsprev-PE em parceria com a Secretaria de Comunicação. Nosso objetivo é amparar as nossas filiadas, familiares, amigas e qualquer mulher que cruzar nossos caminhos com informações sobre proteção e direito. Dedicamos esta cartilha a você, mulher, que através da força que tem e de uma rede de proteção feminina, é capaz de alcançar o mundo. Estamos juntas!

Adireção

Índice

O que é a violência contra a mulher).....	4
Ciclo da violência	5
Fase 1 - aumento da tensão	6
Fase 2 - ato de violência.....	7
Fase 3 - arrependimento e comportamento carinhoso	8
Cinco tipos de violência	9
Violência Física	10
Violência Psicológica	11
Violência Sexual	12
Violência Patrimonial	13
Violência Moral	14
Feminicídio	15
Defesa (serviços disponíveis - telefone, secretarias responsáveis)	16
Ficha técnica - direção e secretaria realizadora	19

O que é a violência contra a mulher?

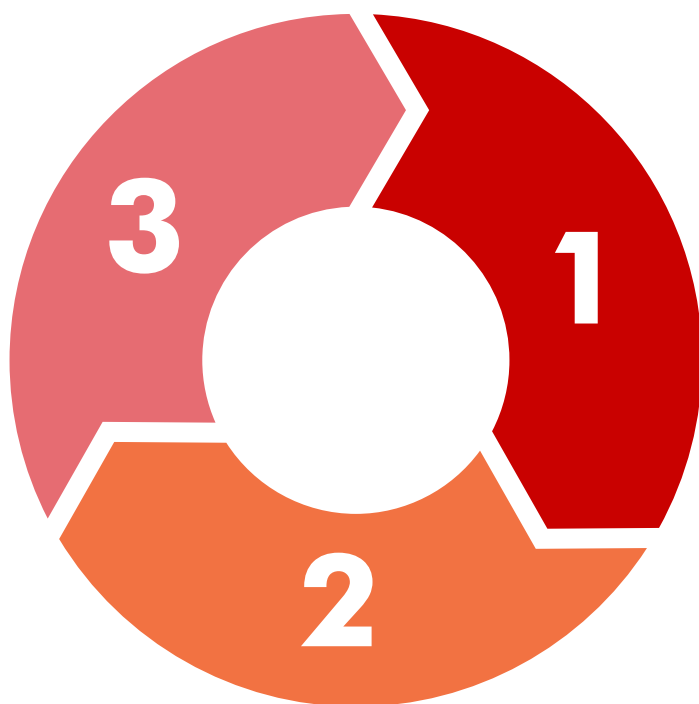
De acordo com o art. 5º da Lei Maria da Penha, violência doméstica e familiar contra a mulher é “qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial”. Quem é vítima de violência doméstica passa muito tempo tentando evitá-la para assegurar sua própria proteção e a de seus filhos. As mulheres ficam ao lado dos agressores por medo, vergonha ou falta de recursos financeiros, sempre esperando que a violência acabe, e nunca para manter a violência.

A violência doméstica é um fenômeno que não distingue classe social, raça, etnia, religião, orientação sexual, idade e grau de escolaridade. Todos os dias, somos impactados por notícias de mulheres que foram assassinadas por seus companheiros ou ex-parceiros. Na maioria desses casos, elas já vinham sofrendo diversos tipos de violência há algum tempo, mas a situação só chega ao conhecimento de outras pessoas quando as agressões crescem a ponto de culminar no feminicídio.

Não existe um perfil específico de quem sofre violência doméstica. Qualquer mulher, em algum período de sua vida, pode ser vítima desse tipo de violência. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2013 o Brasil já ocupava o 5º lugar, num ranking de 83 países onde mais se matam mulheres. São 4,8 homicídios por 100 mil mulheres, em que quase 30% dos crimes ocorrem nos domicílios. Além disso, uma pesquisa do DataSenado (2013) revelou que 1 em cada 5 brasileiras assumiu que já foi vítima de violência doméstica e familiar provocada por um homem.

Ciclo da violência

Apesar de a violência doméstica ter várias faces e especificidades, a psicóloga norte-americana Lenore Walker identificou que as agressões cometidas em um contexto conjugal ocorrem dentro de um ciclo que é constantemente repetido. Esse padrão pode ser facilmente identificado no dia a dia e saber entendê-lo pode ajudar a você e as pessoas que fazem parte da sua vida.



1

AUMENTO
DE TENSÃO

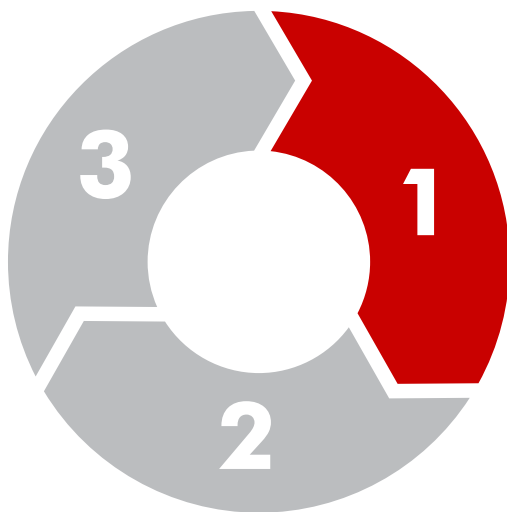
2

ATO DE
VIOLÊNCIA

3

ARREPENDIMENTO
E COMPORTAMENTO
CARINHOSO

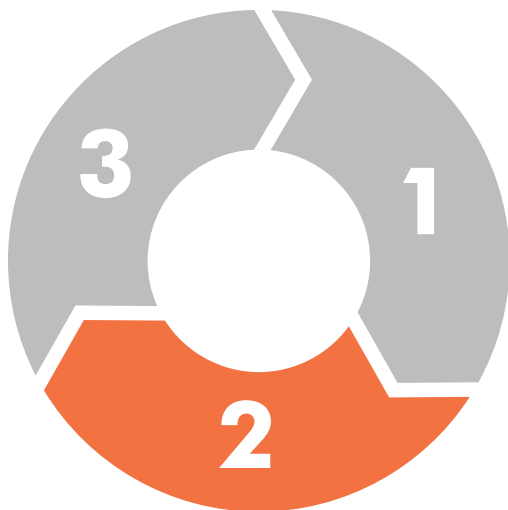
FASE 1 AUMENTO DE TENSÃO



Nesse primeiro momento, o agressor mostra-se tenso e irritado por coisas insignificantes, chegando a ter excesso de raiva. Ele também humilha a vítima, faz ameaças e destrói objetos. A mulher tenta acalmar o agressor, fica aflita e evita qualquer conduta que possa “provocá-lo”. As sensações são muitas: tristeza, angústia, ansiedade, medo e desilusão são apenas algumas.

A sensação de culpa toma conta da mulher. Ela não enxerga que o agressor está agindo de uma forma descontrolada, mas passa a ter a falsa sensação que o motivo de tal atitude errada seja ela. Em geral, a vítima tende a negar que isso está acontecendo com ela, esconde os fatos das demais pessoas e, muitas vezes, acha que fez algo de errado para justificar o comportamento violento do agressor ou que “ele teve um dia ruim no trabalho”, por exemplo. Essa tensão pode durar dias ou anos, mas como ela aumenta cada vez mais, é muito provável que a situação levará à Fase 2.

FASE 2 ATO DE VIOLÊNCIA

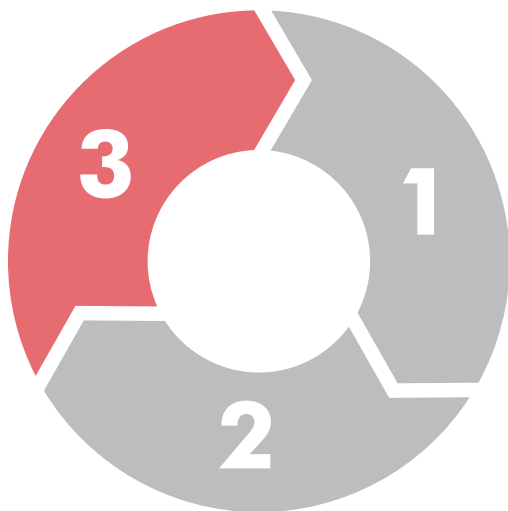


Esta fase corresponde à explosão do agressor, ou seja, a falta de controle chega ao limite e leva ao ato violento. Aqui, toda a tensão acumulada na Fase 1 se materializa em violência verbal, física, psicológica, moral ou patrimonial.

Mesmo tendo consciência de que o agressor está fora de controle e tem um poder destrutivo grande em relação à sua vida, o sentimento da mulher é de paralisia e impossibilidade de reação. Aqui, ela sofre de uma tensão psicológica severa (insônia, perda de peso, fadiga constante, ansiedade) e sente medo, ódio, solidão, pena de si mesma, vergonha, confusão e dor.

Nesse momento, ela também pode tomar decisões – as mais comuns são: buscar ajuda, denunciar, esconder-se na casa de amigos e parentes, pedir a separação e até mesmo suicidar-se. Geralmente, há um distanciamento do agressor. É importantíssimo lembrar que você mulher não está sozinha, que existe toda uma rede de apoio pronta para te ajudar, quer você consiga enxergar isso agora ou não. E isso serve para lembrar que o ciclo se completa na fase 3, a fase que faz com que tudo comece de novo e de novo.

FASE 3 ARREPENDIMENTO E COMPORTAMENTO CARINHOSO



Também conhecida como “lua de mel”, esta fase se caracteriza pelo arrependimento do agressor, que se torna amável para conseguir a reconciliação. A mulher se sente confusa e pressionada a manter o seu relacionamento diante da sociedade, sobretudo quando o casal tem filhos. Em outras palavras: ela abre mão de seus direitos e recursos, enquanto ele diz que “vai mudar”.

Há um período relativamente calmo, em que a mulher se sente feliz por constatar os esforços e as mudanças de atitude, lembrando também os momentos bons que tiveram juntos. Como há a demonstração de remorso, ela se sente responsável por ele, o que estreita a relação de dependência entre vítima e agressor.

Um misto de medo, confusão, culpa e ilusão fazem parte dos sentimentos da mulher. Por fim, a tensão volta e, com ela, as agressões da Fase 1.

Cinco tipos de violência

São cinco os tipos de violência contra a mulher e eles se manifestam de diversas formas. O conceito definido na Convenção de Belém do Pará, em 1994, define violência contra as mulheres quando acontece “qualquer ação ou conduta, baseada no gênero, que cause morte, dano ou sofrimento físico, sexual ou psicológico à mulher, tanto no âmbito público como no privado” (Art. 1º). Vale ressaltar que na maioria dos casos, as agressões acontecem de forma sutil. Fique atenta aos sinais!

Violência Física



Ele ofende a integridade e saúde do seu corpo, seja atirando objetos em você, apertando o seu braço, sacudindo, lhe empurrando, espancando, lhe ferindo com objetos cortantes, queimaduras, armas de fogo, tortura, entre outros.

Violência Psicológica



A conduta dele oprime a sua mente e na maioria das vezes, ele te faz sentir culpada por coisas que ele fez que te fazem sofrer. O seu estado emocional fica um caos, sua autoestima diminui, ele controla ou degrada as suas ações, comportamentos, crenças e decisões. Te ameaça, constrange, humilha, manipula, te isola, te vigia constantemente, persegue, insulta, chantageia, entre outros.

Violência Sexual



Te força a presenciar, manter ou participar de relação sexual não desejada mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força, mesmo a pessoa sendo companheiro, namorado, ou marido. Cometer estupro, retirar a camisinha sem avisar na hora do ato, impedir que você use métodos contraceptivos, te obrigar a atos sexuais que não te deixem confortável, entre outros.

Violência Patrimonial



Ele controla totalmente ou parcialmente os seus objetos, instrumentos de trabalho, documentos pessoais, bens, valores e direitos ou recursos econômicos, incluindo os destinados a satisfazer suas necessidades. Pode controlar seu dinheiro, deixar de pagar a pensão alimentícia com a finalidade de lhe prejudicar, se apropriar de seus documentos para cometer estelionato, causar danos propositais a objetos, entre outros.

Violência Moral



Ele lhe humilha com calúnias, difamações ou injúrias. Te expõe com uma imagem negativa para amigos, familiares e sociedade em geral. Te desvaloriza pela forma de se vestir ou pelo seu jeito de ser, geralmente te acusa de traição e te rebaixa por meio de xingamentos, entre outros.

Feminicídio

Feminicídio é o estágio final de uma sequência de danos causados a uma mulher. Acontece quando o agressor, que geralmente já havia destruído o estado emocional, físico, psicológico, bem como seus objetos, autoestima e imagem moral da vítima, finaliza seu ato com a morte. A morte por ser mulher coloca o Brasil no ranking mundial de feminicídios. No mundo todo, as brasileiras ocupam o 5º lugar no número de vítimas.

São corpos que são feitos de propriedades do universo masculino, que morrem aos poucos, vítimas do machismo reproduzido pelos companheiros, entranhado em uma cultura social. E é por essa vulnerabilidade social que mulheres não percebem os primeiros sinais de violência ainda no início do relacionamento. Companheiros abusivos dão sinais de agressão antes mesmo do ato. **FIQUE ATENTA!**

Em 2021, 1.319 casos ocorreram, resultando em uma mulher morta pelo companheiro a cada sete horas. E se esse problema é absurdo entre mulheres em geral, quando se trata das mulheres negras, elas são três em cada cinco mortes, perfazendo o total de 66% das vítimas. Em 2022, o repasse do governo para o combate à violência contra a mulher foi menor, isso resultou, já no primeiro semestre, com um número de 699 assassinatos do grupo no país, uma média de quatro mulheres por dia.

Conhecida como Lei do Feminicídio, a Lei 13.104, de 9 de março de 2015, alterou o Código Penal para prever o feminicídio como circunstância qualificadora do crime de homicídio, além de incluí-lo na lista dos crimes hediondos. Passados oito anos após a promulgação desta Lei, o número de assassinatos aumentou.

Defesa

serviços disponíveis -
telefone, secretarias responsáveis

- **Fui agredida, onde posso buscar ajuda?**

Centro de Referência Clarice Lispector

Endereço: Rua Doutor Silva Ferreira, 122, Santo Amaro

Funcionamento: domingo a domingo, das 7h às 19h

Fone 1: (81) 3355.3008

Fone 2: (81) 3355.3009

Fone 3: (81) 3355.3010

- **Liga, Mulher**

0800 281 0107 - domingo a domingo, das 7h às 19h.

- **Ouvidoria da Mulher do Estado de Pernambuco**

Central de Teleatendimento à Cidadã Pernambucana
24h / Ligação gratuita

Avenida Cais do Apolo, nº 222, 3º andar, Centro, Recife, PE,
CEP 50030-905.

Telefone: 0800 281 8187

Horário de atendimento: das 8h às 18h, dias úteis.

Atendimento virtual: ouvidoria@secmulher.gov.pe.br

- **DEPEDDIM- DEFENSORIA PÚBLICA ESPECIALIZADA NA DEFESA DAS MULHERES**

Endereço: Rua Dom Manoel Pereira, 170, Bairro Santo Amaro (próximo a UNICAP) - Fone: (81) 3181-9452

- **Disque 180 - Central de Atendimento à Mulher**

A Central de Atendimento à Mulher – Ligue 180 é um serviço de atendimento telefônico que funciona 24 horas por dia, 7 dias por semana, inclusive durante os finais de semana e feriados. Toda ligação feita à Central é GRATUITA e o objetivo é disponibilizar um espaço para que as mulheres possam denunciar violência de gênero em suas diversas formas. As ligações podem ser feitas de qualquer telefone - seja ele móvel ou fixo, particular ou público (orelhão, telefone de casa, telefone do trabalho, celular). O Disque 180 foi criado pela Secretaria de Políticas para as Mulheres da Presidência da República.

- **Polícia Militar - Disque 190** (quando o crime está acontecendo)

- **Disque Denúncia:** (81) 3421 9595 (para outras situações)
- **Disque Denúncia do MPPE:** 0800 2819455
O serviço do Ministério Público de Pernambuco funciona de segunda a sexta- feira, das 12h às 18h, e tem como objetivo receber denúncias acerca de assuntos diversos referentes às áreas criminal, civil e de cidadania, bem como realizar o seu acompanhamento.
- **Ouvidoria da Mulher do Estado de Pernambuco - 0800 2818187**
Central de Teleatendimento à Cidadã Pernambucana 24h /
Ligação gratuita
Avenida Cais do Apolo, nº 222, 3º andar, Centro, Recife, PE,
CEP 50030-905.
Horário de atendimento: das 8h às 18h, dias úteis.
Atendimento virtual: ouvidoria@secmulher.gov.pe.br

- **Delegacias Especializadas Da Mulher**

Recife

1ª Delegacia de Polícia Especializada da Mulher
Rua do Pombal, Praça do Campo. Santo Amaro. Recife.
Fone: (81) 3184.3352

Jaboatão Dos Guararapes

2ª Delegacia de Polícia Especializada da Mulher
Estrada da Batalha, s/n°. Prazeres. Jaboaão dos Guararapes.
Fone: (81) 3184.3444/3445

Petrolina

3ª Delegacia de Polícia Especializada da Mulher
Rua Castro Alves, nº 57. Centro. Petrolina. Fone: (87) 3866.6625

Caruaru

4ª Delegacia de Polícia Especializada da Mulher
Rua Dalton Santos, nº 115. São Francisco. Caruaru.
Fone: (81) 3719.9106

Paulista

5ª Delegacia de Polícia Especializada da Mulher
Praça Frederico Ludgren, s/n°. Paulista. Fone: (81) 3184.7072

Garanhuns

9ª Delegacia de Polícia Especializada da Mulher
Rua Frei Caneca, nº 460. Heliópolis. Garanhuns.
Fone: (81) 3761.8507

● **Instituto Médico Legal**

Rua do Pombal, nº 455. Santo Amaro. Recife.
Fone: (81) 3222.5814

● **Centro de Atendimento às Mulheres em Situação de Violência Doméstica e Sexista**

Recife

Centro de Referência Clarice Lispector
Rua Bernardo Guimarães, nº 470. Boa Vista.
Fone: (81) 3232.5370/0800.2810107

Jaboatão

Centro de Referência Maristela Justus
Rua Travessa São João, nº 64. Massaranduba.
Fone: (81) 3468.2485

Olinda

Centro de Referência Márcia Dangremon
Rua Maria Ramos, nº 131. Bairro Novo.
Fone: (81) 3429.2707/0800.2812008

Ficha técnica

Sindicato dos Trabalhadores Públicos Federais em Saúde e Previdência Social no Estado de Pernambuco

Coordenador geral

Luiz Eustáquio Ramos Neto

Secretário geral

Irineu Messias de Araújo

Secretário de Finanças

José Bonifácio Monte

Secretaria de Imprensa e Comunicação

Silvaneide Márcia

Secretaria de Políticas Sociais e Culturais

Iacelys Maria Santana de Carvalho

Jornalista Responsável e Edição

Martihene Oliveira e Carlos Segundo

Textos

Carlos Segundo e Martihene Oliveira

Conselho Editorial

Luiz Eustáquio, Irineu Messias e José Bonifácio

Projeto Gráfico e Diagramação

Daniele Cardoso



SINDSPREV
PERNAMBUCO

 www.sindsprev.org.br |  siprevpe@uol.com.br
  [sindsprevpe](https://www.instagram.com/sindsprevpe) |  [sindsprev_pe](https://twitter.com/sindsprev_pe) |  [sindsprevrecifepe](https://www.youtube.com/sindsprevrecifepe)