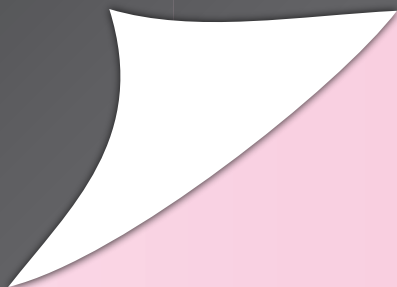
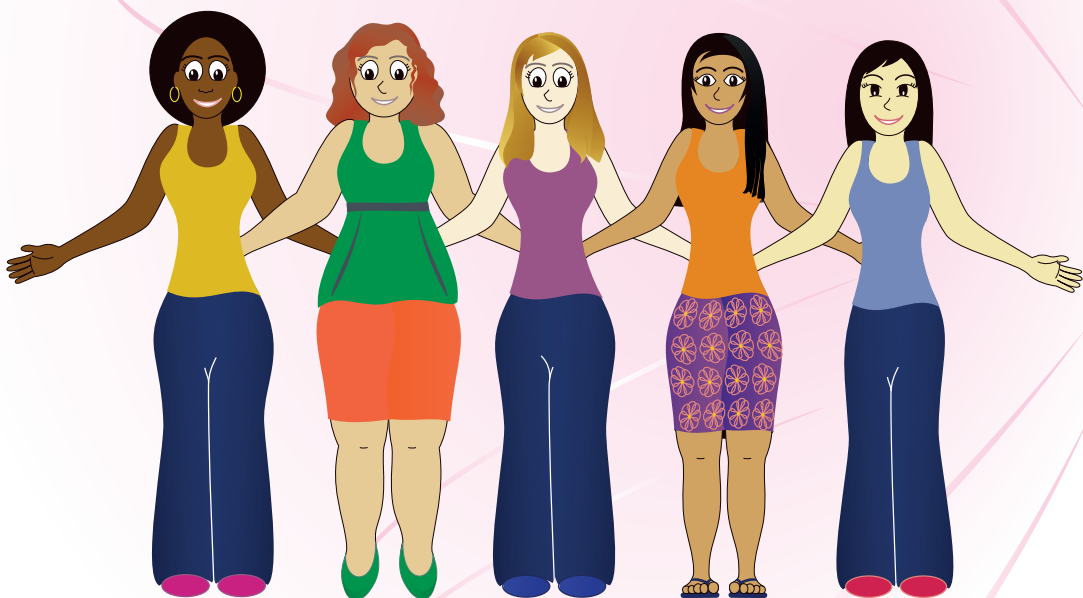


Mulher,

VIRE A PÁGINA...



**...E SEJA PROTAGONISTA
DE UM FINAL FELIZ!**



Elaboração do texto original

Promotoria de Justiça de Enfrentamento à Violência Doméstica (GEVID)

Promotoras de Justiça:

Maria Gabriela Prado Manssur
Sílvia Chakian de Toledo Santos
Valéria Diez Scarance Fernandes

Setor Técnico do GEVID:

Cintia Damasceno Clemente
Aydil da Fonseca Prudente
Maria Divanete Roverci
Maria José Basaglia
Wagner Alves Pereira

Revisão e elaboração da versão digital

Promotoras de Justiça:

Maria Gabriela Prado Manssur
Sílvia Chakian de Toledo Santos
Valéria Diez Scarance Fernandes

Setor Técnico do GEVID:

Cintia Damasceno Clemente
Maria Divanete Roverci
Maria José Basaglia
Wagner Alves Pereira

Ilustrações e diagramação

Núcleo de Comunicação Social

Esta cartilha foi elaborada com base:

- ▶ Na cartilha “Mulher, Vire a Página” do Ministério Público do Mato Grosso do Sul;
- ▶ No manual “Enfrentando a Violência Contra a Mulher: Orientações Práticas para Profissionais e Voluntários (as)” escrito por Bárbara M. Soares e publicado em 2005 pela Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres.

Índice

<i>Apresentação</i>	5
<i>Por que as mulheres aguentam tanto tempo a violência doméstica?</i>	6
<i>Homens e mulheres são iguais ou diferentes?</i>	7
<i>O ciclo da violência</i>	8
<i>Formas de violência doméstica</i>	13
<i>Faça o teste e veja se você está correndo risco</i>	14
<i>Você já pensou?</i>	15
<i>A violência se reproduz de geração para geração</i>	16
<i>É possível antecipar os sinais da violência</i>	17
<i>O que é necessário para enfrentar a violência doméstica?</i>	19
<i>Medidas protetivas e como solicitá-las</i>	20
<i>O que fazer se as medidas protetivas não forem respeitadas?</i>	21
<i>Onde encontrar ajuda?</i>	22

Apresentação

Cada vez mais, a tecnologia está presente na vida das pessoas. Por isso, a nossa cartilha “Mulher, Vire a Página” foi adaptada para este formato digital.

Agora você pode acessá-la a todo momento e em qualquer lugar!

Nesta cartilha, você encontrará reflexões quanto às causas da violência, informações quanto às formas de violência doméstica e familiar contra as mulheres, o Ciclo da Violência Doméstica, medidas protetivas de urgência e serviços da Rede de Atendimento, para apoio, orientação e acesso aos direitos.

Embora o texto da cartilha faça referência a homens e mulheres, é importante lembrar que a Lei Maria da Penha também se aplica às relações homoafetivas de mulheres, independente da orientação sexual.

Acesse as páginas e tenha uma ótima leitura!

**Promotoria de Justiça de
Enfrentamento à Violência
Doméstica da Capital
(Promotoria GEVID)**

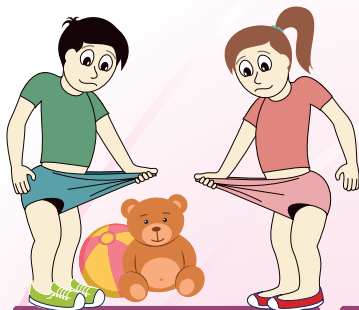
**Núcleo de Gênero
Centro de Apoio Operacional
Criminal**

Por que as mulheres aguentam tanto tempo a violência doméstica?

1. Esperança de que o parceiro mude o comportamento.
2. Medo de romper o relacionamento.
3. Vergonha de procurar ajuda e de ser criticada.
4. Sentimento de estar sozinha e de não contar com pessoas que a apoiem.
5. Pressão social para preservar a família.
6. Medo de sofrer discriminação por estar “sem marido”.
7. Dependência econômica do parceiro para o sustento da família.
8. Dependência emocional do parceiro.
9. Dificuldades para vivenciar um processo de separação.

Romper uma relação violenta é um processo: cada mulher tem seu tempo.

Homens e mulheres são iguais ou diferentes?



Existem diferenças entre o corpo do homem e o corpo da mulher. Estas diferenças são biológicas e estão relacionadas aos sexos masculino e feminino.

Contudo, as diferenças entre os sexos não explicam as desigualdades de poder, prestígio e liberdade entre homens e mulheres, como nos exemplos:

Educação e Renda*:

Uma mulher com ensino superior completo ou mais, recebe 63,4% dos rendimentos de um homem com a mesma escolaridade.

Trabalho Doméstico*:

As mulheres dedicam 18,1 horas semanais em cuidados de pessoas e/ou afazeres domésticos. Os homens, apenas 10,5 horas

Violência*:

81,8% das vítimas de estupro no Brasil são mulheres. 4 meninas com menos de 13 anos são estupradas por hora. 88,8% dos feminicídios, foram cometidos por (ex)parceiros

Essas desigualdades são fruto das relações de gênero, isto é, do modo como as sociedades vêm construindo, ao longo da história, as ideias, as normas, os comportamentos, etc. sobre o que é masculino e o que é o feminino. Assim, ser homem ou mulher hoje é bastante diferente da época dos nossos avôs e avós e será diferente também para nossos(as) filhos(as) e netos(as).

Uma das consequências mais graves da desigualdade de gênero é a persistência da ideia de que homens possam ofender, humilhar e agredir as mulheres porque “podem”, “têm direito” ou “necessidade sexual”.

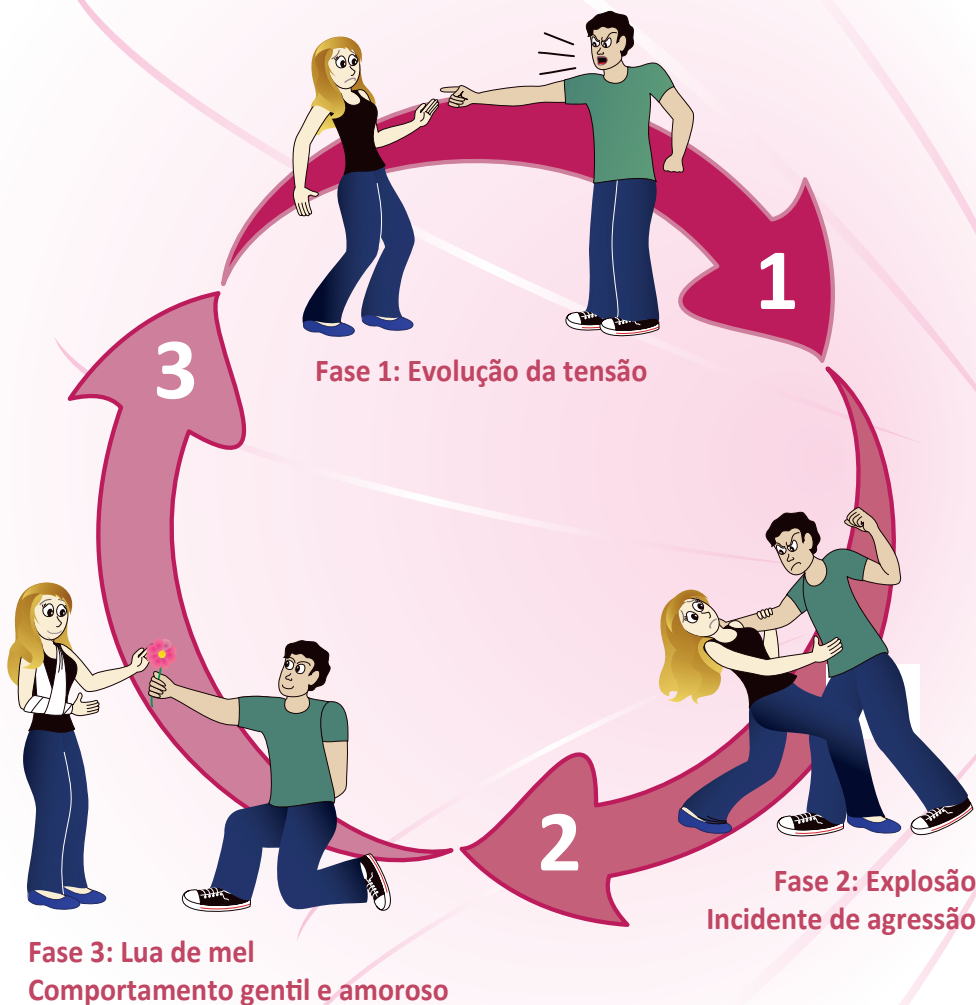
A violência doméstica e familiar contra as mulheres é considerada uma “violência de gênero” porque está embasada numa relação desigual de poder entre o homem e a mulher.

*Homens e mulheres podem ser diferentes,
mas os direitos devem ser iguais!*

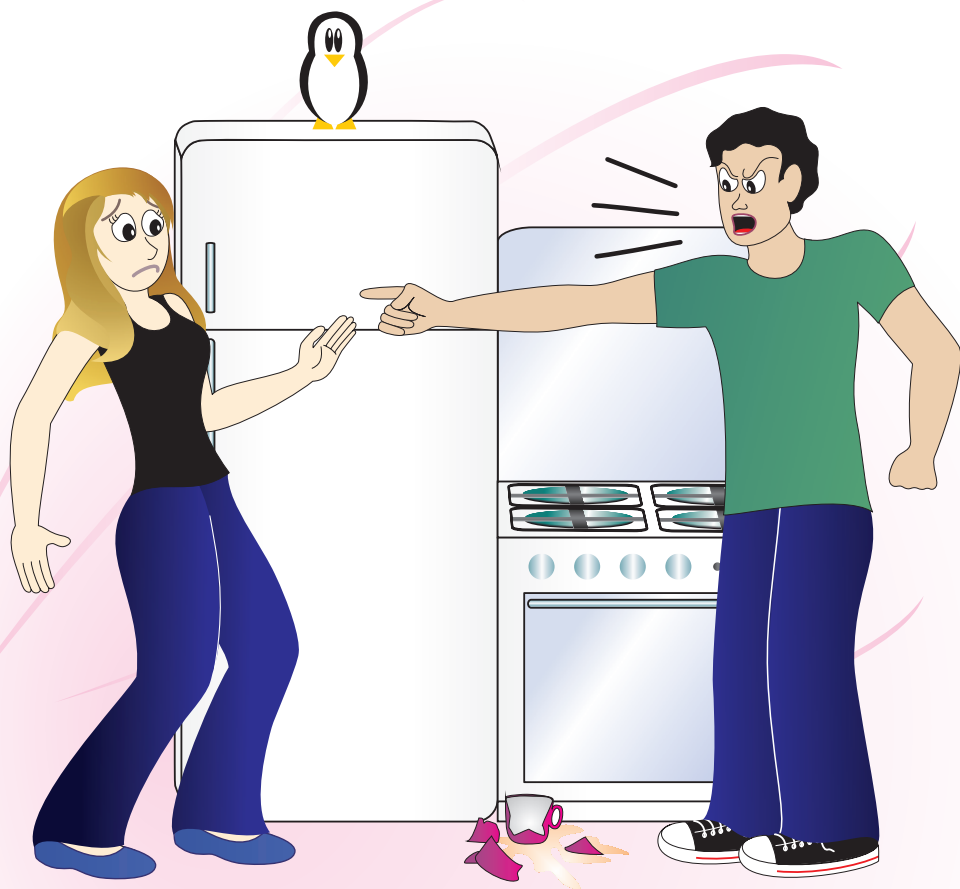
*Dados adaptados a partir das publicações: “Estatísticas de Gênero”, do IBGE/2018; e “13º Anuário de Segurança Pública”, do Fórum Brasileiro de Segurança Pública/ 2019.

Ciclo da Violência*

o ciclo da violência é composto por 3 fases



*WALKER, Lenore E. *The battered woman*. NY: HarperPerennial, 1979.



Fase 1 Evolução da Tensão

Atitude do agressor: comportamento ameaçador. Agressões verbais (ofensas, humilhações) e/ou destruição de objetos da casa.

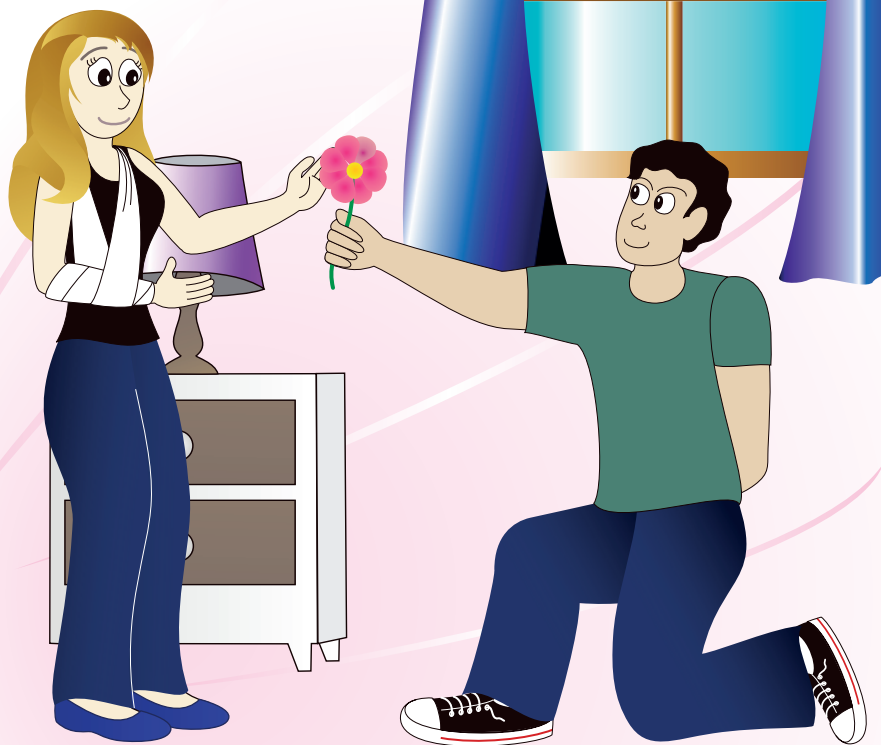
Atitude da vítima: sente-se responsável pelas explosões do agressor. Procura justificativas para o comportamento violento dele (cansaço, desemprego, alcoolismo, etc.).



Fase 2 Explosão / Incidente de Agressão

Atitude do agressor: comete agressões físicas e verbais e apresenta comportamento descontrolado. A cada novo ciclo as agressões se tornam mais violentas.

Atitude da vítima: sente-se fragilizada, em choque. Acredita que não tem controle da situação.



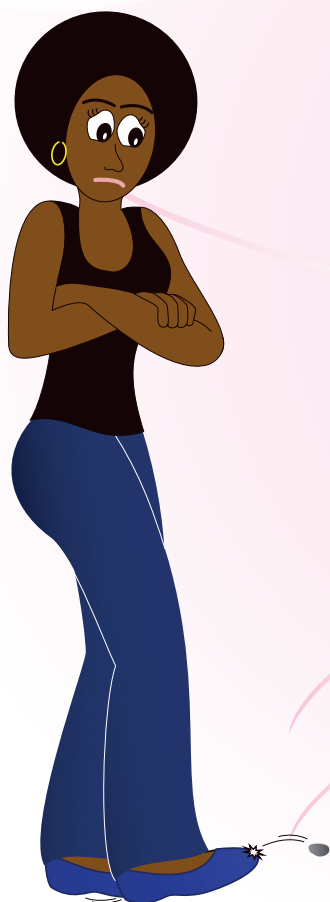
Fase 3

Lua de Mel / Comportamento Gentil e Amoroso

Atitude do agressor: diz que se arrepende e promete mudar de comportamento. Temporariamente torna-se atencioso e carinhoso.

Atitude da vítima: acredita na mudança de comportamento do agressor e que a violência não se repetirá até que o casal retorna à fase 1.

A repetição do “Ciclo da Violência Doméstica”, frequentemente, leva a mulher a acreditar que não pode controlar as agressões praticadas por seu companheiro ou ex-companheiro. Isto pode gerar um intenso sentimento de desamparo e o pensamento de que “não há saída”. Por estas razões, a mulher pode permanecer muito tempo em uma relação violenta e enfrentar dificuldades para procurar ajuda.



É preciso compreender que a dificuldade de agir ou reagir não é culpa da mulher, mas decorre de um aprendizado emocional criado pela própria situação de violência.

Pesquisadores(as) chamam este “aprendizado” de “síndrome do desamparo aprendido”.

A violência contra as mulheres se manifesta de várias maneiras:

Violência psicológica

- ▶ Controlar roupas, amizades, vida social
- ▶ Perseguir e vigiar constantemente
- ▶ Monitorar por telefone (ficar ligando para saber onde está)
- ▶ Proibir de trabalhar e/ou estudar
- ▶ Proibir de ter contato com familiares
- ▶ Humilhar
- ▶ Chantagear
- ▶ Ameaçar verbalmente, tal como “se não for minha, não será de mais ninguém”
- ▶ Ameaçar com arma ou outro instrumento
- ▶ Descumprir as medidas protetivas deferidas

Violência Patrimonial

- ▶ Rasgar roupas
- ▶ Quebrar celular
- ▶ Destruir fotos ou objetos de trabalho
- ▶ Apropriar-se de bens
- ▶ Controlar o salário
- ▶ Usar benefícios assistenciais e previdenciários da mulher (Bolsa Família, aposentadoria, etc.)

Violência Sexual

- ▶ Forçar relação sexual ou atos sexuais
- ▶ Manter relação sexual ou práticas sexuais com criança ou adolescente com menos de 14 anos, ou pessoa com doença ou deficiência mental
- ▶ Manter relação sexual quando a mulher está dormindo ou inconsciente (por medicação, bebida ou droga)
- ▶ Praticar qualquer ato sexual sem consentimento da mulher
- ▶ Assediar sexualmente no local de trabalho
- ▶ Obrigar a ver pornografia.
- ▶ Impedir uso de método contraceptivo (camisinha, pílula, etc.)
- ▶ Obrigar a uma gravidez ou a um aborto.

Violência física

- ▶ Empurrar, chacoalhar
- ▶ Puxar os cabelos
- ▶ Dar tapas, socos, chutes
- ▶ Apertar o pescoço, sufocar
- ▶ Agredir com paulada
- ▶ Agredir com faca
- ▶ Agredir com objetos de casa
- ▶ Agredir para descobrir uma informação
- ▶ Agredir para castigar
- ▶ Assassinar (feminicídio)

Violência Moral

- ▶ Xingar
- ▶ Injuriar (chamar de vagabunda, vadia)
- ▶ Caluniar (acusar de roubo e outros crimes)
- ▶ Difamar (acusar de traição, de ser louca, não ser boa mãe)

Violência virtual

- ▶ Invadir celular, computador
- ▶ Fotografar ou filmar cenas de nudez ou sexo sem autorização
- ▶ Fazer montagens de fotos/filmes com rosto da vítima
- ▶ Compartilhar fotografia ou vídeo com cena de estupro
- ▶ Compartilhar, inclusive por redes sociais/mensagens, cena de nudez ou sexo
- ▶ Compartilhar essas cenas ou fotos para se vingar da separação ou humilhar a mulher

Faça o teste e veja se você está correndo risco

marque com um X quando a resposta for SIM

- ☐ Ele controla o tipo de roupa que você usa?
- ☐ Ele tenta lhe afastar de amigos(as), parentes e vizinhos(as)?
- ☐ 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?
- ☐ As brigas estão ficando mais frequentes e mais graves?
- ☐ Durante as brigas ele parece ficar sem controle?
- ☐ Ele destrói seus objetos, roupas, fotos, documentos, móveis ou seus instrumentos de trabalho?
- ☐ Ele maltrata ou já matou algum de seus animais de estimação?
- ☐ Ele faz questão de lhe contar que tem uma arma ou a exhibe para você?
- ☐ Ele ameaça seus parentes e amigos(as)?
- ☐ Ele tem envolvimento com criminosos e lhe ameaça dizendo que alguém fará o “serviço sujo” por ele?
- ☐ Quando você tenta se separar ele não aceita e fica lhe telefonando, fazendo “escândalo na porta” da sua casa ou trabalho?
- ☐ Nas tentativas de término do relacionamento ele lhe persegue e insiste em ter mais uma chance?
- ☐ Ele diz que se você não for dele não será de mais ninguém?

Resultado: se você respondeu SIM a pelo menos uma destas questões, procure um serviço da Rede de Atendimento às Mulheres
(página 22 desta cartilha)

Ditados populares que reforçam a violência contra as mulheres:

“Em briga de marido e mulher, ninguém mete a colher.”

“Um tapinha não dói.”

“Apanha porque merece.”

“Antes mal-acompanhada do que só.”

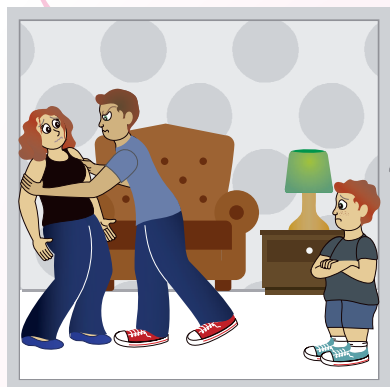
“Eu não sei porque estou batendo, mas ela sabe porque está apanhando.”

“Ruim com ele, pior sem ele.”

Você já pensou ?

- ▶ Por que aceitamos piadas contra as mulheres?
- ▶ Por que reproduzimos a desigualdade entre homens e mulheres na educação?
- ▶ Se todos comem e sujam, por que só as mulheres têm que cozinhar e limpar?
- ▶ Por que os homens não agriem qualquer mulher, mas agriem aquelas que consideram “sua propriedade” ou sobre as quais pensam “ter direitos” por serem (ou terem sido) suas namoradas, companheiras, esposas?

A violência se reproduz de geração em geração...



A violência não se rompe sozinha.

Busque apoio em um serviço da

Rede de Atendimento às Mulheres (página 22 desta cartilha)

É possível antecipar os sinais da violência?

1. Comportamento controlador: sob o pretexto de cuidar ou proteger, o homem potencialmente violento passa a monitorar os passos da mulher com quem se relaciona e a controlar suas decisões, seus atos, suas amizades e suas relações.

2. 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”.

3. Expectativas irreais: o autor de 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, amante 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 ela circule livremente, trabalhe ou estude.

4. Descontrole emocional: o autor de violência pode mostrar-se facilmente insultado, ferido em seu sentimento ou enfurecido com o que considera “injustiça” contra si.

5. Crueldade contra 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.

6. Agressões verbais: além de caracterizar violência psicológica, as agressões verbais podem preceder 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.

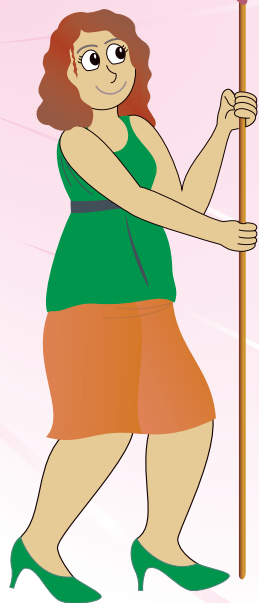
7. Comportamento de negação: se tiver praticado outros atos de violência no passado, ele poderá negá-los, invertendo a responsabilidade e culpando as parceiras anteriores.

Estes sinais não devem servir para julgar ninguém, mas exigem que fiquemos atentas: eles podem indicar que o caminho para a violência está sendo construído.

O que é necessário para enfrentar a violência contra as mulheres?

► Em primeiro lugar, a sociedade precisa compreender que existe uma cultura machista por trás da desvalorização das mulheres na sociedade. A partir daí, adotar e incentivar ações de fortalecimento das mulheres. É necessário, por exemplo, que se estabeleçam relações de igualdade entre homens e mulheres no mercado de trabalho, em casa, na vida política, nas atividades culturais e esportivas, etc.

IGUALDADE



► Em segundo lugar, é preciso compreender que a violência doméstica e familiar contra mulheres é uma expressão grave dessa cultura machista.

► Por fim, é fundamental apoiar as mulheres diante de situações de violência, escutando-as, respeitando as suas dificuldades, incentivando-as a não permanecerem sozinhas e a buscarem ajuda na rede de atendimento às mulheres (página 22 desta cartilha).

MEDIDAS PROTETIVAS E COMO SOLICITÁ-LAS

A Lei Maria da Penha, em seus artigos 22, 23 e 24, prevê Medidas Protetivas de Urgência que são avaliadas e concedidas pelo(a) juiz(a).

Você pode solicitá-las no momento do registro do boletim de ocorrência ou a qualquer tempo em uma Delegacia de Polícia, no Ministério Público, na Defensoria Pública ou por meio de advogado(a).

Alguns(algumas) juízes(as) aceitam a solicitação de medidas protetivas sem o registro de boletim de ocorrência. Nestes casos, é importante procurar orientação nos serviços da rede de atendimento às mulheres.

Dentre as principais medidas protetivas, destacam-se:

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

Alguns (algumas) Juízes(as) vêm concedendo medidas protetivas que proíbem o autor de violência de divulgar/compartilhar fotos e/ou vídeos íntimos, envolvendo a mulher, em redes sociais ou qualquer outro meio.



ATENÇÃO!

O QUE FAZER SE AS MEDIDAS PROTETIVAS NÃO FOREM RESPEITADAS?

O descumprimento de medidas protetivas concedidas em favor de mulheres agora é CRIME!

Lei Maria da Penha: Art. 24-A: Descumprir decisão judicial que defere medidas protetivas de urgência previstas nesta Lei: Pena – detenção, de 3 (três) meses a 2 (dois) anos (Incluído pela Lei nº 13.641, de 2018).

Além de responder por esse crime, o agressor pode ser intimado para uma audiência de advertência ou ter sua prisão decretada.

É importante que a mulher comunique o descumprimento das medidas protetivas registrando um “Boletim de Ocorrência de Descumprimento de Medidas Protetivas”. Caso não haja uma Delegacia da Mulher próxima à residência, é possível registrar o B.O. em uma Delegacia comum ou através da Delegacia Eletrônica.

No estado de São Paulo o Boletim de Ocorrência Eletrônico deve ser registrado em

www.delegaciaeletronica.po-liciacivil.sp.gov.br/ssp-de-cidadao/home

Quando registrar o BO de descumprimento de medidas protetivas é importante contar como ocorreu esse descumprimento, apresentando fotos, cópias de mensagens, nome de testemunhas, etc.

**Existem profissionais que podem ajudá-la a romper o ciclo de violência!
NÃO FIQUE SOZINHA!**



Onde encontrar ajuda?

A Lei Maria da Penha afirma que o Poder Público deve desenvolver políticas que garantam condições para que as mulheres possam superar a situação de violência doméstica e familiar.

CONHEÇA a Lei Maria da Penha

Muitos municípios já dispõem de programas e/ou serviços especializados no atendimento social, psicológico e jurídico às mulheres em situação de violência.

Se no seu município não existe um desses programas e/ ou serviços para atendê-la, você pode procurar apoio e orientação:

- ▶ nas Unidades Básicas de Saúde (UBS)
- ▶ nos Centros de Referência da Assistência Social (CRAS) ou
- ▶ nos Centros de Referência Especializados de Assistência Social (CREAS)

Na cidade de São Paulo existem serviços gratuitos especializados no atendimento de às mulheres:

- ▶ **Centros de Referência da Mulher (CRMs)**
- ▶ **Centros de Defesa e Convivência da Mulher**
- ▶ **Centros de Cidadania da Mulher (CCMs)**

EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA

CASA DA MULHER BRASILEIRA

Aberta 24 horas.

Atende mulheres de todo o Brasil.

Oferece alojamento emergencial por 48 horas.

Reúne diversos serviços, como: Delegacia da Mulher, Defensoria Pública, Ministério Público e Tribunal de Justiça, e outros.

Oferece atendimento com profissionais de Serviço Social e Psicologia, inclusive em Libras.

Rua Vieira Ravasco, 26 – Bairro Cambuci – Centro – São Paulo SP | Tel.: 3275-8000

As mulheres podem contar também com:

Delegacias de Defesa da Mulher (DDMs): as DDMs são unidades especializadas da Polícia Civil para o atendimento de mulheres em situação de violência.

As DDMs são responsáveis pelo registro de boletins de ocorrência, investigação de crimes praticados contra as mulheres, encaminhamento de solicitação de medidas protetivas, entre outros.

**AGORA, NO ESTADO DE SÃO PAULO VOCÊ PODE REGISTRAR O
BOLETIM DE OCORRÊNCIA PELA INTERNET!**

No registro do BO Eletrônico, é possível juntar fotografias, relatórios médicos, indicar testemunhas e até solicitar as medidas protetivas previstas na **Lei Maria da Penha**.

O acesso pode ser feito por telefone celular, tablet e computador. É muito simples.

www.delegaciaeletronica.policiacivil.sp.gov.br/ssp-de-cidadao/home

Defensoria Pública do Estado de São Paulo: A Defensoria Pública é uma instituição que presta assistência jurídica gratuita e integral para pessoas que não tenham condições financeiras de pagar por este serviço. Geralmente, atende pessoas que possuem renda familiar de até três salários mínimos. Porém, há casos excepcionais que são avaliados no atendimento presencial por Defensores e Defensoras Públicas.

A Defensoria pode ser procurada para as ações de separação, guarda, pensão alimentícia, solicitação de medidas protetivas, etc.

Defensoria Pública do Estado de São Paulo - www.defensoria.sp.def.br/dpesp/

Ministério Público -Promotoria de Justiça de Enfrentamento à Violência Doméstica da Capital

Promove ações penais de responsabilização dos autores de violência doméstica e familiar contra as mulheres e solicita medidas protetivas. Também desenvolve ações de orientação às mulheres em situação de violência, capacitação de profissionais da rede de atendimento às mulheres, fiscalização de políticas públicas, etc.

Conheça a Promotoria GEVID:

www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/Violencia_Domestica/promotoria_GEVID

Você pode obter mais informações sobre violência doméstica e familiar contra as mulheres, de todas as idades, aqui: www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/Violencia_Domestica

Violência institucional:

Se você for mal atendida em serviços públicos (Delegacias, Centros de Referência, etc.) procure o Ministério Público ou ligue 180 para fazer sua denúncia.

