

Violência Doméstica

Conheça seus direitos e saiba onde buscar ajuda



DEFENSORIA PÚBLICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

NUDEM

Núcleo de Defesa
dos Direitos da Mulher
Vítima de Violência de Gênero



COMULHER
Instituição de Defesa dos Direitos da Mulher



A Lei Maria da Penha

(Lei nº 11.340/2006)

É uma ferramenta essencial na luta contra a violência doméstica e familiar e se aplica a todas as mulheres, sejam cisgênero, transexuais, bissexuais, travestis, de todas as raças e classes sociais.

O que é violência doméstica?

Segundo a lei, a violência doméstica é definida como “qualquer ação ou omissão **baseada no gênero** que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial”. Na prática, esse tipo de violência é definida pelo **gênero** da vítima e pelo **contexto** em que ocorre. Ela se diferencia de outras violências (como um assalto na rua, por exemplo) por acontecer em meios de convivência e afeto, seja ele atual ou passado.

A violência doméstica, conforme a Lei, atinge a mulher **pelo fato de ela ser mulher**, dentro de relações de confiança ou de poder familiar/afetivo.

Quem são as potenciais vítimas e abusadores previstos em lei?

A Lei Maria da Penha reconhece a violência de gênero em suas diversas formas e se aplica a um vasto grupo de mulheres, incluindo:



Mulheres cisgênero, mulheres lésbicas e bissexuais (a lei também se aplica para a relação entre mulheres), mulheres transexuais e travestis, de qualquer classe social e de todas as raças.

Em resumo, a Lei Maria da Penha é uma ferramenta essencial para combater a violência contra a mulher, garantindo proteção a todas, sem exceção.

Os potenciais abusadores podem ser:

Homens ou mulheres com quem a vítima tem ou teve uma relação íntima de afeto (como maridos, companheiros, namorados, ex-parceiros), pessoas da família (pais, filhos, irmãos, tios, avós), ou qualquer pessoa que conviva ou tenha convivido com a mulher na unidade doméstica (como um parente ou amigo que mora junto).

Atenção aos sinais de alerta !

Um relacionamento tóxico é aquele que te faz sentir mal, insegura, desvalorizada, constantemente ansiosa e com medo. Preste atenção aos sinais.



Controle excessivo

Sabe quando a pessoa tenta controlar suas roupas, onde você vai, quais amigos você pode ver, como gasta seu dinheiro? Fique ligada!

Ciúme abusivo

O ciúme exagerado, infundado, que te controla e impede de viver a sua vida sem que seu/sua companheiro/a esteja por perto não deve ser considerado normal, nem sinal de muito amor.

Humilhação e desvalorização

Criticas constantes, piadas que te diminuem, te fazem sentir burra ou incapaz e xingamentos não devem ser naturalizados.

Isolamento

Muitas vezes, a pessoa abusadora tenta te afastar de amigos e familiares e te isolar, fazendo parecer cada vez mais difícil sair daquela situação.

Ameaças

Abusadores tendem a manipular suas vítimas com diversos tipos de ameaças: terminar o relacionamento, se machucar, te machucar, ferir alguém que você ama ou tornar público algo que aconteceu na intimidade de vocês.

Explosões de raiva

Mudanças bruscas de humor, gritos, acessos de raiva, quebrar objetos durante uma briga. Essas atitudes devem deixar você bastante alerta.

Manipulação e chantagem emocional

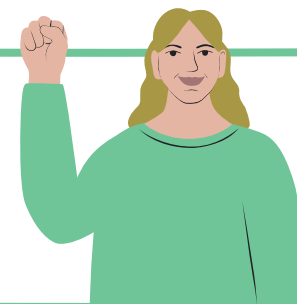
Fazer você se sentir culpada e errada sempre, mesmo quando você sabe que está certa, e usar seu afeto para conseguir o que quer são exemplos clássicos de manipulação. Da mesma maneira, abusadores tendem a minimizar o que você sente, dizendo que “você faz drama” por qualquer coisa.

Desrespeito à sua privacidade

Invadir o seu espaço pessoal, inclusive online, mexer no seu celular, ver com quem você troca mensagens, fiscalizar suas redes sociais e até mesmo escolher com quem você pode ou não interagir são alguns casos onde há desrespeito à sua privacidade.

QR Code Quiz

Identifique se você vive um relacionamento abusivo ou violento



Quais são os tipos de violência que acometem as mulheres e exemplos práticos?

A Lei Maria da Penha tipifica cinco formas de violência:



1. Violência Física

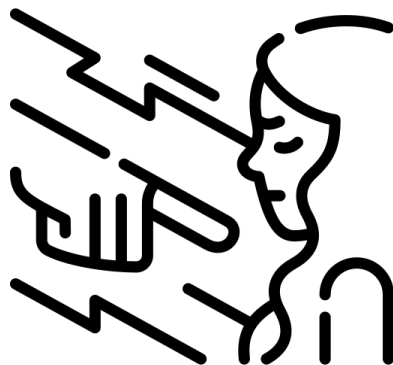
É configurado por qualquer conduta que cause dano à saúde ou integridade corporal.

Exemplos: socos, tapas, empurrões, puxões de cabelo, mordidas, queimaduras, restrição de movimento, ou até mesmo privar a mulher de comida e sono.

2. Violência Psicológica

São as atitudes que causam dano emocional, diminuição da autoestima, ou que visam controlar ações, comportamentos e decisões da mulher.

Exemplos: ameaças, humilhações, xingamentos, ridicularização, isolamento social (proibir contato com amigos/família), vigilância constante, chantagem emocional, desvalorização de opiniões, críticas constantes à aparência ou à inteligência.



3. Violência Sexual

São as situações que forcem a mulher a participar de relação sexual não desejada, que a impeça de usar métodos contraceptivos, entre outros.

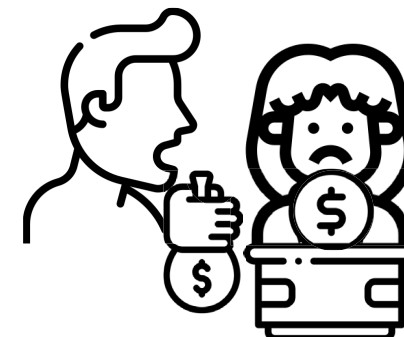
Exemplos: estupro (mesmo dentro do casamento ou namoro), forçar a assistir pornografia, impedir o uso de preservativos, forçar gravidez, aborto ou prostituição. Está enquadrado dentro deste tipo de violência, também, a divulgação não consentida de vídeos e fotos íntimas.



4. Violência Patrimonial

É considerada violência patrimonial qualquer conduta que lese os bens da mulher.

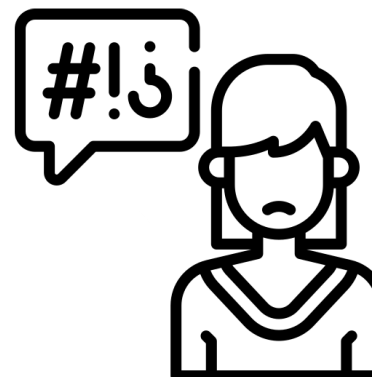
Exemplos: roubar o dinheiro da mulher, quebrar os pertences dela, reter documentos (RG, CPF, passaporte, carteira de motorista), controlar o salário, impedir o acesso a bens ou herança, destruir objetos de valor afetivo ou instrumentos profissionais.



5. Violência Moral

São atos que configuram calúnia, difamação ou injúria.

Exemplos: espalhar boatos falsos sobre a mulher (difamação), acusá-la falsamente de crimes (calúnia), ou ofendê-la com palavras que desrespeitem sua dignidade e imagem (injúria), inclusive nas redes sociais.



O ciclo da violência

O ciclo da violência é um padrão destrutivo que se repete em relacionamentos abusivos, ficando cada vez mais grave e perigoso ao longo do tempo.

1. Fase da Tensão (Acúmulo de tensão)

Nesta fase, o agressor fica mais impaciente, ciumento, faz cobranças excessivas, provocações, humilhações (veladas ou não) e pode haver xingamentos. A vítima tenta acalmar a situação, se cala, se isola e se sente constantemente “pisando em ovos” para evitar a explosão.

2. Fase da Explosão (Ato de violência)

Quando o agressor explode e comete a violência, que pode ser de forma verbal, física, sexual, moral, patrimonial ou combinações desses tipos. Muitas vezes, a mulher se sente paralisada, com medo, vergonha, raiva, o que causa grave sofrimento psicológico. Geralmente, neste momento, ela busca se distanciar do agressor.

3. Fase da Lua de Mel (Arrependimento e carinho)

Após a agressão, o agressor vive a fase do “arrependimento”. Pode haver pedidos de desculpas, juras de amor, presentes, atos de carinho, promessas de que aquilo jamais irá se repetir. A vítima se sente confusa e com a esperança de que tudo irá melhorar e resolve dar uma nova chance.

É importante entender que, com o tempo, a fase da “lua de mel” tende a diminuir ou desaparecer, enquanto as fases de tensão e explosão se tornam mais frequentes e intensas, tornando o ciclo cada vez mais perigoso.



Você não está sozinha! Busque ajuda!



Quais dispositivos a Lei Maria da Penha oferece para garantir a segurança da mulher, como ela pode ajudar?

A Lei Maria da Penha criou as Medidas Protetivas de Urgência (MPU), ferramentas importantes para te proteger e garantir sua integridade física, quando você está correndo risco.

Medidas mais comuns contra o agressor:

- Proibição de se aproximar ou entrar em contato com você, seus familiares e testemunhas.
- Afastamento do agressor da casa onde vocês moram, caso compartilhem a moradia.
- Restrição para que ele não possa ter ou carregar uma arma.
- Suspensão ou mudança das regras de visita aos filhos.

Outras medidas que podem ajudar:

- Pensão alimentícia provisória, paga pelo agressor.
- Garantia de que você mantenha seu emprego por até seis meses, mesmo afastada do trabalho, caso isso seja necessário para assegurar sua integridade física.
- Matrícula ou transferência dos seus filhos para uma escola mais perto da sua nova casa.
- Auxílio-aluguel por até 6 meses, pago pelo governo (Sistema Único de Assistência Social - SUAS).

Como pedir as medidas protetivas de urgência?

- A forma mais comum é fazendo um Registro de Ocorrência (Boletim de Ocorrência ou BO) na delegacia. Você deve contar tudo o que aconteceu, com detalhes, provas (como prints, mensagens e áudios, além de testemunhas, caso haja) e pedir medidas protetivas.
- Se for possível, procure uma Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher (DEAM), mas o registro pode ser feito em qualquer delegacia.
- O seu boletim de ocorrência vira um processo na justiça e um juiz irá analisar seu pedido e iniciar uma investigação criminal contra o agressor.



**Veja aqui os
endereços da
Defensoria
Pública**

**Veja aqui os
endereços de
serviços de
atendimento
à mulher**



Pedir ajuda é um ato de coragem e o primeiro passo para uma vida livre de violência



Como acompanhar o pedido de Medida Protetiva?

O juiz tem até 48 horas para decidir sobre o seu pedido de medida protetiva. Para acompanhar seu caso, busque os canais de atendimento da Defensoria Pública (129, app Defensoria RJ ou busque atendimento da defensoria da sua cidade).

A lei permite que o juiz mude uma medida por outra mais adequada ou adicione novas medidas se a sua situação mudar.

Por isso, é muito importante avisar a/o defensora/defensor público assim como o juiz sempre que algo novo acontecer na situação de violência.

O que fazer se o agressor descumprir a medida protetiva?

- Se o agressor desobedecer à decisão do juiz e descumprir a medida protetiva, isso é crime! A pena para esse crime é de 2 a 5 anos de prisão.
- Se estiver em perigo imediato, ligue para o 190 (Polícia Militar) na mesma hora!
- Para que ele seja investigado e processado por esse descumprimento, registre um novo Boletim de Ocorrência (BO) em qualquer delegacia, relatando o ocorrido.
- É bom também avisar sobre o descumprimento no processo judicial onde a medida foi dada. A Defensoria Pública pode te ajudar com isso.

A Defensoria Pública está ao seu lado!

A Defensoria Pública é uma instituição que oferece assistência jurídica gratuita para defender os direitos das mulheres em situação de violência, independentemente de sua renda. Veja como atuamos.

- **Medidas Protetivas de Urgência:** ajudamos a fazer o pedido, acompanhamos você nas audiências, pedimos a renovação de prazo das medidas protetivas ou a modificação delas, dependendo do seu caso.
- **Ações de Direito de Família:** representamos você no caso de divórcio, fim da união estável, guarda dos filhos, pensão alimentícia, divisão de bens, entre outras questões que precisam ser resolvidas com o fim do relacionamento.
- **Encaminhamentos:** indicamos outros serviços de apoio nas áreas de saúde, assistência social e acompanhamento psicológico que podem te ajudar a enfrentar essa situação.

Outros canais de apoio



Ligue 180: Central de Atendimento à Mulher em Situação de Violência. Atendimento 24 horas por dia, todos os dias da semana, gratuito e sigiloso.



Procure uma Delegacia de Polícia: sobretudo uma Delegacia de Atendimento à Mulher (DEAM), que são especializadas e preparadas para lidar com casos de violência doméstica.



Ministério Público: você pode fazer uma denúncia diretamente ao Ministério Público.

QR Code Quiz

Mitos ou Verdades:
Tire suas dúvidas





DEFENSORIA PÚBLICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

NUDEM

Núcleo de Defesa
dos Direitos da Mulher
Vítima de Violência de Gênero



COMULHER
Coordenadoria de Defesa dos Direitos da Mulher