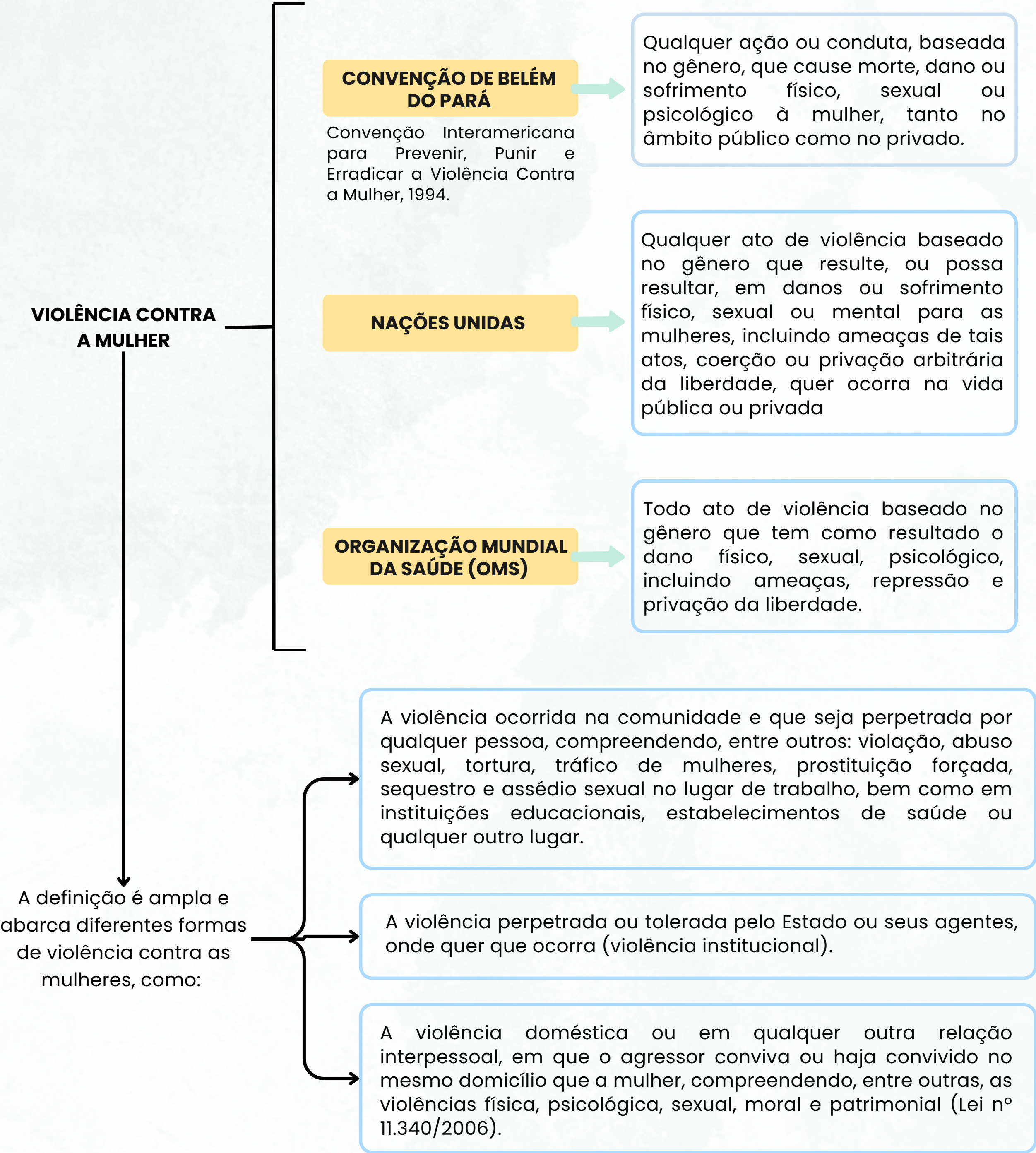


Violência Contra as Mulheres
Conhecer para prevenir e combater

Este material possui o objetivo de difundir informações e orientações, de forma geral e objetiva, sobre a violência contra a mulher, assunto de grande relevância social e que, em razão de sua atualidade, materialidade e seu potencial de afetar a segurança, integridade, valores e direitos de mulheres, exige articulação para sua superação.



A violência contra as mulheres não pode ser naturalizada. Trata-se de um grave problema social, que ameaça a vida, a saúde e o bem-estar de mulheres em todos os ambientes.



Formas de violência contra as mulheres

Como muitas formas de violência são socialmente naturalizadas desde a infância, nem sempre é fácil, inclusive para a própria mulher, reconhecer que está em uma situação de violência. Por isso, um dos primeiros passos para apoiar quem sofre ou sofreu violência é compreender e identificar as diversas formas pelas quais ela se manifesta no cotidiano.

Violência física

Qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da mulher. Qualquer forma de violência que resulte em lesões ou dor física.

Violência Sexual

É a ação que obriga uma pessoa a manter contato sexual, seja físico ou verbal, ou participar de outras relações sexuais com uso da força, intimidação, coerção, chantagem, suborno, manipulação, ameaça ou qualquer outro mecanismo que anule o limite da vontade pessoal da mulher.

Condutas de natureza sexual praticadas sem consentimento, como expressões verbais ou gestuais indesejadas, toques e carícias não consentidos. Incluem também situações de exploração, como participação compulsória em material pornográfico e relações sexuais impostas mediante força, coerção ou intimidação.

Violência psicológica

Conduta que cause dano emocional, reduza a autoestima ou limite a autonomia e o desenvolvimento da mulher, bem como aquelas que busquem controlar ou limitar suas ações, comportamentos, crenças e decisões.

Inclui práticas como ameaça, humilhação, constrangimento, manipulação, isolamento, vigilância, perseguição, insultos, chantagem, ridicularização ou restrição do direito de ir e vir, com prejuízo à saúde psicológica.

Violência Patrimonial

Qualquer conduta que envolva retenção, subtração ou destruição de bens, documentos, instrumentos de trabalho, valores ou recursos econômicos da mulher, inclusive aqueles destinados à sua subsistência.

Violência Moral

Entendida como qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria.

Violência Institucional

Aquela praticada, por ação ou omissão, nas instituições prestadoras de serviços públicos. Também ocorre quando mulheres em situação de violência são revitimizadas. Inclui violações de direitos em contextos como o sistema prisional, especialmente dos direitos sexuais e reprodutivos.

Perspectiva de Gênero e Violência

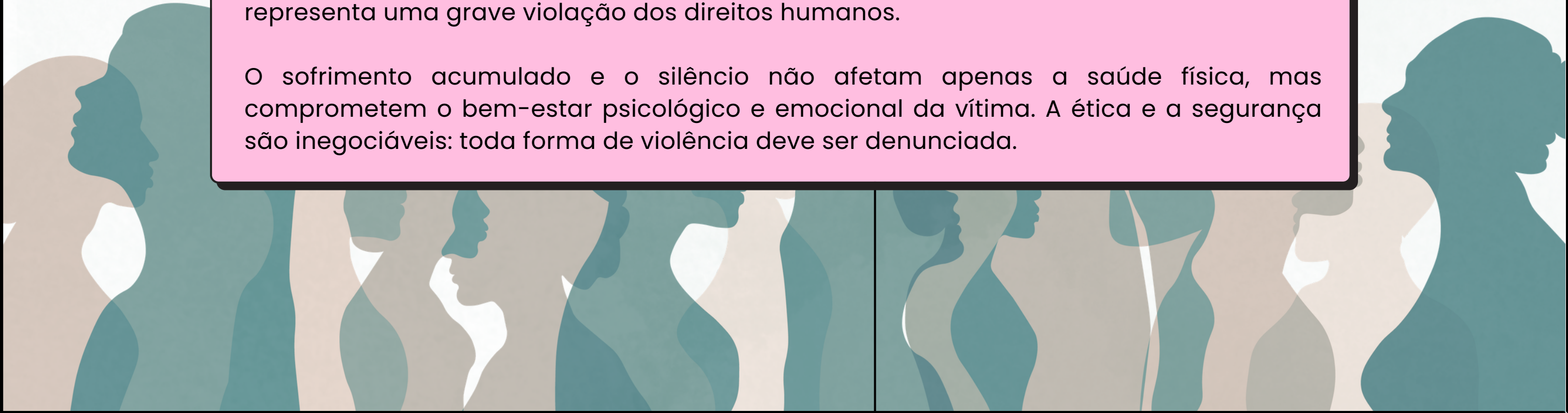
A violência contra as mulheres deve ser compreendida a partir da perspectiva de gênero, que envolve as construções sociais, políticas e culturais das masculinidades e feminilidades, bem como as relações entre homens e mulheres.

É um problema que faz parte das relações sociais e da forma como a sociedade está organizada. Para enfrentá-lo, são necessárias mudanças culturais, educativas e sociais, considerando que fatores como raça/etnia, idade, orientação sexual, deficiência e classe social podem agravar essas situações de violência.

VIVER SEM VIOLÊNCIA É UM DIREITO!

As agressões contra a mulher são complexas, frequentemente sobrepostas e geram impactos profundos. Mais do que problemas isolados, cada uma dessas condutas representa uma grave violação dos direitos humanos.

O sofrimento acumulado e o silêncio não afetam apenas a saúde física, mas comprometem o bem-estar psicológico e emocional da vítima. A ética e a segurança são inegociáveis: toda forma de violência deve ser denunciada.



Como ajudar e como procurar ajuda?

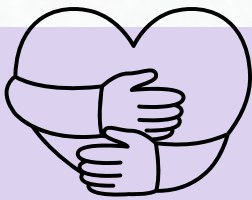
Escute sem julgar

Para uma mulher em situação de violência, pedir ajuda e contar o que está vivendo pode ser muito difícil. Por isso, acolha e escute com atenção e sem julgar. Não minimize a experiência da vítima e a gravidade da situação. Evite pedir que ela repita várias vezes o que aconteceu, pois isso pode fazê-la reviver a dor.

NÃO responsabilize ou culpabilize a vítima

Não culpe a vítima. Escute com atenção e leve o relato a sério. Se for preciso investigar, isso cabe às instâncias responsáveis. Lembre-se: nem toda violência é visível. Culpar a vítima desvaloriza quem sofreu a violência e pode desencorajar a denúncia, além de contribuir para a manutenção de uma cultura que tolera a violência.

Acolha



Acolher uma mulher em situação de violência é, antes de tudo, oferecer um espaço seguro e livre de julgamentos. Procure informar a vítima sobre os direitos e os canais de apoio disponíveis na Universidade e na rede pública.

Denuncie e procure ajuda

A mulher não precisa denunciar o agressor para buscar ajuda. Ela pode procurar apoio mesmo sem fazer boletim de ocorrência ou uma denúncia.

Os serviços de assistência social são muito importantes nesses casos.

Além disso, o município oferece suporte por meio do CREAS (Centro de Referência Especializado de Assistência Social) e por meio do Centro de Referência da Mulher Brasileira e outras redes de proteção social.

A Central de Atendimento à Mulher – Ligue 180 é um serviço de utilidade pública essencial para o enfrentamento à violência contra as mulheres. A ligação é gratuita e o serviço funciona 24 horas por dia, todos os dias da semana.

Em casos de emergência, deve ser acionada a Polícia Militar, por meio do 190.

A vítima também pode procurar uma Unidade Básica de Saúde (UBS) ou hospitais. O atendimento de profissionais da saúde é fundamental para:

- Tratar ferimentos físicos;
- Receber cuidados em caso de violência sexual;
- Receber acolhimento psicológico.

Denúncias podem ser realizadas na DEAM (Delegacia Especializada de Atendimento à Mulher), Delegacia Civil e no Juizado de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher.

Denunciar a violência contra a mulher é essencial para interromper o ciclo de agressões, proteger a vítima e responsabilizar o agressor.

Buscar uma masculinidade mais saudável

A violência contra a mulher não é um fato isolado, mas o resultado de padrões culturais que associam o “ser homem” à força, ao domínio e à negação do feminino. Para romper esse ciclo, precisamos repensar o que significa ser homem em nossa sociedade.

Esse modelo contribui para a violência, dificulta o diálogo e afeta tanto mulheres quanto pessoas LGBTQIAPN+.

Ser homem não precisa estar ligado à força, ao controle ou à violência. Uma masculinidade saudável se constrói com respeito, diálogo, responsabilidade e empatia.

A violência contra a mulher é o reflexo de uma cultura que associa masculinidade ao controle e ao domínio.

Quando o homem se liberta da obrigação de ser “superior” e “dominante”, todos ganham um ambiente mais seguro e justo.



Reflexões finais

Ao longo desta pílula, vimos que a violência contra as mulheres não é um fato isolado, mas resultado de construções sociais que ainda reforçam desigualdades, silêncios e relações de poder.

A violência contra as mulheres é uma realidade que exige atenção contínua e ação conjunta. Saber reconhecer os sinais da violência e agir de forma responsável, seja buscando ajuda ou apoiando quem precisa, é essencial para romper esse ciclo.

Cada pessoa tem um papel nesse processo: seja ao não naturalizar comportamentos violentos, ao acolher sem julgamento ou ao incentivar a busca por apoio.

Construir uma sociedade mais justa exige informação, empatia e compromisso coletivo. Enfrentar a violência é responsabilidade de todos nós.

Informe-se, reflita e compartilhe!

Ficou com dúvida, tem sugestões ou quer saber mais?

 E-mail: auditoria.interna@ufj.edu.br

 Site: <https://auditoria.ufj.edu.br/>

 Telefone: 64 3606-8350