

# Cartilha Digital

## *Violência Doméstica*

A Associação Brasileira de Advogados (ABA) é uma entidade de classe, sem fins lucrativos, dedicada a fortalecer a advocacia, defender o Estado Democrático de Direito e promover a justiça social em todo o território nacional e no exterior. Nossas comissões temáticas, eventos e programas de capacitação são desenhados para conectar profissionais, fomentar o debate e impulsionar o desenvolvimento do direito no país.

# Comissão de Família e Sucessões da Associação Brasileira de Advogados - Região Sudeste



**Dr. Esdras Dantas**

*Presidente da Associação Brasileira  
dos Advogados*



**Dra. Cristiane Rocha**

*Presidente da Comissão de Família  
e Sucessões ABA Sudeste*



**Dra. Giselli Correa**

*Vice Presidente da Comissão de  
Família e Sucessões ABA Sudeste*

# Conheça as autoras desta cartilha digital



**Laiza Alcântara**  
*Coordenadora do GT  
e Coautora*



**Isabella Naccaratti**  
*Coautora*



**Elizângela Suppi**  
*Coautora*



**Alexia Fonseca**  
*Coautora*



**Giovanna Dorta**  
*Coautora*



**Sabrina Bengaly**  
*Coautora*

**Essa cartilha foi criada  
pelo Grupo de Trabalho  
de Cartilhas Digitais da  
Comissão de Família e  
Sucessões da ABA-  
Sudeste.**

**Cartilha Digital Sobre Violência Doméstica**  
**Comissão de Direito de Família e Sucessões – Região Sudeste**  
**Associação Brasileira de Advogados – ABA**

A violência doméstica é uma chaga social que atravessa gerações, silencia vozes e compromete o futuro de milhares de famílias brasileiras. Ela não escolhe classe social, escolaridade ou profissão. Ela se infiltra no cotidiano, muitas vezes de forma invisível, até que seus efeitos se tornem devastadores.

Diante dessa realidade, a Comissão de Direito de Família e Sucessões da Região Sudeste da Associação Brasileira de Advogados apresenta esta Cartilha Digital como um instrumento de orientação, conscientização e proteção. Não se trata apenas de um material informativo. Trata-se de um compromisso institucional com a dignidade humana, com a defesa da mulher e com a promoção de uma cultura de respeito e responsabilidade.

Sob a liderança da Presidente da Comissão, Dra. Cristiane Costa, e com a atuação comprometida da Vice-Presidente, Dra. Giselli Correa, esta iniciativa reafirma o papel ativo da advocacia na proteção das famílias e no enfrentamento das múltiplas formas de violência que ainda marcam a realidade brasileira. A condução firme e sensível de ambas fortalece a atuação técnica da Comissão e inspira seus membros a assumirem protagonismo em causas de elevado impacto social.

A advocacia familiarista ocupa posição estratégica no enfrentamento da violência doméstica. É frequentemente o primeiro canal de escuta técnica, o primeiro espaço seguro para a vítima, o primeiro ponto de orientação jurídica. Por isso, o papel do advogado e da advogada vai além da atuação processual: envolve acolhimento, orientação clara, conhecimento das medidas protetivas e articulação com a rede de apoio.

Esta cartilha percorre, de maneira didática e acessível, temas essenciais: o conceito de violência doméstica; suas múltiplas formas — física, psicológica, moral, patrimonial e sexual; as violências institucionais e processuais; a violência de gênero no ambiente digital; os sinais de alerta; os caminhos para denúncia; as medidas protetivas de urgência; os direitos assegurados à mulher vítima de violência; além da indicação das redes de apoio e canais de atendimento na região Sudeste do Brasil.

Ao abordar mitos e verdades, bem como orientar sobre como ajudar uma vítima, o material também cumpre função educativa, fortalecendo a sociedade civil para que não seja espectadora passiva, mas parte ativa na ruptura do ciclo de violência.

Registro, com reconhecimento e respeito, o trabalho sério e dedicado da coordenadora Laiza Alcântara, advogada especialista em Direito de Família e Sucessões e coordenadora do grupo de trabalho da Cartilha Digital, bem como das autoras Alexia Fonseca da Rocha, Eliz Suppi, Giovanna Dorta, Izabella Naccaratti, Laiza Alcântara e Sabrina Bengaly. A atuação técnica e sensível dessas profissionais demonstra que a advocacia pode e deve ser instrumento de transformação social.

Esta publicação reafirma o propósito maior da Associação Brasileira de Advogados: promover o crescimento e o reconhecimento profissional de seus associados, colocando a técnica jurídica a serviço da sociedade. Quando a advocacia assume seu papel institucional com responsabilidade, contribui não apenas para a aplicação da lei, mas para a construção de um ambiente mais justo e seguro para todos. Que esta cartilha alcance mulheres que precisam de informação, profissionais que buscam orientação e cidadãos que desejam compreender melhor seus direitos e deveres. Que seja lida, compartilhada e utilizada como ferramenta de proteção e de esperança.

A violência não pode ser naturalizada. O silêncio não pode prevalecer. A informação salva vidas.

**Esdras Dantas de Souza**

**Presidente da Associação Brasileira de Advogados – ABA**

# Realização

## COORDENADORA

**Laiza Alcântara**, advogada especialista em Direito de Família e Sucessões, coordenadora do grupo de trabalho Cartilha Digital da Comissão de Direito de Família e Sucessões ABA Sudeste;

## COAUTORAS

**Alexia Fonseca da Rocha**, advogada especialista em Direito de Família e Sucessões, membra do grupo de trabalho Cartilha Digital da Comissão de Direito de Família e Sucessões ABA Sudeste.

**Elizângela Suppi**, advogada especialista em Direito de Família e Sucessões, membra do grupo de trabalho Cartilha Digital da Comissão de Direito de Família e Sucessões ABA Sudeste;

**Giovanna Dorta**, advogada especialista em Direito de Família e Sucessões, membra do grupo de trabalho Cartilha Digital da Comissão de Direito de Família e Sucessões ABA Sudeste;

**Izabella Naccaratti**, advogada especialista em Direito de Família e Sucessões, membra do grupo de trabalho Cartilha Digital da Comissão de Direito de Família e Sucessões ABA Sudeste;

**Laiza Alcântara**, advogada especialista em Direito de Família e Sucessões, coordenadora do grupo de trabalho Cartilha Digital da Comissão de Direito de Família e Sucessões ABA Sudeste;

**Sabrina Bengaly**, advogada expert na atuação em Direito de Família e Sucessões, membra do grupo de trabalho Cartilha Digital da Comissão de Direito de Família e Sucessões ABA Sudeste;



# Introdução

A violência doméstica é uma realidade dolorosa que ainda fere profundamente a nossa sociedade. Ela não escolhe endereço, classe social ou idade, ela atravessa portas e viola o que temos de mais sagrado: a dignidade humana. Encarar esse cenário não é apenas uma questão de aplicar leis, é um dever ético de todos nós. É preciso compreender para acolher, e é preciso reconhecer para enfrentar.

Movidas por esse compromisso, a Associação Brasileira de Advogados (ABA) e a Comissão de Família e Sucessões da Região Sudeste entregam esta cartilha à sociedade. A nossa Comissão de Direito de Família e Sucessões trabalhou incansavelmente para que este material não fosse apenas técnico, mas humano e acessível. Acreditamos que o combate à violência exige um olhar que vá além da teoria, é preciso empatia para entender as múltiplas realidades das mulheres e técnica para fortalecer as redes de proteção. Para tornar este projeto realidade, reunimos um Grupo de Trabalho formado por profissionais que vivem e respiram a defesa dos direitos das mulheres. Esse time se debruçou sobre a legislação e a Lei Maria da Penha para traduzir o "juridiquês" em orientação prática. O resultado é este guia: claro, sério e feito para ser entendido por qualquer pessoa, seja uma vítima, um familiar, um agente público ou qualquer cidadão disposto a ajudar.

Nas páginas a seguir, você encontrará informações essenciais sobre os tipos de violência, os sinais de alerta que muitas vezes passam despercebidos, as medidas protetivas e, principalmente, os caminhos para buscar ajuda na região Sudeste.

Queremos que esta cartilha seja uma ferramenta de prevenção e um farol de esperança. A nossa mensagem é, acima de tudo, um convite à coragem e ao acolhimento. Que este documento seja a porta de entrada para a informação que salva vidas e para o apoio que devolve a força. Esperamos que cada pessoa que ler estas palavras se torne um agente de transformação, levando adiante o respeito e a responsabilidade social. Não podemos naturalizar o sofrimento nem silenciar diante do abuso. A informação é a nossa resistência; a denúncia é um ato de bravura; e o acolhimento é a mais pura humanidade.

Que esta cartilha sirva de lembrete para cada mulher: você tem o direito de viver livre da violência. E, o mais importante, você não está sozinha.

## **Dra. Cristiane Costa**

Presidente da Comissão de Família e Sucessões da Região Sudeste

## **Dra. Giselli Correa**

Vice-presidente da Comissão de Família e Sucessões da Região Sudeste

# Sumário

- **O Que é Violência Doméstica?**
- **Tipos de Violências. Violências Institucionais e processuais. Violência de Gênero na Internet.**
- **Reconheça os Sinais das violências.**
- **Sinais de Alerta**
- **O Que Fazer e Como Denunciar o Agressor?**
- **Medidas Protetivas de Urgência**
- **Como Pedir Medidas Protetivas para a vítima?**
- **Como Ajudar uma Vítima de violência?**
- **Mitos e Verdades !**
- **Direitos da Mulher Vítima de Violência.**
- **Conclusão**
- **Redes de apoio e canais de atendimento às mulheres vítimas de violência na região sudeste do Brasil.**
- **Cartilha para impressão.**
- **Rede Social**

# *O Que é Violência Doméstica?*

Violência doméstica é qualquer tipo de agressão ou abuso que acontece dentro de casa ou em uma relação afetiva com parceiro, ex-parceiro, namorado, ex-namorado, companheiro, ex-companheiro ou familiares.

De acordo com a Lei Maria da Penha - Lei nº 11.340, de 07 de agosto de 2006, a violência doméstica e familiar acontece na unidade doméstica, no âmbito familiar ou em qualquer relação íntima de afeto entre a parte agressora e a vítima, independente de morarem juntos.



Ela pode ser praticada de várias formas e nem sempre deixa marcas no corpo. Muitas vezes, a violência atinge a mente, os sentimentos, a liberdade, a imagem e até a vida financeira da mulher.

# Tipos de Violências.



## ***Violência Física***

Tapas, empurrões, chutes, socos, puxar cabelo, estrangular ou jogar objetos. Mesmo que não deixe marcas, ainda é violência.



## ***Violência Psicológica***

Humilhações, ameaças, xingamentos, ciúme exagerado, isolamento da família e amigos, chantagem, perseguição ou qualquer atitude que abale sua autoestima.



## ***Violência Patrimonial***

Destruir ou esconder objetos pessoais, não pagar pensão, controlar conta bancária, proibir de trabalhar ou tomar seu salário.



## ***Violência Moral***

Quando tentam sujar sua imagem com mentiras e ofensas. É o caso de calúnia (inventar crimes), difamação (falar mal de você para outras pessoas) ou injúria (xingamentos e ofensas diretas).



## ***Violência Sexual***

Quando você é forçada a qualquer ato sexual contra sua vontade. Isso inclui estupro, impedir o uso de métodos contraceptivos, obrigar a engravidar ou abortar, forçar casamento, prostituição ou tirar a camisinha sem seu consentimento.

# *Violências Institucionais e processuais.*

## *Violência Política*

Toda ação ou omissão que busca impedir, limitar ou desvalorizar a participação na política. O objetivo é calar a voz das mulheres, afastá-las dos espaços de poder e dificultar o exercício de seus direitos políticos.

## *Violência Obstétrica*

Acontece quando você sofre desrespeito ou maus-tratos durante a gestação, o parto, o pós-parto ou em situações de aborto. Pode ser física ou psicológica. Esse tipo de violência fere os direitos sexuais e reprodutivos, tirando da mulher a autonomia e o direito de participar ativamente de um momento que deveria ser de cuidado e acolhimento.

## *Violência Institucional*

Ocorre quando instituições públicas, como hospitais, delegacias, tribunais ou outros órgãos do Estado, tratam a vítima de violência de forma desrespeitosa ou abusiva. Isso pode acontecer quando é obrigada a reviver repetidamente a situação de violência em depoimentos desnecessários, quando não recebe acolhimento adequado ou quando sofre constrangimentos que aumentam ainda mais seu sofrimento.

## *Violência Processual*

É quando o sistema de Justiça é usado de maneira abusiva para prejudicar. Normalmente acontece em processos de família, como divórcio, guarda ou pensão alimentícia. Ex-companheiros podem usar recursos infundáveis, descumprir decisões, criar tumulto processual ou prolongar desnecessariamente o processo para intimidar e desgastar a vítima.

# Violência de Gênero na Internet.

É toda forma de agressão contra mulheres praticada no ambiente virtual. Pode aparecer de várias maneiras:



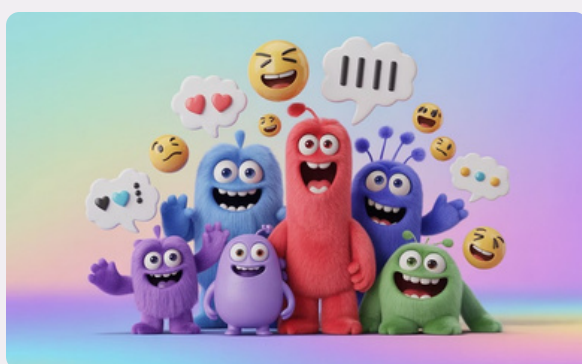
## *Crimes Sexuais Online*

Envio de nudes sem consentimento, assédio, importunação ou tentativa de forçar atos sexuais à distância.



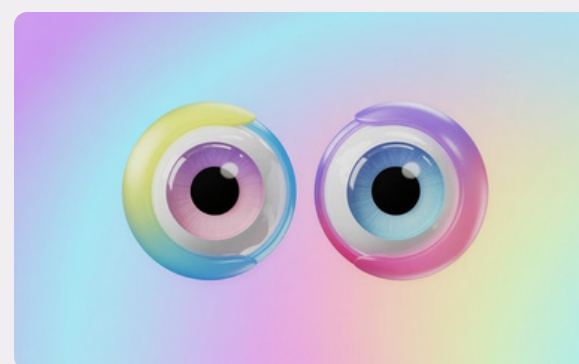
## *Sextorsão*

Ameaça de divulgar fotos ou vídeos íntimos para chantagear a vítima.



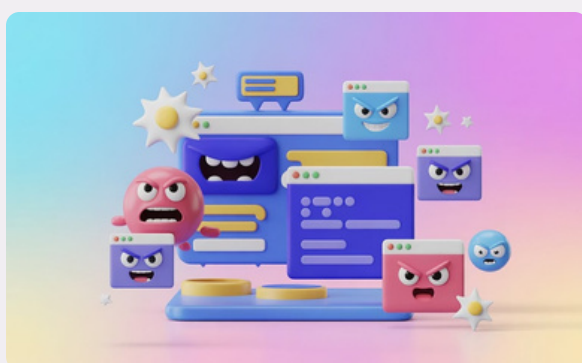
## *Misoginia*

Publicações que incentivam ódio, preconceito e violência contra mulheres.



## *Ciberstalking*

Perseguição virtual, quando alguém insiste em vigiar, enviar mensagens ou intimidar a vítima, fazendo com que ela mude sua rotina por medo.



## *Ciberbullying*

Ataques repetidos na internet, como xingamentos, humilhações e ofensas que afetam a autoestima.



## *Exposing*

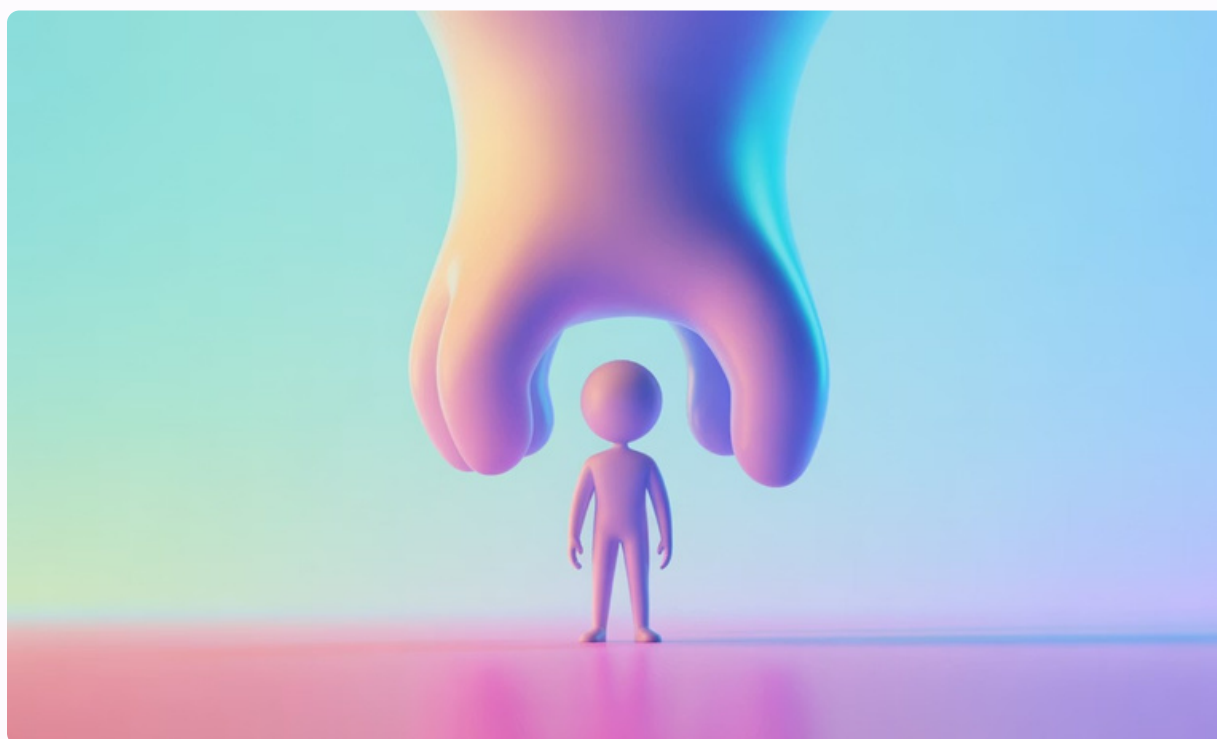
Divulgação de conversas privadas ou conteúdos pessoais em redes sociais, geralmente seguida de "cancelamento" da vítima, sem que ela tenha chance de se defender.

# Reconheça os Sinais das violências.

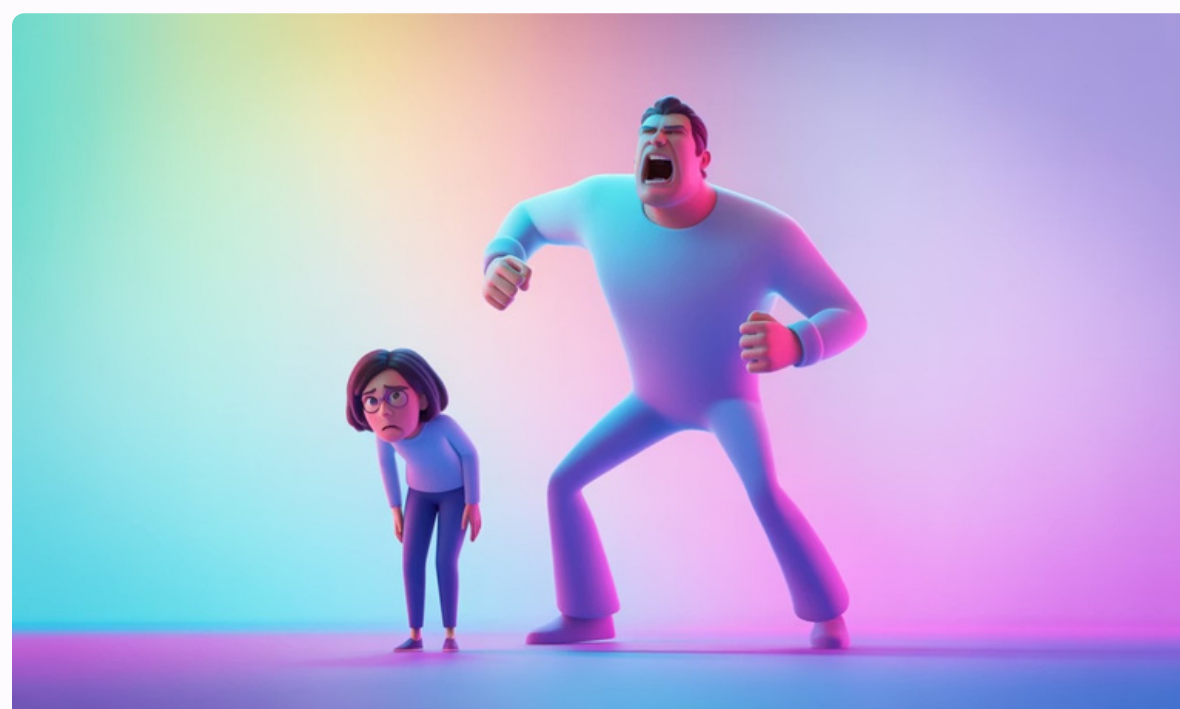
## Mas afinal, como reconhecer os sinais para prevenir e interromper esse ciclo de violência?

Muitas vezes, os sinais de violência aparecem de maneira velada. O agressor dá indícios por meio de comportamentos que demonstram abuso contra a vítima. Assim como existem diferentes tipos de violência doméstica, também existem diferentes sinais que podem ser percebidos. É fundamental estarmos atentos, não apenas para identificar situações em que nós mesmos possamos estar sofrendo, mas também para perceber quando alguém próximo está em perigo.

É comum que a própria vítima não identifique que está sofrendo violência. Por isso, conversar com amigos e familiares é fundamental — não apenas para desabafar, mas também para buscar informações e se conscientizar de que está em uma situação de violência doméstica. O agressor costuma diminuir não apenas a vítima, mas também a sua forma de falar, de se expressar e até seus limites físicos ou intelectuais. Tudo isso tem como objetivo desvalorizar, humilhar e controlar.



Na maioria dos casos, a violência física não surge de forma repentina. Antes dela, quase sempre existe a violência psicológica e moral. Isso pode ser percebido quando o agressor faz comentários maliciosos, ofensivos ou depreciativos sobre a personalidade, a aparência ou as capacidades da vítima. Muitas vezes, essas falas vêm carregadas de sarcasmo, ironia e zombaria, minando a autoestima da mulher até que ela passe a acreditar nas ofensas.



## ☐ *Atenção! O "exagero" que não é brincadeira*

Você já ouviu os ditados "tudo em excesso faz mal" ou "toda brincadeira tem limite"? Pois é. **Quando comentários ofensivos ou "piadas" ultrapassam os limites e se tornam constantes, é preciso acender o alerta.** Identificar esse excesso pode ser difícil, mas é um passo importante para reconhecer a violência — seja ela psicológica, moral, financeira ou física.

Reconhecer e aceitar que se está vivendo uma situação de violência doméstica não é fácil. Mas é fundamental entender que nenhuma forma de violência deve ser tolerada. O primeiro passo é reconhecer os sinais. O segundo é buscar ajuda.

### → *Comentários ofensivos e humilhantes*

O agressor faz piadas, ironias ou críticas constantes sobre sua aparência, jeito de falar, agir ou pensar.

### → *Controle excessivo*

Quer saber onde você está o tempo todo, decide com quem você pode falar ou sair, controla suas roupas ou redes sociais.

### → *Isolamento*

Afasta você de amigos e familiares, dificultando que tenha uma rede de apoio.

### → *Desvalorização constante*

Menospreza suas conquistas, diminui sua capacidade intelectual ou profissional, coloca defeitos em tudo que você faz.

### → *Agressões verbais e psicológicas*

Xingamentos, ameaças, intimidações ou manipulações emocionais.

### → *Violência financeira*

Controla ou toma o seu dinheiro, impede que você trabalhe ou decida sobre os gastos da casa.

### → *Escalada para a agressão física*

Empurrões, tapas, socos, puxões de cabelo, ou qualquer tipo de contato físico forçado.

### → *Violência digital/stalking*

Contato excessivo e repetido em redes sociais, aparecer no seu trabalho ou casa sem consentimento, ameaças, chantagens, monitoramento da localização, criação de conteúdos e páginas falsas.

# O Que Fazer e Como Denunciar o Agressor?

Muitas vezes por medo ou por intimidações de diversas naturezas, as vítimas de violência doméstica não denunciam os agressores.

*Se você sofre ou presenciou algum tipo de violência contra as mulheres, denuncie.*

Existem diversos serviços e instituições que podem prestar o atendimento e o apoio necessários para romper o ciclo da violência.

**190**

**Polícia Militar - Em caso de emergência**

**180**

Central de Atendimento à Mulher - Orientação nacional e denúncia (24h, sigiloso e gratuito)

Nos municípios, priorize o acesso via Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher (DEAMs), Centros de Referência de Atendimento à Mulher (CRAM) e CREAS.

# Medidas Protetivas de Urgência

## O que são?

As medidas protetivas de urgência são ordens concedidas pelo juiz para proteger a mulher em situação de violência doméstica e familiar.

Elas servem para interromper o ciclo da violência e garantir segurança, afastando o agressor e restringindo seu contato com a vítima.

## Como funcionam?

- Podem ser concedidas em até 48 horas depois que o pedido chega ao juiz, independente de audiência
- São gratuitas e não exigem audiência inicial para serem deferidas
- Podem ser cumulativas, ou seja, mais de uma medida ao mesmo tempo
- Não têm prazo fixo: duram enquanto existir risco para a mulher



### *Afastamento do lar*

Afastamento imediato do agressor do lar



### *Proibição de contato*

Proibição de contato, aproximação ou frequência a determinados lugares



### *Suspensão de armas*

Suspensão do porte/posse de armas



### *Acompanhamento policial*

Acompanhamento policial para retirada de pertences da casa



### *Proteção patrimonial*

Impedindo que o agressor venda ou destrua os bens pertencentes ao casal



### *Restituição de documentos*

Devolução de documentos pessoais retidos



### *Restrição de visitas*

Restrição ou suspensão de visitas do agressor aos filhos menores e em alguns casos perda da guarda.



### *Alimentos provisionais*

Prestação de alimentos provisionais ou provisórios à vítima

# Como Pedir Medidas Protetivas para a vítima?

Você pode solicitar a medida protetiva de três formas principais:



## *Na Delegacia*

Quando a violência acontece ou está na iminência de acontecer, você deve comparecer na Delegacia da Mulher (DEAM) ou qualquer delegacia comum. Iniciada a investigação, a autoridade policial encaminhará o pedido de proteção ao juiz.



## *Diretamente ao Judiciário*

Nos Juizados de Violência Doméstica ou, se não houver na sua cidade, no Fórum Cível ou Criminal.



## *Com ajuda de advogada ou da Defensoria Pública*

Onde será realizado o protocolo do pedido direto no processo. Não é necessário ter boletim de ocorrência para pedir a medida (o STJ já decidiu que o juiz pode conceder mesmo sem inquérito ou processo criminal em andamento).

# Como Ajudar uma Vítima de violência?

Este tópico foi pensado para orientar pessoas comuns —amigos, familiares, vizinhos ou colegas de trabalho— que desejam ajudar uma mulher em situação de violência, mas não sabem por onde começar. A informação é um instrumento poderoso para salvar vidas e fortalecer redes de apoio.



## 1. Acolha, escute e respeite

O primeiro passo para ajudar uma vítima é oferecer acolhimento. Escute com atenção, sem julgamentos ou questionamentos que possam culpabilizá-la. Frases como "por que você ainda está com ele?" devem ser evitadas. Em vez disso, diga: "*Você não está sozinha. Estou aqui para te ajudar no que for preciso.*" Demonstrar apoio emocional é fundamental para que a vítima se sinta segura e confiante para buscar ajuda.

## 2. Preserve a Segurança

Evite confrontar o agressor ou tentar intervir diretamente em situações de violência. Isso pode colocar você e a vítima em risco. Se houver risco iminente de agressão, ligue imediatamente para o número 190 (Polícia Militar). Caso a vítima esteja em perigo ou precise sair de casa com urgência, incentive-a a procurar um local seguro — como a casa de alguém de confiança — e, se possível, acompanhe-a até uma delegacia ou serviço de proteção.

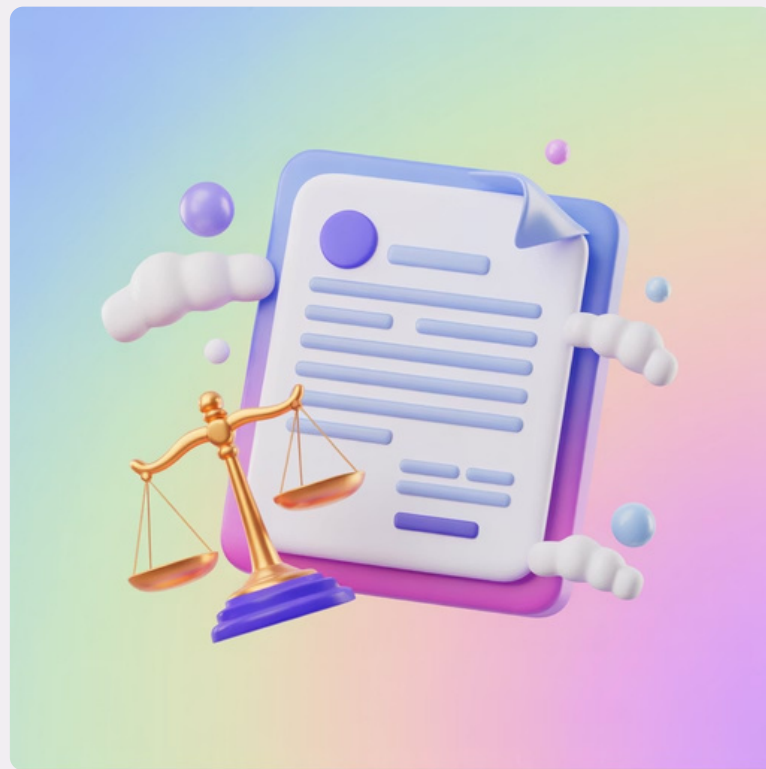


## 3. Incentive a Busca por Ajuda Institucional

Oriente a vítima a procurar uma Delegacia Especializada de Atendimento à Mulher (DEAM) ou qualquer delegacia mais próxima. Nessas unidades, é possível registrar a ocorrência, solicitar medidas protetivas e receber orientações sobre seus direitos. Em muitos estados, o boletim de ocorrência também pode ser feito online. Ela também pode recorrer ao Disque 180, que funciona 24 horas por dia, de forma gratuita e sigilosa.

## 4. Informe sobre os Direitos e Medidas Protetivas

A Lei Maria da Penha assegura diversos direitos às vítimas, como o afastamento imediato do agressor do lar, a proibição de contato com a vítima e a concessão de medida protetiva em até 48 horas. A vítima não precisa estar acompanhada de um advogado para solicitar essas medidas, mas contar com esse suporte pode facilitar o processo e ampliar sua proteção.



## 5. Oriente sobre a Rede de Apoio

Encaminhe a vítima para serviços de acolhimento psicológico, assistência social, abrigos, defensorias públicas, centros de referência e ONGs que atuam no enfrentamento da violência. A atuação em rede é essencial para a reconstrução da autonomia da mulher.

## 6. Respeite o Tempo da Vítima

É comum que a vítima demore para romper o ciclo de violência. O medo, a dependência emocional ou financeira, os filhos e o isolamento social são fatores que dificultam essa decisão. Seja paciente e permaneça disponível, respeitando seu tempo e suas escolhas, mas sempre reafirmando que ela tem o direito de viver sem violência.



# Mitos e Verdades !

A conscientização é a chave para desconstruir crenças que perpetuam a violência. A lei não vale apenas porque a vítima é mulher. Ela se aplica quando há violência de gênero, ou seja, quando a mulher sofre agressão pelo simples fato de ser mulher. Isso pode acontecer dentro da família, no namoro (mesmo sem morar junto) ou mesmo após o fim da relação. Vale também para mulheres transexuais e em relações homoafetivas.



## MITO

A violência doméstica acontece apenas em famílias pobres.



## VERDADE

A violência doméstica pode ocorrer em qualquer classe social, nível de escolaridade ou condição econômica. O que muda é a visibilidade e os recursos para enfrentamento.



## MITO

Se não há boletim de ocorrência, não existe violência.



## VERDADE

A ausência de registro policial não significa que a violência não aconteceu. Muitas mulheres não denunciam por medo, vergonha ou dependência emocional e financeira.



## MITO

A vítima volta para o agressor porque gosta de apanhar.



## VERDADE

A decisão de retornar muitas vezes está ligada ao ciclo da violência, ao medo, à falta de apoio ou à dependência financeira. Isso não significa consentimento, mas sim uma situação de vulnerabilidade.



## MITO

A violência doméstica é apenas física.



## VERDADE

Violência também é psicológica, sexual, patrimonial e moral. Controlar, humilhar, perseguir ou impedir a mulher de usar o próprio dinheiro são formas de agressão. Controlar o salário da companheira, ameaçar expor fotos íntimas ou obrigar relações sexuais indesejadas também são formas de violência.



## MITO

Se a mulher não reagiu, não houve violência sexual.



## VERDADE:

O silêncio, o medo ou a ausência de resistência não significam consentimento. Qualquer ato sexual sem vontade ou sob ameaça é violência e pode configurar estupro.



## MITO

Só existe crime quando há agressão física.



## VERDADE

Perseguir a mulher (stalking) é crime, assim como manter relação com menor de 14 anos, mesmo com consentimento (estupro de vulnerável). Também é crime armazenar ou compartilhar fotos íntimas de crianças e adolescentes, e divulgar nudes sem autorização.

**A violência surge de um ciclo: fase de tensão (discussões constantes), fase de agressão (violência física, psicológica, moral ou sexual) e fase de reconciliação ("lua de honeymoon"), com pedidos de desculpas e promessas de mudança. Sem tratamento e apoio, esse ciclo tende a se repetir.**



## Caminhos para transformação

É possível mudar a forma de se relacionar. Isso exige diálogo, respeito, empatia e comunicação não violenta. Homens e mulheres são diferentes, mas iguais em direitos. O amor não pode ser sustentado pelo medo, mas sim pela confiança e o cuidado mútuo.

# Direitos da Mulher Vítima de Violência.

A Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006) e legislações complementares asseguram diversos direitos às mulheres vítimas de violência doméstica. Conhecer esses direitos é fundamental para buscar proteção e justiça.

## 01 Registro e investigação do crime

Toda violência doméstica é crime e deve ser apurada por inquérito policial. A mulher tem direito a atendimento imediato, incondicional e humanizado, podendo registrar a ocorrência em qualquer delegacia (preferencialmente nas DEAMs).

## 02 Medidas protetivas de urgência (decisão em até 48h)

O juiz deve decidir sobre o pedido de medidas protetivas em até 48 horas após o registro. Podem incluir: afastamento do agressor, proibição de contato, restrição de aproximação, suspensão do porte de arma, entre outras.

## 03 Monitoramento eletrônico do agressor

Desde abril de 2025, a Lei Maria da Penha prevê o uso de tornozeleira eletrônica ou botão do pânico para garantir o cumprimento das medidas protetivas.

## 04 Medidas patrimoniais e familiares

A vítima pode solicitar proteção de bens, restituição de valores subtraídos e bloqueio de contas ou imóveis. Também pode pedir guarda provisória dos filhos, visitas supervisionadas e alimentos emergenciais.

## 05 Atendimento integral e articulado

O atendimento deve ser integrado e humanizado, reunindo Delegacia, Juizado, Ministério Público, Defensoria e equipe psicossocial em um mesmo espaço. A Casa da Mulher Brasileira oferece acolhimento, alojamento temporário e brinquedoteca.

## 06 Acesso à assistência jurídica gratuita

Toda mulher vítima de violência tem direito à defesa jurídica integral e gratuita, prestada pelas Defensorias Públicas e Núcleos da Mulher (NUDEM).

## 07 Canais nacionais de denúncia e orientação

Disque 180 – Central de Atendimento à Mulher (24h, gratuito e sigiloso). Disque 190 – Polícia Militar (emergência). Desde 2024, o atendimento do 180 passou a ser realizado exclusivamente por mulheres, garantindo acolhimento especializado.

## 08 Reconhecimento de novas formas de violência

A legislação reconhece condutas específicas como crimes: Violência psicológica – Art. 147-B do Código Penal (Lei nº 14.188/2021). Perseguição (stalking) – Art. 147-A do Código Penal (Lei nº 14.132/2021).

## 09 Proteção contra o feminicídio

O feminicídio é circunstância qualificadora do homicídio, com penas mais severas. Alterações recentes reforçam a investigação prioritária e o tratamento especializado.

## 10 Sigilo de dados e atendimento humanizado

A mulher tem direito à privacidade e sigilo de informações pessoais, devendo ser acolhida sem exposição. Órgãos da rede (Delegacias, CRAMs, CREAS, Defensorias, Tribunais) devem adotar protocolos de atendimento humanizado.



### Direitos Adicionais

- Alteração de nome e sobrenome em cartório (Lei nº 14.382/2022)
- Cooperação internacional – "Mães de Haia" para casos de subtração internacional de crianças
  - Prioridade processual em todos os processos relacionados
  - Indenização por danos morais e materiais
  - Afastamento do trabalho por até 6 meses sem prejuízo do vínculo

### Mais Direitos Garantidos

- Inclusão em programas de proteção (PROVITA ou Programa Mulher Segura)
- Atendimento especializado na saúde pública (SUS)
- Acesso à educação e capacitação profissional
- Atendimento por equipe multidisciplinar
- Moradia provisória e aluguel social



"O silêncio protege o agressor, nunca a vítima. Fale, denuncie e viva."

# Conclusão

A violência doméstica é uma das mais graves violações aos direitos humanos. Esta cartilha cumpre um papel essencial: romper o ciclo do silêncio e promover conhecimento acessível, humanizado e juridicamente correto. Ao longo da cartilha, foi possível compreender que a violência doméstica não se limita à agressão física — ela também se manifesta em formas psicológicas, patrimoniais, sexuais e morais, bem como em novas modalidades, como a violência digital, obstétrica, institucional e processual.

O reconhecimento dos sinais de violência, muitas vezes sutis, é o primeiro passo para quebrar o ciclo abusivo. A mulher precisa entender que nenhuma forma de violência é justificável e que buscar ajuda não é um ato de fraqueza, mas sim de coragem e autopreservação. Além disso, a responsabilidade social de todos nós — familiares, vizinhos, colegas e profissionais — em reconhecer e intervir corretamente nas situações de risco é fundamental. O apoio comunitário, a escuta sem julgamento e o incentivo à denúncia são atitudes que salvam vidas.

*Romper o ciclo da violência exige informação, conscientização, apoio,  
coragem e transformação!*

# *Redes de apoio e canais de atendimento às mulheres vítimas de violência na região sudeste do Brasil.*

As redes de apoio a mulheres vítimas de violência doméstica são um conjunto articulado de serviços públicos e não governamentais que oferecem acolhimento, proteção e assistência integral às mulheres em situação de violência. Esses serviços incluem delegacias especializadas (DEAMs), casas de acolhimento, centros de referência, defesas públicas e a Central de Atendimento à Mulher (Ligue 180), atuando de forma integrada para garantir a segurança e a autonomia da mulher em seu processo de superação da violência.

Abaixo você encontrará uma lista de contatos de cada Estado, para acessar basta clicar no seu Estado.

**ESPÍRITO SANTO**

**MINAS GERAIS**

**RIO DE JANEIRO**

**SÃO PAULO**

# *Cartilha para impressão*

Esta cartilha foi criação para distribuição digital, no entanto visando possibilitar o acesso as informações contidas nesta cartilha, criamos no formato em pdf para impressão.

Para acessá-la basta clicar no documento abaixo e imprimir.

 **cartilha para impressão**

# *Rede Social*

**Comissão de Família e Sucessões ABA SUDESTE (@familiaesuccessoes\_aba) •  
Instagram profile**

---



*Escanei o QR Code pelo seu celular ou clique no link acima*