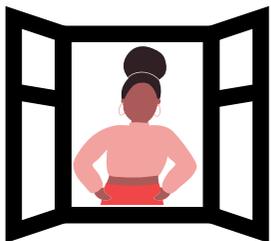
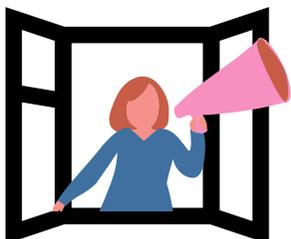


VIOLÊNCIA DOMÉSTICA: COMO COMBATER EM TEMPOS DA COVID-19?



A COVID-19 é uma doença causada pelo novo coronavírus e transmitida rapidamente através de gotículas de saliva, espirro, tosse, contato com objetos ou superfícies contaminadas.



Ainda não há medicamentos ou vacina para a COVID-19. Diante disso, governos de todo o mundo adotaram o distanciamento social como uma das medidas para reduzir o número de casos da doença.



Respeitar o distanciamento social e permanecer em suas casas impõe, para muitas mulheres, um convívio prolongado com o seu agressor, aumentando os casos de violência doméstica.



Mais do que nunca precisamos ficar em alerta, conhecer as manifestações e os tipos de violência doméstica e agir no efetivo combate.

O isolamento social precisa continuar e os direitos das mulheres, que já estão assegurados e garantidos na legislação, precisam ser respeitados.

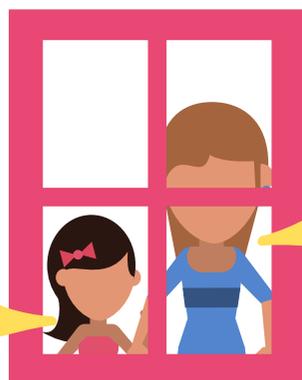
O combate à violência doméstica e à COVID-19 exige a participação de todas as pessoas, onde quer que estejam, e também de profissionais na execução de políticas públicas municipais, estaduais e em âmbito federal. Para que essa participação aconteça é preciso conhecer mais sobre a violência doméstica e sobre os direitos de viver uma vida livre de violência, e é sobre isso que vamos conversar nessa cartilha.

Para saber mais acesse os links abaixo:

- [COVID-19](#)
- [Aumento da violência doméstica durante a quarentena](#)

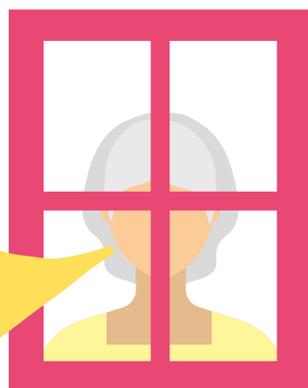
A REALIDADE DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA AO REDOR DO MUNDO

O distanciamento social necessário para o controle da COVID-19 provoca um aumento médio de 20% dessas violências.



No mundo, 243 milhões de garotas e mulheres sofreram violência doméstica nos últimos 12 meses.

No Brasil, as denúncias de violência feitas ao canal Ligue 180 tiveram aumento de quase 36% no mês de abril, em comparação ao mesmo mês de 2019.



Vários países já registram aumento desse tipo de violência em seus relatórios policiais e mídias.



Para saber mais acesse os links abaixo:

- [Violência doméstica na pandemia](#)
- [Aumento dos casos de violência doméstica no mundo - Euronews](#)
- [Aumento dos casos de violência doméstica no mundo - LaProvincia](#)

TIPOS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E SUAS MANIFESTAÇÕES: CONHECER PARA COMBATER

É preciso conhecer os tipos e manifestações de violência.

A Lei Maria da Penha (conquista das mulheres) estabelece que todos esses tipos de violência são atos criminosos contra a vida das mulheres.

VIOLÊNCIA FÍSICA

Qualquer atitude que ofenda sua integridade ou saúde corporal.

ELE TE AMEAÇA DE MORTE

ELE TE AMEAÇA COM OBJETOS

ELE TE EMPURRA, CHUTA OU BATE

VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

Qualquer conduta que lhe cause dano emocional ou diminua sua auto-estima.

ESTÁ PRESENTE EM TODOS OS OUTROS TIPOS DE VIOLÊNCIA

VIOLÊNCIA PATRIMONIAL

Qualquer ação que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus objetos pessoais.

ELE ESCONDE SUAS CHAVES OU DOCUMENTOS

ELE QUEBRA SEUS OBJETOS PESSOAIS

ELE ESCONDE O SEU CELULAR OU EXIGE SUA SENHA

VIOLÊNCIA MORAL

Qualquer atitude que configure calúnia, difamação ou injúria.

ELE FAZ PIADAS SOBRE SEU JEITO DE SER



VIOLÊNCIA SEXUAL

Qualquer conduta que a constranja a presenciar, manter ou a participar de relação sexual não desejada.

ELE TE OBRIGA A TER RELAÇÕES SEXUAIS

Para saber mais acesse o link abaixo:
• [Tipos de violência doméstica](#)

VIOLENTÔMETRO DA QUARENTENA

A violência doméstica acontece de forma gradativa e começa com pequenas atitudes. Caso nada seja feito, essas atitudes podem evoluir para um homicídio.

FIQUE
ATENTA

HORA DE
REAGIR

PEÇA
AJUDA

1. FAZ PIADAS OFENSIVAS E RIDICULARIZAÇÕES;
2. CONTA MENTIRAS, ENGANAÇÕES OU FAZ CHANTAGENS;
3. DIMINUI OU IGNORA SUA OPINIÃO;
4. MEXE NOS SEUS ITENS PESSOAIS E EXIGE SUAS SENHAS;
5. CULPA VOCÊ POR TUDO, INCLUSIVE PELAS CONSEQUÊNCIAS DA PANDEMIA;
6. AMEDRONTA DIZENDO QUE VOCÊ VAI SE CONTAMINAR COM A DOENÇA E MORRER;
7. OBRIGA VOCÊ A FAZER TODAS AS ATIVIDADES DOMÉSTICAS;
8. HUMILHA VOCÊ;
9. INTIMIDA E AMEAÇA VOCÊ;
10. CONTROLA OU PROÍBE VOCÊ DE ALGO;
11. DESTRÓI SEUS BENS PESSOAIS;
12. FORÇA VOCÊ A FAZER "BRINCADEIRAS DE BATER" OU MACHUCAR;
13. IMPEDE VOCÊ DE SAIR DE CASA OU FALAR COM PESSOAS DE FORA;
14. FORÇA VOCÊ A TER RELAÇÕES SEXUAIS;
15. AMEAÇA VOCÊ COM OBJETOS DE CASA OU ARMAS;
16. EMPURRA, CHUTA OU MUTILA VOCÊ;
17. ABUSO SEXUAL;
18. AMEAÇA DE MORTE.

QUAIS AS CONSEQUÊNCIAS DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NA SAÚDE DA MULHER?



As mulheres vítimas de violência apresentam episódios de estresse, distúrbios no sono, dificuldade de concentração, fobias, sentimentos negativos, baixa autoestima, crises de ansiedade e queda na produtividade.

Tais episódios podem gerar impactos no meio pessoal, social e/ou profissional da mulher.

A violência doméstica manifestada por diferentes tipos, se constitui de ação recorrente e criminosa. Combatê-la é um desafio, por se tratar de um problema estrutural. Seu combate precisa envolver a participação de todas as pessoas realizando ações conjuntas em distintos níveis de organização compondo uma rede de enfrentamento.

REDE DE ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Todos nós fazemos parte da rede de enfrentamento.

Clique em cima de cada uma delas para saber mais



COMO BUSCAR AJUDA OU AJUDAR?

Para combater a violência doméstica é preciso saber como buscar ajuda ou como ajudar a vítima.

DENUNCIE

Mesmo que a violência não esteja acontecendo com você ou na sua casa, comunique às autoridades sempre que observar os menores sinais de violência, como gritos.

TELEFONES:

- 190
- Ligue 180
- Disque 100



SAIA DE CASA

Peça ajuda na sua ida ao MERCADO, FARMÁCIA ou PADARIA.



INFORME

Diga aos VIZINHOS ou na PORTARIA do prédio, fisicamente ou por interfone.



COMBINE UM CÓDIGO

Escolha uma pessoa de sua confiança e combine um código com ela, como uma palavra ou uma música, para usar sempre que uma situação de violência começar.



TELEFONE OU MANDE MENSAGEM

Pegue o celular e ENTRE EM CONTATO com seus familiares, amigos ou conhecidos.



ORGANIZE-SE

Separe chaves, documentos e roupas e deixe tudo pronto, caso precise fugir.

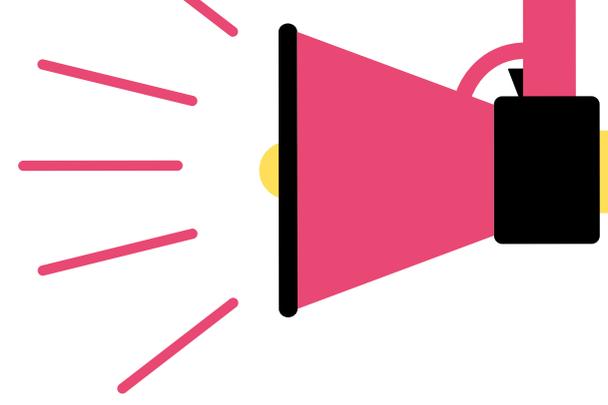


FUJA

Em casos de agressão física, FUJA IMEDIATAMENTE do confinamento e busque ajuda.



DE QUEM É A RESPONSABILIDADE DO COMBATE À VIOLÊNCIA DOMÉSTICA?



Todas(os) nós somos responsáveis pelo combate à violência doméstica. A população, as organizações governamentais e não governamentais devem, juntas, enfrentar esse tipo de violência que acontece em todas as classes sociais e grupos étnicos.

Precisamos identificar os sinais de violência e contar com o apoio de profissionais qualificadas(os) para orientar e encorajar cada vez mais as vítimas e testemunhas a denunciarem os agressores.

PARA ONDE TELEFONAR?

Liga Mulher: 0800 281 0107

(domingo a domingo, das 7h às 19h)

Centro de Referência Clarice Lispector:

(81) 3355-3009

whatsapp: (81) 99488-6138

Centro de Atenção à Mulher Vítima de

Violência Sony Santos

(81) 2011-0118

Delegacia Especializada da Mulher:

(81) 3184-3352

(81) 3184-3356

Central de Atendimento à Mulher:

Ligue 180

Polícia Militar - 190

Instituto Maria da Penha:

(85) 4102-5429

(85) 98897-6096

**COMBATER A VIOLÊNCIA É PAPEL DE TODAS AS PESSOAS
NÃO PODEMOS NOS CALAR!**



**Você não está sozinha!
#mulheremcasasemviolencia**

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA: COMO COMBATER EM TEMPOS DA COVID-19?



A violência doméstica é um grande problema de saúde pública que atinge inúmeras mulheres em sua convivência familiar, namoro ou casamento.

Com o isolamento social os casos de violência doméstica aumentaram em todo o mundo, já que as vítimas passam mais tempo dentro de suas casas confinadas com o agressor.

Para combater a violência doméstica precisamos:

- conhecer os direitos dessas vítimas, onde e como buscá-los.
- fazer a rede funcionar efetivamente.
- compreender que a violência doméstica não pode ser aceita como um destino da mulher.

As mulheres são sujeitos de direitos e, portanto, jamais devem aceitar a violência.



A participação da população é fundamental para que todas as pessoas possam cumprir seu papel no combate à violência doméstica e à pandemia em segurança e com direito à vida digna.

**NÃO SE CALE!
DENUNCIE!**

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA: COMO COMBATER EM TEMPOS DA COVID-19?

FIQUE POR DENTRO

Organização Mundial
da Saúde



Ministério da Saúde



AUTORAS

Ana Catarina Torres de Lacerda

Danielle Santos Alves

Hulda Vale de Araujo

Inez Maria Tenório

Juliane Lima Pereira da Silva

Maria Auxiliadora Soares Padilha

Maria Wanderleya de Lavor Coriolano

Rhayza Rhavenia Rodrigues Jordão

Sheyla Costa de Oliveira

Vilma Costa de Macedo

Weslla Karla Albuquerque Silva de Paula

Docentes da Universidade Federal de Pernambuco

Camila Emanoela de Lima Farias

Discente do PPGEnf da Universidade Federal de Pernambuco