



# **CARTILHA DE PROTEÇÃO** *da mulher*

*Violência contra a mulher:  
identificando os fatores de risco*

# APRESENTAÇÃO

É com grande comprometimento e dedicação que apresentamos a cartilha "**Violência contra a mulher: Identificando os Fatores de Risco**", elaborada pela Coordenadoria de Enfrentamento à Violência Contra a Mulher e Vulneráveis da Polícia Civil de Mato Grosso.

A violência doméstica é uma realidade que infelizmente ainda persiste em nossa sociedade, afetando milhares de famílias e indivíduos todos os dias. Reconhecendo a gravidade desse problema e a necessidade urgente de prevenção e conscientização, desenvolvemos esta cartilha como uma ferramenta educativa e informativa.

Nosso objetivo primordial é capacitar e orientar a comunidade sobre os diversos fatores de risco associados à violência doméstica. Por meio deste material, buscamos fornecer conhecimentos e recursos que ajudem na identificação precoce dos sinais de alerta, permitindo uma intervenção eficaz para evitar situações de violência ou minimizar seus impactos.

Ao disponibilizarmos este material, esperamos contribuir para a construção de uma sociedade mais justa, igualitária e livre de violência. Convidamos a todos a se engajarem nessa causa, disseminando informações, promovendo o diálogo e agindo em prol do respeito e da dignidade de cada indivíduo.

Agradecemos a todos que colaboraram para a realização deste projeto e reiteramos nosso compromisso contínuo na luta contra a violência doméstica.

**Juntos, podemos fazer a diferença!**

# O que é violência contra a mulher...



A violência contra a mulher é uma manifestação de desigualdade de gênero e poder, caracterizada por qualquer ato ou conduta baseada no gênero, que cause dano físico, sexual, psicológico ou econômico à mulher. Essa violência pode ocorrer em diferentes contextos, incluindo o lar, o local de trabalho, espaços públicos e instituições sociais.



É uma violação dos direitos humanos, impactando negativamente a vida das mulheres, sua autonomia, segurança e bem-estar emocional. A violência contra a mulher pode se manifestar de várias formas, como agressão física, abuso emocional, coerção sexual, controle financeiro, entre outras, e é fundamental enfrentá-la por meio de medidas educativas, legais e políticas que promovam a igualdade de gênero e a proteção dos direitos das mulheres.

# Tipos de violência contra a mulher previstas pela Lei Maria da Penha



## Violência física

Envolve agressões físicas, como bater, chutar, sufocar, queimar ou usar armas para ferir a mulher. Pode resultar em lesões graves, incapacidade ou morte.



## Violência psicológica

Comportamentos que visam manipular, controlar, humilhar, ameaçar ou intimidar a mulher, minando sua autoestima e independência emocional.



## Violência sexual

Qualquer ato sexual não consensual ou coercitivo, incluindo estupro, coerção sexual, abuso sexual, exploração sexual e qualquer forma de atividade sexual praticada sem o consentimento livre e informado da mulher.



## Violência patrimonial

Quando há retenção, furto, destruição de bens materiais ou objetos pessoais da vítima, como: instrumentos de trabalho; documentos e roupas; controlar ou tirar dinheiro contra a sua vontade.



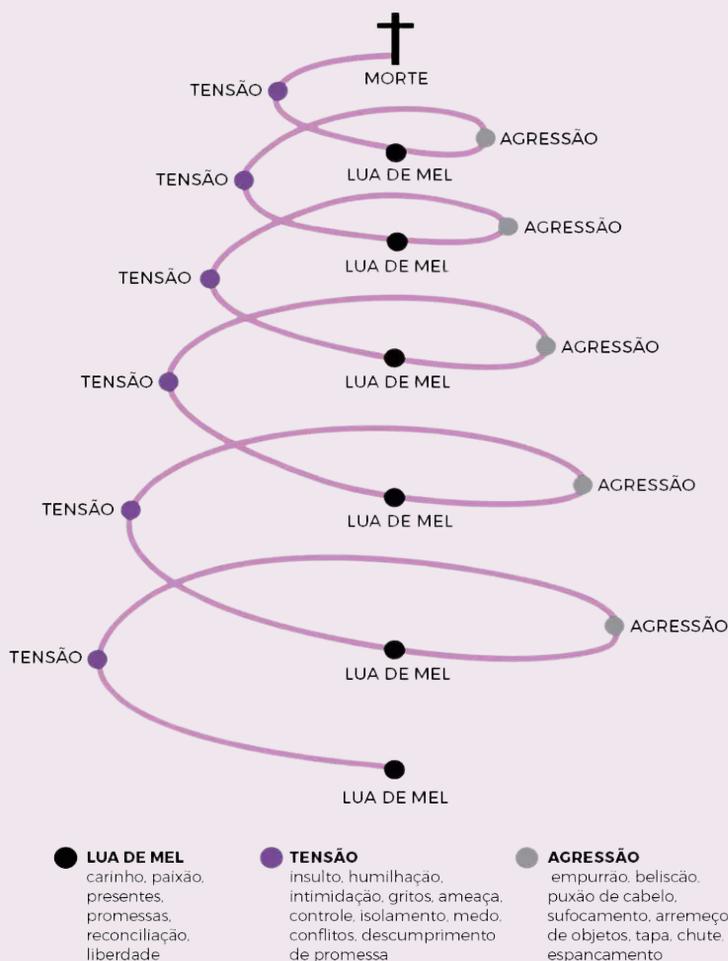
## Violência moral

Depreciar a imagem e a honra da vítima por meio de calúnia, difamação e injúria, como espalhar boatos e falsas acusações. Essa violência também pode ocorrer pela internet, como o compartilhamento de fotos íntimas.



# A espiral da violência doméstica

A espiral da violência doméstica foi caracterizada pela psicóloga norte-americana Lenore Walker. Ela identificou três fases de agressões contra mulheres em uma relação afetiva, as quais ficam cada vez mais graves. Identificar comportamentos nocivos do parceiro pode ajudar mulheres a romper com a espiral da violência.





# Você já conhece o Formulário Nacional de Avaliação de Risco?

**O FORMULÁRIO NACIONAL DE AVALIAÇÃO DE RISCO É UM INSTRUMENTO TÉCNICO PARA AVALIAÇÃO DO RISCO EM CASOS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA AS MULHERES.**

- Visa reduzir a margem de subjetividade dos profissionais na **interpretação da gravidade da situação de violência relatada pelas mulheres** em situação de violência doméstica e familiar.
- Instrumento de **proteção** para as mulheres em situação de violência;
- Atua na **prevenção** para vítimas diretas e indiretas na existência de risco de feminicídio (identifica o risco ou potencial da violência se tornar recorrente e do agravamento da violência e da letalidade);
- Fundamenta **pedidos de medidas protetivas** (fornece informações sistematizadas para os profissionais);
- Auxilia as vítimas a **compreenderem o grau de risco** a que estão expostas;
- Estabelece parâmetros para o **monitoramento dos casos e tomada de decisões.**

# Identificando os fatores de risco!



características ou condições que aumentam a probabilidade de uma mulher ser vítima de violência em um relacionamento íntimo ou familiar.

## 1. Abuso de álcool e drogas

O abuso de álcool e drogas pelo companheiro é um fator de risco devido à diminuição do controle, aumento da agressão e desinibição causados pelo consumo excessivo de substâncias.

Isso pode levar a uma escalada de conflitos, manipulação emocional e padrões de comportamento aprendidos, onde a violência é normalizada.



Segundo dados do Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (Cebrid) da Unifesp, de 2016, o uso de álcool está associado a 50% dos casos de violência doméstica.

## 2. Desemprego ou situação instável



Quando um parceiro enfrenta dificuldades financeiras, pode sentir-se impotente, estressado e frustrado, o que aumenta a probabilidade de conflitos no relacionamento. Além disso, a pressão financeira pode levar a sentimentos de inadequação e baixa autoestima, ocasionando emoções negativas que podem se manifestar em comportamentos abusivos.

## 3. Coabitação



Viver sob o mesmo teto pode aumentar o risco de violência doméstica devido à proximidade constante entre os parceiros, pode intensificar conflitos e tornar mais difícil para a vítima escapar do abusador. Além disso, a coabitação pode criar um ambiente onde o controle do abusador sobre a vítima é aumentado significativamente.

## 4. Separação e início de novo relacionamento amoroso

O agressor pode reagir de maneira negativa à separação, sentindo-se ameaçado ou rejeitado, e pode recorrer à violência como forma de manter controle sobre a vítima ou de expressar raiva e frustração. Além disso, o surgimento de um novo relacionamento amoroso por parte da vítima pode desencadear ciúmes e possessividade no agressor, levando a comportamentos violentos.



## 5. Isolamento do (ex) casal



Quando uma pessoa é isolada de sua rede de apoio social, como amigos e familiares, ela pode se tornar mais vulnerável ao abuso, pois fica mais dependente do agressor para apoio emocional e prático.

As vítimas presas em casa com os agressores por um longo período de tempo tem limitadas a oportunidade de denunciar com segurança quaisquer incidentes que possam estar ocorrendo.



## 6. História Criminal e descumprimento de Medida Protetiva de Urgência

Se um homem possui um histórico criminal relacionado à violência ou ao abuso, isso pode indicar um padrão de comportamento perigoso que coloca a vítima em risco.



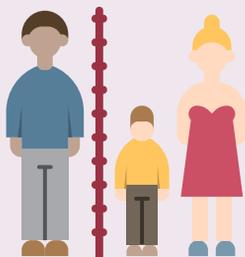
Autor que descumpra MPU pode sinalizar não ter medo das consequências, isso pode indicar uma maior probabilidade de comportamentos abusivos e até mesmo de escalada da violência.

## 7. Violência sexual

A violência sexual é frequentemente um prenúncio de um ciclo de abuso contínuo, podendo culminar em feminicídio. Os perpetradores que cometem violência sexual muitas vezes exercem um controle extremo sobre suas vítimas.



## 8. Filhos de outro relacionamento



Em muitos casos, quando uma mulher tem filhos de relacionamentos anteriores, isso pode desencadear ciúmes, possessividade e inseguranças por parte do parceiro atual. Esses sentimentos podem ser exacerbados se houver tensões ou conflitos familiares.

O parceiro atual pode sentir que está competindo pela atenção da parceira ou perceber os filhos como uma ameaça à relação.

## 9. Doença psíquica

Indivíduos que sofrem de doenças mentais podem enfrentar dificuldades em lidar com suas emoções e impulsos, o que pode levar a comportamentos violentos, especialmente em momentos de crise ou desequilíbrio emocional. Em alguns casos, a pessoa afetada pode direcionar essa violência para o parceiro ou ex-parceiro, resultando em feminicídio.

## 10. Violência física prévia e escalonamento das violências

A combinação desse fator com outros elementos frequentes em relações violentas é útil como modelo de compreensão dos riscos de femicídios.



Pessoas com passado violento têm maior probabilidade de envolvimento de forma mais frequente e mais grave em violência familiar do que as que não têm um passado violento.

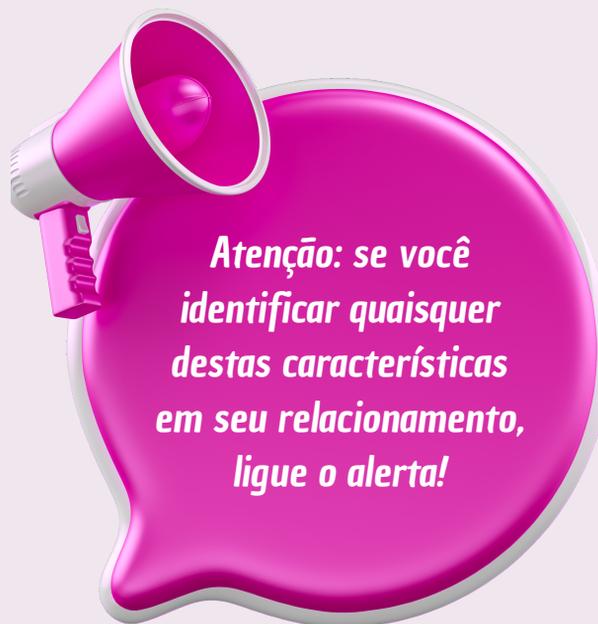
### **VIOLÊNCIAS GRAVES**

**Tentativas de enforcamento ou estrangulamento ou queimadura**

**Agressões que provocam lesões internas ou externas**

**Violência com uso de arma branca ou de fogo**

**Agressões com uso de arma branca ou de fogo**



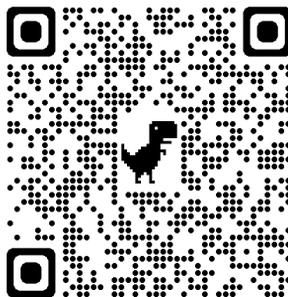
**A violência de gênero pode se manifestar de várias formas e é vital reconhecer os sinais de alerta, como os citados nesta cartilha. Ciente desses fatores, você tomar medidas proativas para proteger sua segurança e buscar apoio quando necessário. Isso pode incluir a busca por recursos de suporte, como redes de apoio familiar, amigos, serviços de saúde mental e organizações de combate à violência doméstica.**

**Ficar alerta e buscar ajuda quando necessário não apenas pode salvar vidas, mas também é um passo crucial em direção à construção de comunidades mais seguras e livres da violência de gênero.**

## Para solicitar uma Medida Protetiva Online:



[SOSMULHER.PJC.MT.GOV.BR](https://sosmulher.pjc.mt.gov.br)



[APP SOS MULHER MT](#)

**DENÚNCIA POLÍCIA CIVIL**

**197/181**

(65) 3613-6981



**BOMBEIROS**

**193**



**CIOSP  
(POLÍCIA MILITAR):**

**190**



**DISQUE DENÚNCIA  
NACIONAL**

**180**



# UNIDADES DE ATENDIMENTO:

## COORDENADORIA DE ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER E VULNERÁVEIS

### Coordenadora: Delegada Jannira Laranjeira

Av. Agrícola Paes de Barros - bairro Verdão - Cuiabá / MT  
Arena Pantanal - 3º Piso - Setor Norte - Sala 374  
Contato: (65) 98173-0514 / 98144-1311 / 98125-3920  
E-mail: coordmulheresevulneraveis@pjc.mt.gov.br



## DELEGACIAS ESPECIALIZADAS

### Plantão de Atendimento a Vítimas de Violência Doméstica e Sexual de Cuiabá (PVDM) - 24h

End.: Av. Dante Martins de Oliveira, s/no, bairro Planalto  
Tel.: Fixos: (65) 3613-8935 (Investigadores) / 3613-8936 (Cartório Central) / 3613-8937 (Coordenação)  
Celulares: (65) 98173-0557 (Cartórios e Delegados - Whats App e ligação) / 98173-0358  
(Investigadores - Whats App e ligação) / 99628-5930 / 99626-9669 (Acompanhamento de Medidas Protetivas)  
E-mail: plantaomulhercba@pjc.mt.gov.br

### Delegacia Especializada de Defesa da Mulher de Cuiabá - Expediente

End.: Av. Carmindo de Campos, esq. com R. Bahia, 2.109, bairro Jd. Paulista  
Tel.: (65) 3613-8901 / 98173-0709 (Plantão)  
E-mail: dmulhercba@pjc.mt.gov.br

### Delegacia Especializada de Defesa da Mulher, da Criança e do Idoso de Várzea Grande

End.: R. Almirante Barroso, 268, bairro Centro Sul, próxima ao terminal de ônibus André Maggi  
Tel.: (65) 3685-1236/2838/8197  
E-mail: ddefmulhervg@pjc.mt.gov.br

### Delegacia Especializada de Defesa da Mulher de Tangará da Serra

End.: Av. Brasil, esq. com Av. Vinte e Oito, 62-E, Centro  
Tel.: (65) 3325-3413  
E-mail: dmulherterra@pjc.mt.gov.br

### Delegacia Especializada de Defesa da Mulher de Cáceres - Expediente

End.: Av. General Osório, 1.084, Centro  
Tel.: (65) 3223-5257/0348 / 3224-1160  
E-mail: dedmcac@pjc.mt.gov.br

### Delegacia Especializada de Defesa da Mulher de Rondonópolis - Expediente

End.: Av. Jaime Fernandes Costa, 1.390, bairro Vila Aurora II  
Tel.: (66) 3423-1754 / 98156-0140/0143  
E-mail: dmulherroo@pjc.mt.gov.br

### Delegacia Especializada de Defesa da Mulher, Criança e Idoso de Primavera do Leste - Expediente

End.: R. Lajes, 961, bairro Primavera IV  
Tel.: (65) 99987-4074 (Plantão 24 horas e Whats App)  
E-mail: dedmcpileste@pjc.mt.gov.br

### Delegacia Especializada de Defesa da Mulher, Criança, Adolescente e Idoso de Sinop - Expediente

End.: R. Colonizador Ênio Pepino, 3.061, Setor Industrial Sul  
Tel.: (66) 3531-0120/3544  
E-mail: dmulhersinop@pjc.mt.gov.br

# NÚCLEOS/SALAS ESPECIALIZADAS

## ÁGUA BOA

### Delegacia Regional de Água Boa

End.: R. 10, 850, bairro Operário

Tel.: (66) 3468-2518

E-mail: raguaboaepjc.mt.gov.br

## ALTA FLORESTA

### Núcleo de Atendimento a Mulheres, Crianças e

### Idosos vítimas de violência

### Delegacia Regional de Alta Floresta

End.: R. A-5, 503, Setor A,

Tel.: (66) 3521-2505

E-mail: raflorestaepjc.mt.gov.br

## COLÍDER

### Núcleo de Atendimento Especializado à Mulher

### Delegacia de Polícia de Colíder

End.: Av. Tancredo Neves, 212, bairro Sagrada Família

Tel.: (66) 3541-1193/3753

E-mail: dpcoliderepjc.mt.gov.br

## JACIARA

### Sala da Mulher

### Delegacia de Polícia de Jaciara

End.: R. Potiguaras, 1.019, Centro

Tel.: (66) 3461-1714 / 98156-0018 (Plantão) 98156-0019 (Cartório Central)

E-mail: mjaciaraepjc.mt.gov.br

## LUCAS DO RIO VERDE

### Núcleo Integrado de Atendimento à Mulher

### Delegacia de Polícia de Lucas do Rio Verde

End.: Av. Pará, 109-E, bairro Cidade Nova

Tel.: (65) 3549-1555/4693

E-mail: dplucasdoriverdeepjc.mt.gov.br

## NOVA MUTUM

### Sala da Mulher (Câmara Municipal)

### Delegacia Regional de Nova Mutum

End.: Av. das Arapongas, 1.123, bairro Jd. das Orquídeas

Tel.: (65) 3308-3736

E-mail: rnovamutumepjc.mt.gov.br

## PEIXOTO DE AZEVEDO

### Sala da Mulher

### Delegacia de Polícia de Peixoto de Azevedo

End.: R. José Doca, s/no, bairro Alvorada

Tel.: (66) 3575-1763/98156-0119 (Plantão)

E-mail: dppeixotoazevedoepjc.mt.gov.br

## QUERÊNCIA

### Sala Especializada de Atendimento à Mulher

### Delegacia de Polícia de Querência

End.: Av. Cuiabá, 475, Centro

Tel.: (66) 3529-1341

E-mail: dpquerenciaepjc.mt.gov.br

## SORRISO

### Núcleo de Atendimento às Mulheres

### Delegacia de Polícia de Sorriso

End.: Av. Los Angeles, esq. com R. Sacramento, 1.355, bairro Jd. Califórnia

Tel.: (66) 3544-1912/3133 / 3545-1014 / Celulares

Plantão: 99632-3180 e 99623-3029

E-mail: msorrisoepjc.mt.gov.br

