



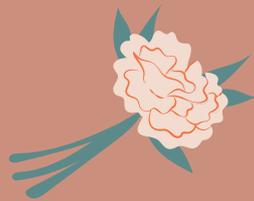
Rompendo o Ciclo:

*A Justiça Federal do Rio Grande do Norte no
combate à Violência Doméstica*



Rompendo o Ciclo:

*A Justiça Federal do Rio Grande do Norte no
combate à Violência Doméstica*



Carlos Wagner Dias Ferreira

Diretor do Foro

Luiza Carvalho Dantas Rêgo

Juíza Federal

Anna Ruth Dantas Sales

Supervisora de Comunicação

Fernanda Ferreira Santana

Estagiária de Design

Manuela Araujo Torres

Estagiária de Jornalismo

Natal/RN, novembro de 2022.

Serviços de atendimento à mulher

Disque 180 - Canal Nacional de Denúncia

Serviço gratuito nacional de denúncias (o serviço registra e encaminha denúncias de violência contra a mulher aos órgãos competentes, bem como reclamações, sugestões ou elogios sobre o funcionamento dos serviços de atendimento).

Delegacia Especializada no Atendimento às Mulheres (DEAM)

(84) 3232-2530 - Delegacia de polícia localizada no bairro Ribeira.

Delegacia Especializada no Atendimento às Mulheres (DEAM ZN)

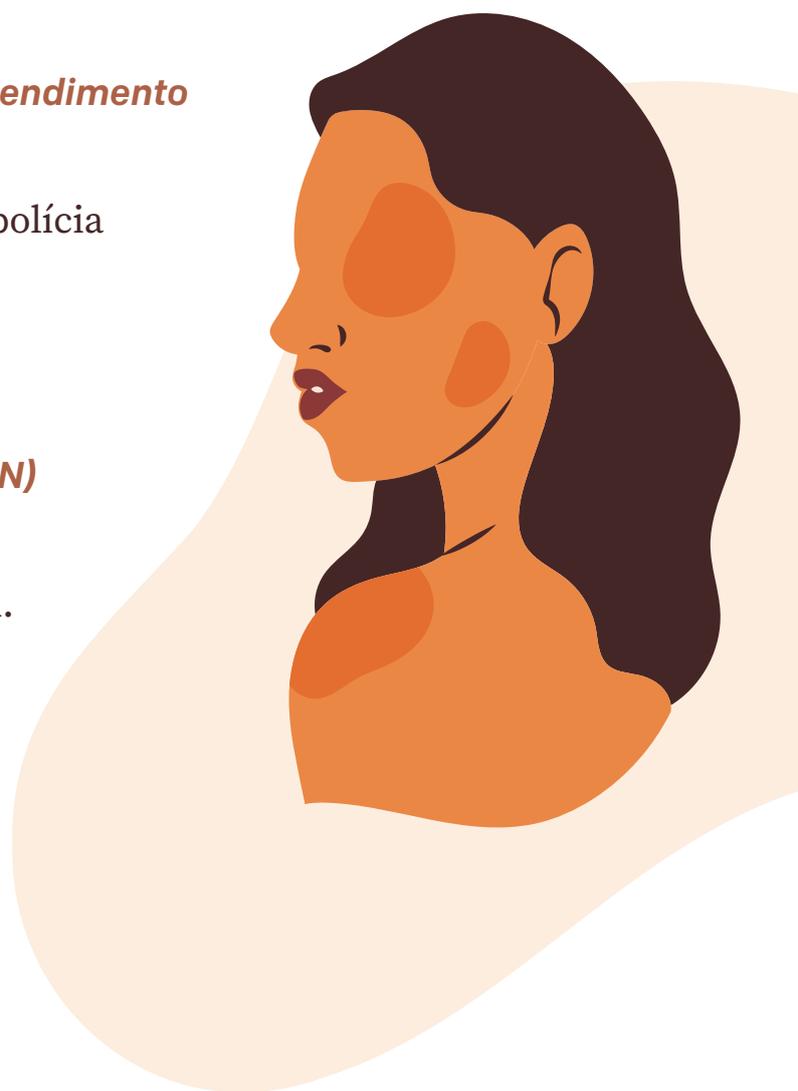
(84) 3232-5468 - Delegacia de polícia localizada no bairro Potengi.

Núcleo de Apoio à Mulher Vítima de Violência Doméstica e Familiar (NAMVID)

(84) 3232-5102 / 3232-1119
/ 3215-5216 / (84) 99972-0802 /
(84) 99994-8888

Centro de Referência da Mulher Elizabeth Nasser:

(84) 3232-4875 / 0800 281 8000 (Serviço Gratuito da Prefeitura do Natal).



Com o advento da pandemia da COVID-19, houve aumento considerável nos índices de violência doméstica e familiar praticada contra mulheres. Em razão dos inúmeros decretos que determinaram o isolamento social, a realização de trabalho exclusivamente remoto e as restrições de acesso a estabelecimentos comerciais e de lazer, tendo sido mantidos exclusivamente os serviços essenciais, a convivência familiar no ambiente doméstico tornou-se mais incisiva, em peculiar contexto de tensão econômica e instabilidade psicológica oriundos da crise sanitária, desencadeando um alarmante cenário nos lares brasileiros. Segundo dados do Conselho Nacional de Justiça (CNJ), na quarentena pandêmica, foi registrado o dobro do número de feminicídios em comparação a 2019.

Como medida de proteção integral à mulher, foi instituída pelo CNJ a Política Nacional de Enfrentamento à Violência Contra Mulheres pelo Poder Judiciário, havendo a necessidade de desenvolver um protocolo de prevenção e medidas de segurança voltados ao enfrentamento deste tipo de violência praticada em face de magistradas, servidoras, estagiárias, colaboradoras e respectivos familiares em situação de risco.

Nesse contexto, a **Justiça Federal do Rio Grande do Norte** instituiu o **Grupo de Apoio e Assistência às Magistradas e Servidoras da Seção Judiciária do Rio Grande do Norte em situação de violência doméstica e familiar**, com o



Grupo de Apoio e Assistência
às Magistradas e Servidoras da Seção
Judiciária do Rio Grande do Norte em
situação de violência doméstica e familiar

objetivo de acolher e apoiar as mulheres integrantes de nossa instituição que estejam em situação de violência doméstica e familiar.

A violência doméstica é aquela que acontece no contexto familiar, entre quaisquer membros, sendo possíveis agressores os maridos, companheiros, namorados ou pessoas com as quais a mulher teve alguma relação afetiva, como ex-maridos e ex-namorados.

A violência doméstica não escolhe suas vítimas. Toda e qualquer mulher pode estar nessa situação, independentemente do papel social que ela ocupe. Muitas vezes, as mulheres sentem vergonha de sua condição de vítima, não sendo raro, especialmente no caso de magistradas, que seu cargo seja utilizado, pelo agressor, como instrumento de chantagem/intimidação, diante do temor que elas sentem de ter sua credibilidade comprometida e do medo de, em última instância, “perder sua autoridade” em seu trabalho.

Muitas mulheres acham que ser vítima de violência doméstica é sinal de fracasso e motivo de vergonha. A forma como nossa sociedade foi estruturada traz o casamento como parte de uma vida de sucesso, de modo que a vergonha de expor agressões sofridas consiste em uma barreira que precisa ser ultrapassada para romper o ciclo de violência.

Fases do ciclo de violência:

Saiba identificar as três principais fases do ciclo e entenda como ele funciona.

Apesar de a violência doméstica ter várias faces e especificidades, a psicóloga norte-americana Lenore Walker identificou que as agressões cometidas em um contexto conjugal ocorrem dentro de um ciclo que é constantemente repetido.

Fase 1 | Aumento da tensão

Nesse primeiro momento, o agressor mostra-se tenso e irritado por coisas insignificantes, chegando a ter acessos de raiva. Ele também humilha a vítima, faz ameaças e destrói objetos.

A mulher tenta acalmar o agressor, fica aflita e evita qualquer conduta que possa “provocá-lo”. As sensações são muitas: tristeza, angústia, ansiedade, medo e desilusão são apenas algumas.

Em geral, a vítima tende a negar que isso está acontecendo com ela, esconde os fatos das demais pessoas e, muitas vezes, acha que fez algo de errado para justificar o comportamento violento do agressor ou que “ele teve um dia ruim no trabalho”, por exemplo. Essa tensão pode durar dias ou anos, mas como ela aumenta cada vez mais, é muito provável que a situação levará à Fase 2.

Fase 2 | Ato de Violência

Esta fase corresponde à explosão do agressor, ou seja, a falta de controle chega ao limite e leva ao ato violento. Aqui, toda a tensão acumulada na Fase 1 se materializa em violência verbal, física, psicológica, moral ou patrimonial.

Mesmo tendo consciência de que o agressor está fora de controle e tem um poder destrutivo grande em relação à sua vida, o sentimento da mulher é de paralisia e impossibilidade de reação. Aqui, ela sofre de uma tensão psicológica severa (insônia, perda de peso, fadiga constante, ansiedade) e sente medo, ódio, solidão, pena de si mesma, vergonha, confusão e dor.

Nesse momento, ela também pode tomar decisões – as mais comuns são: buscar ajuda, denunciar, esconder-se na casa de amigos e parentes, pedir a separação e até mesmo suicidar-se. Geralmente, há um distanciamento do agressor.

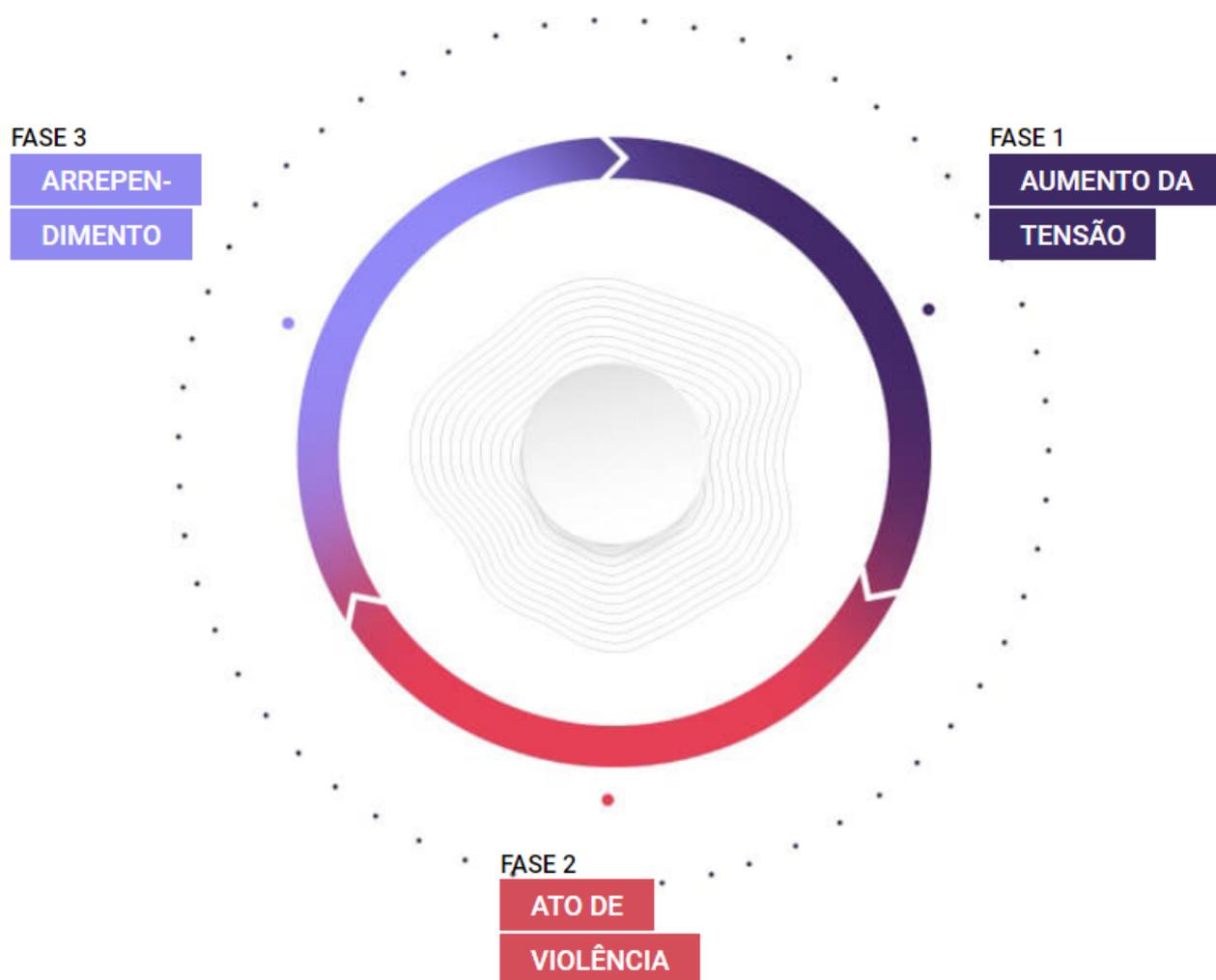
Fase 3 | Arrependimento e Comportamento Carinhoso

Também conhecida como “lua de mel”, esta fase se caracteriza pelo arrependimento do agressor, que se torna amável para conseguir a reconciliação. A mulher se sente confusa e pressionada a manter o seu relacionamento diante da sociedade, sobretudo quando o casal tem filhos. Em outras palavras: ela abre mão de seus direitos e recursos, enquanto ele diz que “vai mudar”.

Há um período relativamente calmo, em que a mulher se sente feliz por constatar os esforços e as mudanças de atitude, lembrando também os momentos bons que tiveram juntos. Como há a demonstração de remorso, ela se sente responsável por ele, o que estreita a relação de dependência entre vítima e agressor.

Um misto de medo, confusão, culpa e ilusão fazem parte dos sentimentos da mulher. Por fim, a tensão volta e, com ela, as agressões da Fase 1.

As três principais fases do ciclo de violência:



Conteúdo extraído do site **Instituto Maria da Penha**

Acesse: <https://www.institutomariadapenha.org.br/violencia-domestica/ciclo-da-violencia.html>

O que fazer em cada um desses ciclos?

1º Momento

Antes da ocorrência da violência doméstica a vítima deve:

- 1 – Contar o que está acontecendo para pessoas de confiança;
- 2 – Incluir na lista de contatos telefones dos serviços de proteção à mulher vítima de violência;
- 3 – Deixar documentos, remédios e chaves guardados em local específico;
- 4 – Planejar a saída de casa e transporte para um local seguro;
- 5 – Caso já exista medida protetiva, manter o documento em local de fácil acesso.

2º Momento

Durante a situação de violência a vítima deverá proceder da seguinte maneira:

- 1 – Evitar locais como cozinha e banheiro ou locais onde haja objetos cortantes e/ou perigosos;
- 2 – Não correr para local onde as crianças estejam, pois elas poderão também sofrer agressões;
- 3 – Evitar fugir sem as crianças, pois elas poderão ser utilizadas como objeto de chantagem;
- 4 – Ensinar as crianças a pedirem ajuda e a se afastar do local, quando houver violência;
- 5 – Caso a violência não possa ser evitada, definir uma meta de ação: corra para um canto e agache-se com o rosto protegido e os braços em volta de cada lado da cabeça, com os dedos entrelaçados.

3º Momento

Após ocorrência de violência doméstica a vítima deve proceder conforme abaixo orientado:

1 – Mantenha objetos de comunicação o mais próximo, caso não possa fazê-lo, procure um telefone público o mais rápido possível;

2 – Procure ajuda junto à Polícia Militar, Delegacia da Mulher ou qualquer pessoa e/ou instituição em que confie;

3 – Busque locais seguros próximo a sua casa (comércio, escola, farmácia...etc.);

4 – Se conseguir se dirigir a uma farmácia e exiba o sinal do X vermelho na palma da mão, feito com qualquer material. A polícia será imediatamente acionada;

5 – Em caso de ferimento, procure um hospital ou um posto de atendimento e informe o que aconteceu;

6 – Tente guardar por escrito os episódios de violência física, psicológica ou sexual que esteja sofrendo, com as datas e horários;

7 – Mantenha chaves e/ou cópias das chaves em local seguro e acessível;

8 – Ter o hábito de deixar o veículo sempre abastecido e em posição de saída, de forma a evitar manobras.

A violência doméstica não é só a agressão física.

Ela pode ser classificada em:

a) Física: entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da mulher;

b) Psicológica: entendida como qualquer conduta que lhe cause dano emocional e diminuição da autoestima ou que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento ou que vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, isolamento, vigilância constante, perseguição contumaz, insulto, chantagem, violação de sua intimidade, ridicularização, exploração e limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro meio que lhe cause prejuízo à saúde psicológica e à autodeterminação;

c) Sexual: entendida como qualquer conduta que a constranja a presenciar, a manter ou a participar de relação sexual não desejada, mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força; que a induza a comercializar ou a utilizar, de qualquer modo, a sua sexualidade, que a impeça de usar qualquer método contraceptivo ou que a force ao matrimônio, à gravidez, ao aborto ou à prostituição, mediante coação, chantagem, suborno ou manipulação; ou que limite ou anule o exercício de seus direitos sexuais e reprodutivos;

d) Patrimonial: entendida como qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus objetos, instrumentos de trabalho, documentos pessoais, bens, valores e direitos ou recursos econômicos, incluindo os destinados a satisfazer suas necessidades;

e) Moral: entendida como qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria.

“Você está ficando louca!”:

Entenda o gaslighting

A violência psicológica é silenciosa. Não deixa marcas físicas – mas deixa marcas na alma. *Gaslighting* é a expressão utilizada para referir-se à violência psicológica por manipulação, fazendo com que a vítima se veja como incapaz e passe a duvidar do seu senso de realidade e percepções. Nessa forma de abuso mental, rotineiramente a mulher escuta frases como: “você está louca”, “você está delirando”, “você está exagerando”, “eu só estava brincando”, o que termina a convencendo de que ela está mesmo fora de si.



Você tá ficando louca...

É coisa da tua cabeça!

Ela não sabe o que diz.

SINAL VERMELHO contra a violência doméstica

*Você sabe o que significa um "X" vermelho na palma da mão
– ou em papel?*

Caso uma mulher apresente um sinal "X" feito com batom vermelho (ou qualquer outro material) na palma da mão ou em um pedaço de papel (o que for mais fácil) em farmácias, órgãos públicos e agências bancárias, isso significa que aquela mulher foi vítima de violência doméstica e que deve haver o acionamento da Polícia Militar. A Campanha Sinal Vermelho foi lançada em junho de 2020 pelo Conselho Nacional de Justiça (CNJ), como forma de facilitar as denúncias pelas vítimas.

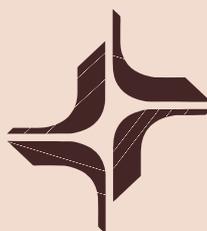


Entre em contato

O Grupo de Apoio e Assistência às Magistradas e Servidoras da Seção Judiciária do Rio Grande do Norte em situação de violência doméstica e familiar está pronto para te ouvir.

Caso esteja em alguma situação de risco, contacte-nos pelo e-mail ✉ **denuncias.violenciadomestica@jfrn.jus.br**

Não se cale. Violência doméstica mata.



JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Rio Grande do Norte