

Geanny Beatriz da Cruz Mendonça

Cartilha

Curadoria de conteúdo para o enfrentamento da violência contra a mulher



Conteúdos



1. Apresentação	02
2. O que é violência?	03
3. O que é a violência contra a mulher?	04
4. Quais são os tipos de violência contra a mulher?	05
5. O que é o ciclo da violência contra a mulher?	08
6. O que dizem as estatísticas?	09
7. Onde encontrar informações de qualidade para auxiliar mulheres em situação de violência?	11
7.1 Websites	13
7.2 Perfis no Instagram	21
7.3 Aplicativos	28
7.4 Podcasts	31
8. Considerações Finais	34
Referências	35

1. APRESENTAÇÃO



A violência contra a mulher é uma violação dos direitos humanos que afeta milhões de mulheres ao redor do mundo, independentemente de idade, raça, classe social ou nível educacional. No Brasil, a violência doméstica é uma das formas mais prevalentes de agressão, configurando um grave problema de saúde pública e uma barreira para o desenvolvimento social e econômico das mulheres.

Esta cartilha foi elaborada como parte do Trabalho de Conclusão de Curso em Biblioteconomia da discente Geanny Beatriz da Cruz Mendonça, na Universidade Federal do Rio Grande do Norte, sob a orientação da Prof^a. Dr^a. Andréa Vasconcelos Carvalho. Seu objetivo é informar e conscientizar sobre os diversos tipos de violência contra a mulher, com ênfase na violência doméstica, abordando suas consequências e as formas de buscar ajuda. A cartilha, por meio de fontes de informação selecionadas, visa facilitar o acesso a conteúdos de qualidade para ajudar as mulheres a enfrentar esse problema. Compreender as dinâmicas e manifestações da violência contra a mulher é essencial para um enfrentamento eficaz e para promover uma cultura de respeito e igualdade de gênero.

“A VIDA COMEÇA QUANDO A VIOLÊNCIA ACABA”

Maria da Penha

2. O QUE É VIOLÊNCIA?

1

Tudo o que age usando a força para ir contra a natureza de algum ser

2

Todo ato de força contra a espontaneidade, a vontade e a liberdade de alguém (é coagir, constranger, torturar, brutalizar)

3

Todo ato de violação da natureza de alguém ou de alguma coisa valorizada positivamente por uma sociedade

4

Todo ato de transgressão contra aquelas coisas e ações que alguém ou uma sociedade define como justas e como um direito;

5

Conseqüentemente, violência é um ato de brutalidade, sevícia e abuso físico e/ou psíquico contra alguém e caracteriza relações intersubjetivas e sociais definidas pela opressão, intimidação, pelo medo e pelo terror

3.

O que é a violência contra a mulher?

“A violência direcionada às mulheres pode assumir diversas formas, tais como psicológica, física, moral, patrimonial, sexual e o tráfico humano. Este fenômeno configura-se como um problema que afeta mulheres de variadas condições sociais, origens, regiões, estados civis, escolaridade ou raça” (Brasil, 2011)



DIANTE DESSA DEFINIÇÃO, É POSSÍVEL CONSTATAR QUE ESTE TIPO DE VIOLÊNCIA EMERGE DE FATORES SOCIAIS, CULTURAIS E ESTRUTURAIS.



QUAIS SÃO OS TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER?

De acordo com o Instituto Maria da Penha (2024)

FÍSICA

- ESPANCAMENTO
- ATIRAR OBJETOS, SACUDIR E APERTAR OS BRAÇOS
- ESTRANGULAMENTO OU SUFOCAMENTO
- LESÕES COM OBJETOS CORTANTES OU PERFURANTES
- FERIMENTOS CAUSADOS POR QUEIMADURAS OU ARMAS DE FOGO
- TORTURA

PSICOLÓGICA

- AMEAÇAS
- CONSTRANGIMENTO
- HUMILHAÇÃO E MANIPULAÇÃO
- ISOLAMENTO
- VIGILÂNCIA CONSTANTE
- PERSEGUIÇÃO CONTUMAZ
- INSULTOS
- CHANTAGEM E EXPLORAÇÃO
- LIMITAÇÃO DO DIREITO DE IR E VIR
- RIDICULARIZAÇÃO
- TIRAR A LIBERDADE DE CRENÇA
- DISTORCER E OMITIR FATOS PARA DEIXAR A MULHER EM DÚVIDA SOBRE A SUA MEMÓRIA E SANIDADE (GASLIGHTING)

SEXUAL

- ESTUPRO
- OBRIGAR A MULHER A FAZER ATOS SEXUAIS QUE CAUSAM DESCONFORTO OU REPULSA
- IMPEDIR O USO DE MÉTODOS CONTRACEPTIVOS OU FORÇAR A MULHER A ABORTAR
- FORÇAR MATRIMÔNIO, GRAVIDEZ OU PROSTITUIÇÃO POR MEIO DE COAÇÃO, CHANTAGEM, SUBORNO OU MANIPULAÇÃO
- LIMITAR OU ANULAR O EXERCÍCIO DOS DIREITOS SEXUAIS E REPRODUTIVOS DA MULHER

MORAL

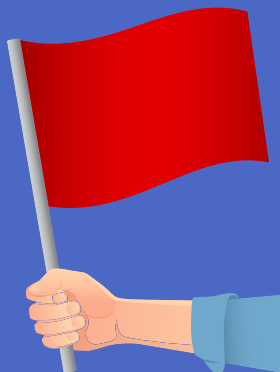
- ACUSAR A MULHER DE TRAIÇÃO EMITIR JUÍZOS MORAIS SOBRE A CONDUTA
- FAZER CRÍTICAS MENTIROsas
- EXPOR A VIDA ÍNTIMA
- REBAIXAR A MULHER POR MEIO DE XINGAMENTOS QUE INCIDEM SOBRE A SUA ÍNDOLE
- DESVALORIZAR A VÍTIMA PELO SEU MODO DE SE VESTIR

PATRIMONIAL

- CONTROLAR O DINHEIRO
- DEIXAR DE PAGAR PENSÃO ALIMENTÍCIA
- DESTRUIÇÃO DE DOCUMENTOS PESSOAIS
- FURTO, EXTORSÃO OU DANO
- ESTELIONATO
- PRIVAR DE BENS, VALORES OU RECURSOS ECONÔMICOS
- CAUSAR DANOS PROPOSITAIS A OBJETOS DA MULHER OU DOS QUAIS ELA GOSTE

(Instituto Maria da Penha, 2024)

**JÁ PASSOU POR ALGUM
DESSES TIPOS DE
VIOLÊNCIA?**



5. O QUE É O CICLO DA VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER?

A psicóloga Norte-americana Lenore Walker identificou que as agressões ocorridas em relacionamentos conjugais seguem um padrão cíclico, conforme representado na Figura abaixo.



Para Walker (1979), a violência doméstica segue um padrão composto por três fases. Primeiro, há um **aumento da tensão**, onde o agressor se mostra tenso e irritado, e a vítima tenta apaziguar a situação. Em seguida, ocorre o **ato de violência** propriamente dito, caracterizado pela explosão do agressor. Por fim, há uma fase de **arrependimento**, na qual o agressor demonstra remorso e busca a reconciliação. Este ciclo se repete ao longo do tempo, criando um processo de violência e reconciliação que pode ser difícil de quebrar para a vítima.

6. O QUE DIZEM AS ESTATÍSTICAS?

74%

das mulheres brasileiras consideram que a violência doméstica **aumentou** nos últimos 12 meses

62%

das brasileiras consideram o Brasil um país muito machista

30%

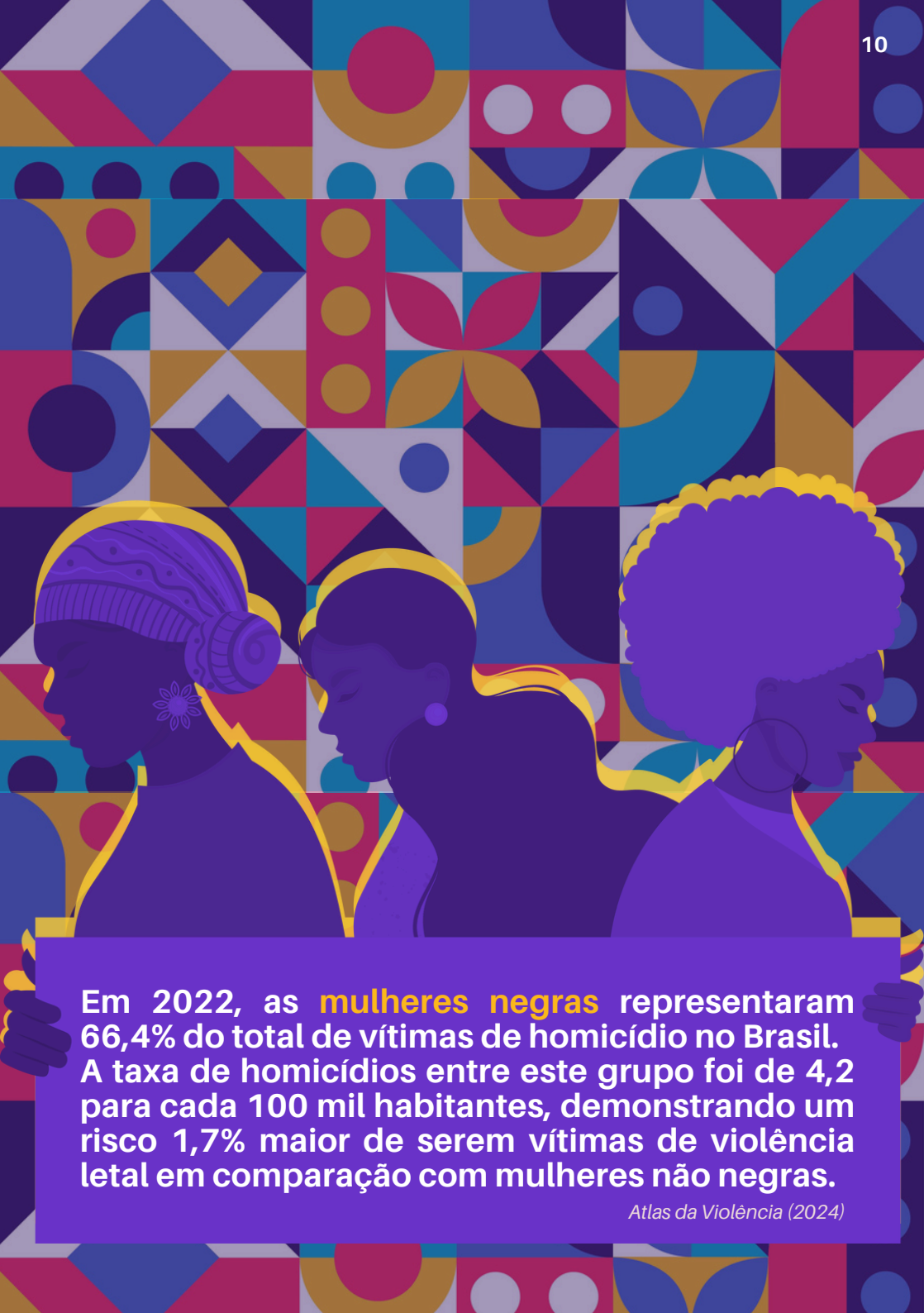
das brasileiras já sofreram algum tipo de violência doméstica ou familiar **provocada por homem**

52%

das brasileiras que já sofreram violência doméstica ou familiar praticada por um homem afirmam que ele era *marido ou companheiro* na época da agressão.

68%

das brasileiras têm uma amiga, familiar ou conhecida que já sofreu violência doméstica

The background of the page is a vibrant, repeating geometric pattern in shades of blue, purple, yellow, and red. In the foreground, three Black women are depicted in profile, facing right. They are rendered in a dark purple color with yellow outlines. The woman on the left wears a purple beanie and a large, ornate earring. The woman in the middle has her hair pulled back and wears a large hoop earring. The woman on the right has a large, curly afro hairstyle and wears a large hoop earring. They appear to be holding a purple banner that contains text.

Em 2022, as **mulheres negras** representaram 66,4% do total de vítimas de homicídio no Brasil. A taxa de homicídios entre este grupo foi de 4,2 para cada 100 mil habitantes, demonstrando um risco 1,7% maior de serem vítimas de violência letal em comparação com mulheres não negras.

Atlas da Violência (2024)

7. Onde encontrar informações de qualidade para auxiliar mulheres em situação de violência?



Mediante o processo de
Curadoria de Conteúdo,
selecionamos 17 fontes de
informações digitais relevantes
para o enfrentamento deste
problema



7.1

WEBSITES

Nesta seção, apresentaremos os websites identificados ao longo do processo de curadoria, juntamente com os links para acessá-los. No total, foram incluídos sete websites.

Justiceiras

O projeto Justiceiras, criado em 2020, oferece suporte gratuito para mulheres vítimas de violência doméstica. Idealizado por Gabriela Manssur, advogada e promotora de justiça, o projeto conta com mais de 15 mil voluntárias em todo o Brasil. Contudo, a ausência de funcionalidades como leitores de tela, alto contraste, aumento de fontes e suporte ao VLibras limita a usabilidade para esse público e compromete o atendimento oferecido pelo projeto.

O projeto oferece:



**ORIENTAÇÃO
JURÍDICA**



**APOIO
PSICOLÓGICO**



**ACOLHIMENTO
ON-LINE**



**ASSISTÊNCIA
SOCIAL**



<https://www.justiceiras.org.br/>



<https://www.instagram.com/justiceirasoficial/>



<https://www.linkedin.com/company/justiceiras/>



<https://www.youtube.com/@justiceirasoficial5002/>



Para ser atendida gratuitamente, a mulher deve acessar e preencher o formulário que está disponível no website do justiceiras

Mapa do Acolhimento

Criado em 2016 no Rio de Janeiro por um grupo de ativistas, esta iniciativa tem como objetivo conectar mulheres em situação de violência a psicólogas e advogadas voluntárias. O projeto se expandiu para todo o Brasil, alcançando mulheres em todos os estados e mais de 900 municípios. Além de facilitar a conexão entre vítimas e profissionais voluntárias, o Mapa do Acolhimento desenvolveu o Mapa dos Serviços Públicos, que reúne mais de 1.000 endereços de serviços da rede de enfrentamento à violência contra as mulheres. Ademais, o site possui um Mapa dos Serviços Públicos de Atendimento às Mulheres, onde é possível encontrar informações sobre o funcionamento e os endereços de delegacias, centros de referência, defensorias, serviços da rede de saúde e assistência especializada no enfrentamento à violência de gênero.

O projeto oferece:



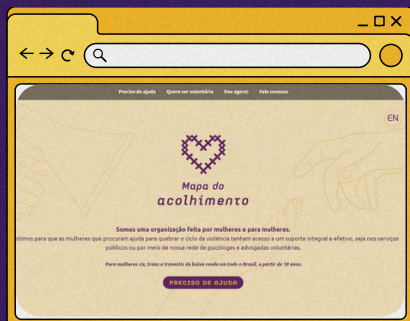
ORIENTAÇÃO
JURÍDICA



APOIO
PSICOLÓGICO



ACOLHIMENTO
ON-LINE



<https://www.mapadoacolhimento.org/>



www.instagram.com/mapadoacolhimento



<https://www.linkedin.com/company/mapadoacolhimento/>



<https://twitter.com/mdoacolhimento>



<https://facebook.com/mapadoacolhimento>



Para ser atendida, a mulher (cis, trans ou travesti) deve ser maior de 18 anos, residir no Brasil, ter sofrido ou estar sofrendo violência de gênero e estar em situação de vulnerabilidade socioeconômica ou de baixa renda e preencher um formulário descrevendo o tipo de acolhimento, seja ele psicológico, jurídico ou psicossocial e jurídico.

Bem Querer Mulher

A terceira fonte escolhida foi o website intitulado Bem Querer Mulher, cujo início remonta a 2004, caracterizando-se como um programa fundado pelo Instituto para o Desenvolvimento Sustentável (Indes). É importante destacar que o programa surgiu antes mesmo da promulgação da Lei Maria da Penha, o que o torna uma referência pioneira no trabalho de enfrentamento à violência de gênero e intrafamiliar no Brasil.

O projeto opera por meio de uma equipe multidisciplinar, oferecendo suporte socioassistencial, apoio psicológico e assessoria jurídica. Contudo, seu diferencial reside no incentivo à independência financeira das mulheres em situação de violência. No website do Bem Querer Mulher, encontram-se informações e recursos relevantes acerca de seus projetos, como o Projeto 360º, o qual abrange a educação financeira, políticas públicas de combate à violência contra a mulher, mobilização com empresas e oferta de cursos de capacitação.

O projeto oferece:



**ORIENTAÇÃO
JURÍDICA**



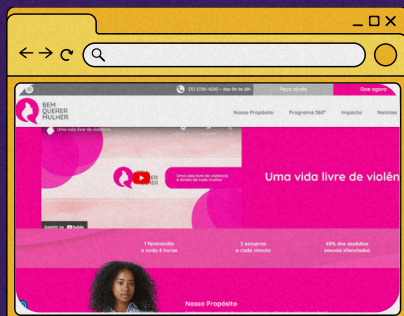
**APOIO
PSICOLÓGICO**



**ACOLHIMENTO
ON-LINE**



**ASSISTÊNCIA
SOCIAL**



<http://www.bemquerermulher.org.br/>



<https://www.instagram.com/bemquerermulher/>



<https://www.facebook.com/bemquerermulher/>



Para ser atendida pela equipe, a mulher de qualquer parte do Brasil poderá entrar em contato com o número de atendimento disponibilizado pelo site, ou por meio da plataforma Ângela de número (11) 94494-2415. O atendimento, em caso de dúvidas, também acontece pelas redes sociais como Instagram e Facebook.

Mulher Segura

Criada em 2020 pelo Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA), a Plataforma Mulher Segura, conecta as mulheres em situação de violência aos canais de apoio disponíveis no país. Seus principais produtos incluem a facilitação do acesso a serviços especializados, processos formativos e acolhedores, produção de materiais educativos. Uma característica notável desta fonte é a funcionalidade que permite às vítimas localizarem opções de ajuda com base na localização geográfica. Além disso, a plataforma disponibiliza uma variedade de recursos informativos, incluindo cartilhas e vídeos. A campanha 'Você não está sozinha' também se destaca, pois busca esclarecer questionamentos essenciais sobre violência doméstica e os passos para obter ajuda

O projeto oferece:



<https://www.mulhersegura.org/>



<https://www.instagram.com/unfpabrazil/>



<https://www.facebook.com/unfpabrazil/>



Para acessar o site clique no link apresentado ou escaneie QR code ao lado.

Painel do Ligue 180

Desde 2005, antes da Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006), o Governo Federal Brasileiro disponibiliza a plataforma telefônica 180. Gratuito e confidencial, o serviço funciona 24 horas por dia em todo o país, registrando denúncias de violência contra mulheres e monitorando os casos. Além disso, o Ligue 180 fornece informações sobre direitos, amparo legal e rede de atendimento. Em 2024, foi lançado o "Painel do Ligue 180", que facilita a busca por serviços especializados, com detalhes geográficos e específicos de cada atendimento. Idealizado pelo Ministério das Mulheres, o site oferece informações precisas e atualizadas, com contatos e endereços para as vítimas.

O projeto oferece:



**ORIENTAÇÃO
INFORMACIONAL**



**CANAL
GOVERNAMENTAL**



**LOCALIZAÇÃO DE
ATENDIMENTO**



**RECURSOS DE
ACESSIBILIDADE**



<https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/denuncie-violencia-contra-a-mulher/violencia-contra-a-mulher>



Para ser atendida gratuitamente, a mulher deve ligar para o número 180. Para a busca pela localização mais próxima de atendimento presencial, deve buscar o nome da cidade em que se encontra no Painel do Ligue 180.

Mapa Saúde Mental

A vivência de violência física ou psicológica gera traumas significativos nas vítimas, como ansiedade, depressão, baixa autoestima e transtorno de estresse pós-traumático, conforme estudos de Silva *et al.* (2022) e Brito *et al.* (2020). O Instituto Mapa Saúde Mental, atuante desde 2013 na disseminação de informações sobre saúde mental e oferecendo acolhimento gratuito, lançou o Mapa da Mulher (Mapa Saúde Mental, 2024). Este recurso mapeia locais que oferecem atendimento acessível ou gratuito voltado à saúde mental de mulheres em situação de vulnerabilidade, incluindo gestantes, portadoras de doenças como câncer e endometriose, e dependentes químicas.

O projeto oferece:



**ORIENTAÇÃO
JURÍDICA**



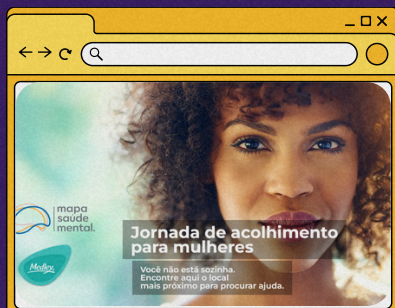
**APOIO
PSICOLÓGICO**



**ACOLHIMENTO
ON-LINE**



**ASSISTÊNCIA
SOCIAL**



<https://mapasaudemental.com.br/mapadamulher>



Para ser atendida, a usuária deve acessar o site do Mapa da Saúde e se direcionar para a aba do Mapa da Mulher, procurando pelo local mais próximo e pelos contatos disponibilizados.

Associação Fala Mulher

A Associação Fala Mulher é uma organização sem fins lucrativos dedicada ao combate à violência doméstica contra a mulher e à promoção da equidade de gênero. A instituição também se empenha em promover a independência financeira das mulheres e o acesso a informações sobre a Lei Maria da Penha e os direitos das mulheres. Fundada em 2004 pela psicóloga e teóloga canadense Suzanne Mailloux, a associação surgiu a partir da observação direta da realidade de violência doméstica enfrentada por mulheres e crianças em São Paulo.

O principal serviço da Associação é o programa SOS Mulher, que fornece suporte gratuito e confidencial a mulheres em situação de violência, através de chat, áudio, vídeo, texto e atendimento em Libras, disponível em todo o Brasil. Além disso, oferece orientação para aqueles que estejam familiarizados com indivíduos enfrentando essa realidade

O projeto oferece:



**ORIENTAÇÃO
JURÍDICA**



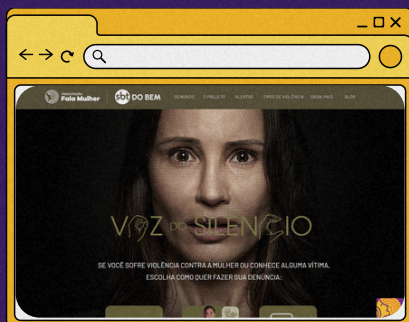
**APOIO
PSICOLÓGICO**



**ACOLHIMENTO
ON-LINE**



**RECURSOS DE
ACESSIBILIDADE**



<https://www.falamulher.org.br/>



<https://www.instagram.com/associacao.falamulher/>



<https://www.linkedin.com/company/associacao-fala-mulher/>



Para ser atendida gratuitamente, a mulher pode acessar o site indicado e utilizar o programa SOS MULHER, que oferece canais de comunicação variados, incluindo atendimento via chat, áudio, vídeo, texto e linguagem de sinais.

7.2

PERFIS NO INSTAGRAM

Nesta seção, apresentamos seis perfis no Instagram, escolhidos por seu uso eficaz das ferramentas interativas e dinâmicas da plataforma para compartilhar conteúdos empoderadores e informativos sobre a temática abordada. A escolha da rede social se deve à popularidade do Instagram no Brasil, que contava com 119,5 milhões de contas ativas em 2023 (Kemp, 2023).

Instituto Patrícia Galvão

O perfil da Agência Patrícia Galvão divulga webinários, podcasts, dicas rápidas, infográficos, vídeos curtos e outros conteúdos concisos e de fácil consumo. É uma fonte útil para mulheres em situação de violência, oferecendo informações sobre seus direitos e acesso a serviços especializados de apoio. A plataforma, com conteúdos confiáveis e atualizados, educa sobre os direitos das mulheres e os passos para romper o ciclo de violência, além de conscientizar a sociedade sobre a violência de gênero, promovendo um ambiente de apoio e proteção para as vítimas.



<https://www.instagram.com/ipatriciagalvao/>



Instituto Maria da Penha

Fundado em 2009 e inspirado na trajetória da ativista Maria da Penha, o Instituto Maria da Penha (IMP) é uma organização sem fins lucrativos dedicada a combater e prevenir a violência doméstica contra as mulheres. A missão do IMP é promover ações sociais para melhorar a qualidade de vida das mulheres e combater a cultura do machismo e sexismo. O perfil visa conscientizar a sociedade através do debate e publicações que fomentem a discussão acerca das questões voltadas ao enfrentamento à violência.



<https://www.instagram.com/institutomariadapenha/>



Ministério das Mulheres

Estabelecido em 2023, o perfil oficial do Ministério das Mulheres no Instagram é um canal direto entre as mulheres brasileiras e o Governo Federal. Este portal divulga ações governamentais voltadas para mulheres, incluindo iniciativas de empoderamento, atualizações sobre benefícios e legislações, e promoção da equidade de gênero. Com postagens rápidas e acessíveis, o público pode se informar sobre seus direitos, deveres, melhorias em políticas públicas, workshops e eventos do Governo Federal em prol das mulheres.



<https://www.instagram.com/min.dasmulheres/>



Gênero em Foco

Fundado durante a pandemia de 2020 pela antropóloga Ana Luísa Hickmann, o perfil "Gênero em Foco" no Instagram promove os direitos das mulheres por meio de postagens e atividades. Reconhecido pela confiabilidade e atualidade das informações sobre violência contra a mulher, o perfil utiliza uma linguagem acessível para democratizar o acesso à informação, empoderar as mulheres, dar voz às causas sociais feministas, combater a culpabilização da vítima e promover a busca por apoio e ajuda.



<https://www.instagram.com/generoemfocobr/>

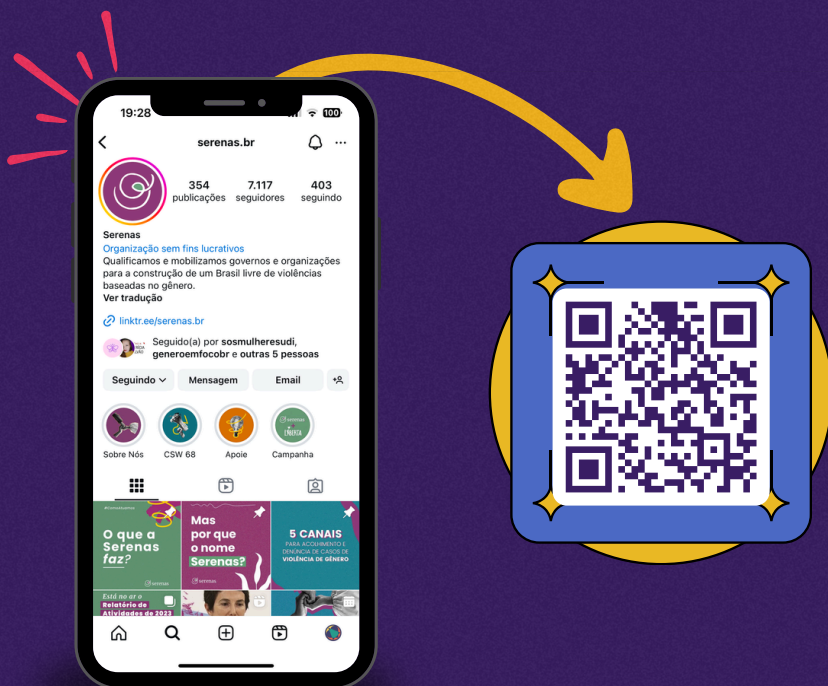


Serenas

Criada em 2021, a página do Instagram Serenas faz parte de um projeto social que combina pesquisa, educação e construção de políticas públicas para combater a violência sexual e doméstica contra meninas e mulheres, assegurando seus direitos sexuais e reprodutivos. O Serenas propõe programas educacionais em parceria com secretarias de educação, qualifica agentes públicos no acolhimento de sobreviventes, com foco na violência institucional, e trabalha com advocacy e produção de conhecimento. O projeto também produz artigos, guias, cartilhas e posts para redes sociais.



<https://www.instagram.com/serenas.br/>



Curadoria Mulher

Iniciado em 2023, o "Curadoria Mulher" é um projeto de pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, coordenado pela Profa. Dra. Andréa Vasconcelos Carvalho. O objetivo do projeto é identificar, analisar e disseminar fontes de informação sobre o combate à violência doméstica e familiar contra a mulher no Brasil, utilizando a Curadoria de Conteúdo. Este projeto faz parte de um esforço maior chamado "Curadoria Digital de Dados e Informações para Prevenção da Violência nas Famílias e Comunidades", que envolve pesquisadores da Universidade Federal do Paraná, Universidade Federal de Santa Catarina e UFRN, com financiamento da CAPES.



<https://www.instagram.com/curadoriadamulher/>



7.3

APLICATIVOS

Nesta seção, são destacados dois aplicativos que contribuem o enfrentamento à violência contra a mulher sob a perspectiva da dimensão informacional e da ajuda de profissionais qualificados. Essas plataformas possuem caráter dinâmico, e não apenas oferecem conteúdo relevante e educativo sobre o tema, mas também utilizam recursos interativos para engajar os usuários na conscientização, prevenção e suporte às vítimas.

PenhaS

Criado em 2019 pelo Instituto AzMina, o aplicativo Penhas é uma inovação tecnológica no enfrentamento à violência contra a mulher no Brasil, voltado para a segurança de mulheres cis e trans. Entre suas funcionalidades, destacam-se o Botão de Pânico, que alerta contatos de confiança em situações de emergência, a produção de provas em áudio para registrar evidências de abusos, e o Manual de Fuga, uma ferramenta automatizada que auxilia na criação de rotas seguras para sair de ambientes domésticos violentos, oferecendo instruções detalhadas e personalizadas. Além dessas funcionalidades, o aplicativo proporciona um espaço de acolhimento, conectando usuárias a outras mulheres em situações semelhantes e oferecendo atendimento profissional sigiloso.



<https://azmina.com.br/projetos/penhas/>

A plataforma oferece:



**ORIENTAÇÃO
JURÍDICA**



**APOIO
PSICOLÓGICO**



**ACOLHIMENTO
ON-LINE**



**ASSISTÊNCIA
SOCIAL**



Para acessar o aplicativo, o usuário precisa de um celular com acesso à internet, podendo baixá-lo tanto via App Store (sistema iOS) quanto Play Store (sistema Android). Após a instalação, a usuária terá acesso a uma série de perguntas realizadas por um assistente virtual, que facilitará a identificação de sinais de alerta de violência.

Ângela

A assistente virtual Ângela foi desenvolvida pelo Instituto Avon em 2020 em meio ao aumento dos casos de violência doméstica devido ao isolamento social. Seu principal objetivo é oferecer suporte gratuito a mulheres em situação de violência através de um número do WhatsApp, de forma discreta e segura. A assistente Ângela aborda todas as formas de violência previstas na Lei Maria da Penha, incluindo a violência física, patrimonial, psicológica, moral e sexual. Além disso, o serviço funciona através de orientações imediatas, mas também redireciona as usuárias para atendimento humano em parceria com outras organizações.



<https://institutoavon.org.br/angela/>

A plataforma oferece:



**ORIENTAÇÃO
JURÍDICA**



**APOIO
PSICOLÓGICO**



**ACOLHIMENTO
ON-LINE**



**ASSISTÊNCIA
SOCIAL**



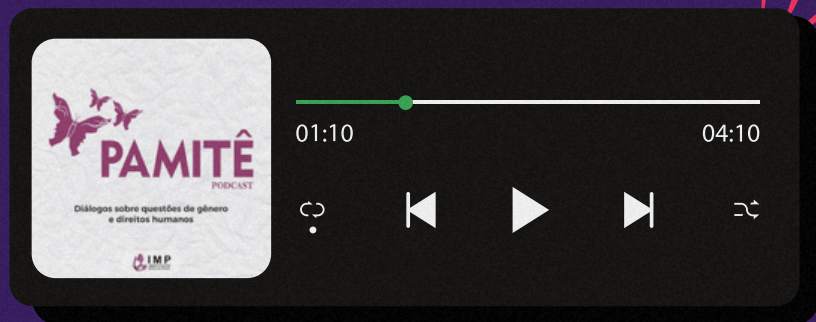
Para receber atendimento, o usuário precisa do aplicativo WhatsApp. Basta entrar em contato pelo número (11) 94494-2415, de segunda a sexta, das 08h às 18h (exceto feriados). Envie uma mensagem de texto e Ângela fornecerá orientações imediatas. Se necessário, ela poderá encaminhar para um atendimento humano com uma especialista.

7.4

PODCASTS

Considerando que os Podcasts podem ser alternativas mais flexíveis de consumir conteúdo informacional e proporcionar uma sensação de companhia às vítimas de violência, dois Podcasts foram selecionados, dada a sua funcionalidade de entreter e informar sem a necessidade de dedicar tempo exclusivo para tal.

Pamitê Podcast



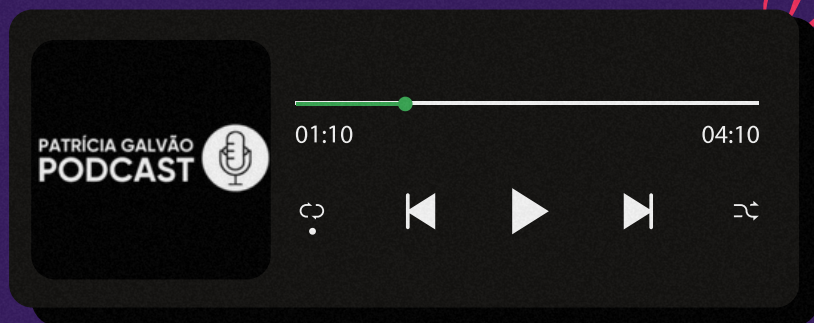
Lançado em 2019 pelo Instituto Maria da Penha, o podcast "Pamitê" é uma plataforma dedicada a explorar questões de gênero, com um foco especial na violência contra a mulher e nos direitos humanos. Com 68 episódios disponíveis gratuitamente, o "Pamitê" se destaca como uma fonte de informação, reflexão e conscientização. Através de entrevistas, debates e relatos pessoais, o podcast não apenas informa, mas também sensibiliza seus ouvintes sobre as complexidades e desafios enfrentados pelas mulheres na sociedade contemporânea, proporcionando uma sensação de apoio. O podcast pode ser ouvido gratuitamente através das maiores plataformas de streaming como Spotify, Apple Podcasts, Amazon Music e Deezer.



<https://pod.link/pamite>



Patrícia Galvão Podcast



O Patrícia Galvão Podcast, produzido pelo Instituto Patrícia Galvão desde 2020, é uma plataforma informativa em áudio dedicada à promoção dos direitos das mulheres e ao combate à violência de gênero. Com 28 episódios de aproximadamente 30 minutos cada, o podcast abrange uma ampla gama de temas, incluindo o enfrentamento à violência doméstica, direitos reprodutivos, o papel dos homens na promoção da igualdade de gênero e a avaliação dos serviços públicos de atendimento às mulheres.

Utilizando diálogos com especialistas, o podcast oferece entrevistas, pesquisas e análises fundamentais para a proteção dos direitos das mulheres e para fomentar uma compreensão mais informada sobre as questões de gênero. O material está disponível gratuitamente nas plataformas Spotify, Google Podcast, Apple Podcast, Anchor e YouTube.



<https://pod.link/1542737941>



Considerações Finais



A elaboração desta cartilha ressalta a importância de garantir acesso à informação de qualidade como um meio fundamental para enfrentar a violência contra a mulher. Ao compilar uma variedade de recursos informativos, como websites, perfis no Instagram, aplicativos e podcasts, buscamos oferecer ferramentas práticas e educativas que empoderem as mulheres e conscientizem a sociedade sobre esse problema. A cartilha pretendeu não apenas informar, mas também servir como um ponto de partida para a reflexão e a ação, incentivando a busca por ajuda e a ruptura do ciclo de violência.

Esperamos que esta cartilha impacte positivamente a vida das mulheres ao fornecer-lhes, sob uma perspectiva informacional, as ferramentas necessárias para reconhecer e enfrentar a violência. Através da curadoria de conteúdo, buscamos empoderar as mulheres com informações práticas e acessíveis, incentivando a busca por ajuda e o rompimento do ciclo de violência. Desejamos que as informações aqui apresentadas sirvam como um farol de esperança e uma fonte de apoio contínuo, promovendo a conscientização, a reflexão e a ação. Que esta cartilha inspire mudanças significativas e duradouras, contribuindo para uma sociedade mais justa e segura para todas as mulheres.

É importante refletir que esta cartilha não teve a intenção de ser exaustiva, mas sim de oferecer um panorama de algumas fontes relevantes. Reconhecemos que, para manter sua eficácia, a cartilha precisa ser atualizada regularmente, verificando que as fontes mencionadas continuem ativas e também adicionando outras fontes úteis e pertinentes.

Referências



WALKER, Lenore. **The battered woman**. Nova Iorque: Harper and Row, 1979.

CHAUÍ, Marilena. Ética e violência no Brasil. **Revista Bio & Thikos**, Centro Universitário São Camilo, p. 378-383, 2011. Disponível em: <http://www.saocamilo-sp.br/pdf/bioethikos/89/A3.pdf>. Acesso em: 20 abr. 2024.

CARVALHO, Andréa Vasconcelos; BARBOSA NETO, Pedro Alves (org.). Desafios e perspectivas em gestão da informação e do conhecimento. In: CARVALHO, Andréa Vasconcelos. **Curadoria de conteúdo: entre os desafios e as perspectivas da informação digital**. Natal: EDUFRRN, 2020, p.175-223. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/29754>. Acesso em: 14 mar. 2024.

INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA. IPEA. **Atlas da Violência: Violência contra Mulher**, 2024. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/atlasviolencia/arquivos/artigos/1504-dashmulherfinalconferido.pdf>. Acesso em: 20 abr. 2024.

INSTITUTO MARIA DA PENHA. **Tipos de Violência**, 2024. Disponível em: <https://www.institutomariadapenha.org.br/lei-11340/tipos-de-violencia.html>. Acesso em: 20 abr. 2024.

BRASIL. Presidência da República. Secretaria de Políticas para as Mulheres. **Política nacional de enfrentamento à violência contra as mulheres**. Brasília: Presidência da República/SPM, 2011. Disponível em: <http://www.spm.gov.br/sobre/publicacoes/publicacoes/2011/politica-nacional>. Acesso em: 01 abr. 2024

PESQUISA NACIONAL DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER. Instituto de Pesquisa DataSenado, Brasília, 2024. Disponível em: https://www.senado.leg.br/institucional/datasenado/relatorio_online/pesquisa_a_violencia_domestica/2024/interativo.html. Acesso em 23 abr. 2024.

SILVA, Paula Roberta Oliveira; LIBÓRIO, Naiara Dourado; ALMEIDA, Márcio Cerqueira de; ROCHA, Taíse Santos; DOURADO, Francielle Novaes; AMORIM, Cintia Ferreira. Possible psychosocial impacts on women before domestic violence. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 10, p. 1-9, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/32666>. Acesso em: 14 jun. 2024.

BRITO, Joana Christina de Souza; EULÁLIO, Maria do Carmo; SILVA JÚNIOR, Edivan Gonçalves da. A presença de transtorno mental comum em mulheres em situação de violência doméstica. **Contextos Clínicos**, v. 13, n. 1, jan./abr., p. 199-220, 2020. Disponível em: <https://revistas.unisinos.br/index.php/contextosclinicos/article/view/ctc.2020.131.10>. Acesso em: 14 jun. 2024.