



REALIZAÇÃO



PBMIH

Português brasileiro para
migração Humanitária



APOIO





¡Valiente es tu voz!

¿LO SABES?

La ley Maria da Penha existe para **proteger a todas las mujeres que viven en Brasil**, independiente de su país de origen, raza, etnia, orientación sexual, renta, nivel educativo, lengua, edad o religión.

¡La Ley Maria da Penha también es para ti, mujer migrante!

¿Qué es la violencia doméstica?

Según la ley Maria da Penha (Lei n.º 11.340/2006), la **violencia doméstica y familiar** es todo el **acto, palabra o comportamiento ofensivo** que perjudica la integridad física y/o psicológica de la mujer, practicado por alguien que tenga con ella el **vínculo familiar, afectivo o de convivencia**.

La agresión puede provenir de:

- Compañero o compañera (novio, novia, cónyuge, etc.);
- Ex-compañero o ex-compañera (ex-novio, ex-novia, ex-cónyuge, etc.);
- Familiares (hermano, hermana, cuñado, cuñada, suegro, suegra, hijo, hija, etc.);
- Otras personas con quien la mujer tenga una relación de afecto, aunque no sea familia y que no viva en la misma casa.

Perfil del agresor



Relación

Compañero	41%
Ex-compañero	12%
Hijo	8%
Ex-novio	5%

Fuente: Balaço Ligue 180 (2019)



¡NO ESTÁS SOLA!

En 2019, el **Ligue 180** recibió más de **67 mil denuncias** de violencia doméstica y familiar. La mayoría de las denuncias fueron hechas por mujeres: **la mujer que sufrió la violencia, amigas o vecinas.**



No importa las condiciones en que esté tu vida en Brasil y siquiera mismo que tu:

- **No estés con tu documentación regularizada**
- o
- **No estés en posesión de tus papeles**

Tu tienes derechos garantizados por las leyes brasileñas **y denunciar una agresión no afectará a su permanencia y protección en Brasil.**

¡La denuncia es el primer paso para dejar a la violencia doméstica en el pasado!

Tipos de violencia doméstica y familiar

VIOLENCIA MORAL

Cualquier acción que pueda **herir tu dignidad y tu reputación** y perjudicar tu desarrollo.

VIOLENCIA PSICOLÓGICA

Cualquier acción que te **traiga problemas emocionales** (humillación e insultos) y psicológicos (amenazas y chantaje) a ti, disminuyendo tu autoestima.

VIOLENCIA PATRIMONIAL

Cualquier acto de **violencia en que se quiten sus documentos de identificación personal** (pasaporte, RNE, CPF y otros) y/o objetos de trabajo, bienes y valores personales son quitados de ti, destrozados total o parcialmente.



VIOLENCIA FÍSICA

Cualquier **acción violenta en la que se utilice fuerza física de manera intencional** y ponga a tu salud en riesgo o genere problemas a tu integridad física.

¡ATENCIÓN!

Las agresiones pueden ser reportadas por el **número 180**, aunque no dejen moretones o marcas físicas aparentes.

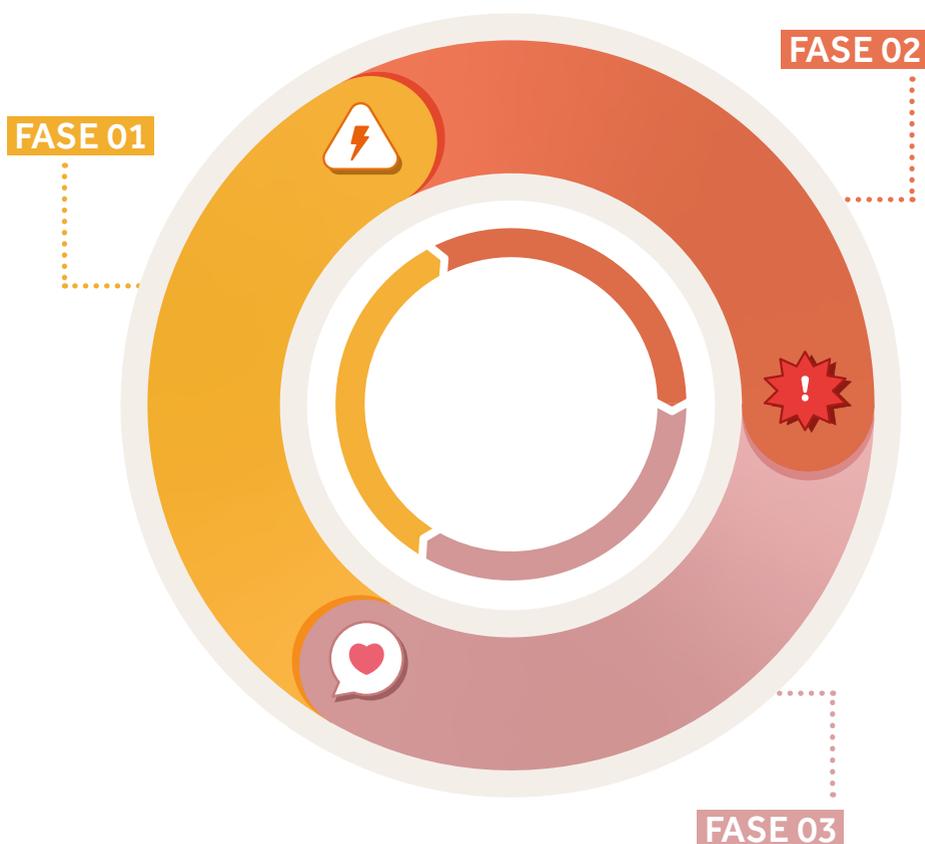
VIOLENCIA SEXUAL

Cualquier **acción sexual o intento de obtener el acto sexual contra tu voluntad**, incluyendo aproximación física y comentarios sexuales no deseados.



Ciclo de la violencia doméstica

Es cómo normalmente la violencia doméstica sucede, principalmente, en las relaciones afectivas. **El ciclo de violencia** suele ayudar a entender la dificultad que nosotras, mujeres, tenemos para salir de relaciones abusivas. Esta situación puede repetirse por meses o años, de manera circular:



FASE 01

Fase de tensión

La actitud del agresor: él queda **nervioso y enfadado** por cualquier cosa. Se pone con rabia, ofende, amenaza y humilla a la mujer.

La actitud de la mujer: ella **intenta calmar** al agresor, se queda afligida y evita hacer cualquier cosa, pues él se enfada sin razón.

Oculto la situación de las personas y se siente culpable, triste, ansiosa y con miedo.

Esta tensión aumenta cada vez más.

FASE 02

Fase de la agresión

La actitud del agresor: el agresor **comete el acto violento**, que puede ser violencia verbal, física, psicológica, sexual, moral o patrimonial.

La actitud de la mujer: es común para ella **sentirse avergonzada**, paralizada, tener problemas para dormir, pérdida de peso, dolores y ansiedad. Ella **se aleja** del agresor. Puede buscar ayuda, denunciarlo, esconderse en la casa de amigos y familia



FASE 03

Fase da lua de mel

La actitud del agresor: él **se muestra arrepentido**, es cariñoso y tranquilo. Pide perdón y promete cambiar.

La actitud de la mujer ella **se siente confundida** y presionada para mantener su relación, especialmente cuando tiene hijos. Sientes miedo, culpa y desea que las promesas del agresor sean verdaderas.

Hay un período tranquilo, pero después la tensión vuelve y se repite en episodios de violencia más grave.

¡La dificultad de actuar y reaccionar no es culpa tuya! ¡Es necesario romper ese ciclo!



¿Es posible estar en una relación abusiva y no saberlo?

Sí, es posible, pues las relaciones entre parejas son complicadas y diversas.

Una **relación abusiva** es una relación de poder, manipulación y control de una persona sobre la otra.

Es difícil identificar y reconocer, pues existen **diferentes niveles de abuso y manipulación**, considerando que una relación abusiva **ni siempre envuelve agresiones físicas**.

¡Atención!

Es importante acordarse que el agresor puede ser diferentes personas¹, pero que **la ley Maria da Penha** fue creada especialmente para protegerte a ti, mujer!



¹ Por cuestiones de comprensión del material, utilizaremos el término "**compañero**", pues los datos apuntan que en la mayoría de los casos el agresor es un hombre con quien la mujer tuvo o tiene una relación afectiva.



A continuación, presentaremos diferentes formas de abuso. Lee con **atención y piensa** si alguna de estas situaciones **pasan en tu relación**.

¡Lograr reconocerlo es el primer paso!



VIOLENCIA PSICOLÓGICA

01. ¿Tu compañero está buscando restringir su contacto con otras personas?

Eso pasa cuando **él te impide**:

- De salir de la casa;
- De utilizar medios de comunicación, te quita tu teléfono, monitorea su red social, desprende la Internet, etc;
- Que tengas acceso al dinero necesario para visitar o comunicarse con tu familia o tus amigos.

Él Puede intentar justificar la situación para que puedas obedecerlo (por ejemplo: puede decir que es por protección, porque te quiere, porque te quiere bien, etc.).



02. ¿Tu compañero siempre sospecha de que tú eres infiel?

Eso pasa cuando él:

- Supervisa/controla sus redes sociales (por ejemplo: Whatsapp, Facebook, Instagram);
- Pide pruebas (cómo captura de pantallas o fotos) de dónde y con quién estás o sobre qué charló;
- Siempre te acusa de traición;
- Te prohíbe ver a alguien porque tiene celos

03. ¿Tu compañero insiste en saber dónde estás todo el tiempo?

Eso pasa cuando él:

- Te envía mensaje o te llama a todo el tiempo, vigilando tus pasos y tu rutina;
- Instala aplicaciones de monitoreo virtual de localización en tu teléfono.

04. ¿Alguna vez tu compañero te hizo sentir mal a respeto de ti misma?

Eso pasa cuando él:

- La ofende con maldiciones o palabrotas;
- Hace comentarios ofensivos relacionados con su apariencia, su inteligencia, etc;
- Te trata a ti con inferioridad (como si no pudieras tomar tus propias decisiones);
- No valora a tu opinión o te prohíbe de hablar;
- Pasa horas o días sin hablar contigo.



05. ¿Tu compañero decide qué ropa puedes usar?

Eso pasa cuando él te impide o te obliga a usar determinados tipos de ropa.

06. ¿Tu compañero exige que tú le pidas permiso a él antes de ir a buscar un servicio esencial?

Eso pasa cuando él exige que tú pidas permiso para ir a recibir cualquier asistencia que necesites, como:

- Banco;
- Cartório;
- Ministerio del Trabajo;
- Consulta de salud (como médico, ginecologista, psicólogo);
- Relacionado a la educación (cómo asistir a clases de portugués).

07. ¿Tu compañero te amenaza para que no denuncies que estás sufriendo violencia?

Eso pasa cuando él diz que tú:

- Te quedarás sola, sin casa, sin comida, caso él sea encarcelado o impedido de mantenerse en contacto contigo;
- No tendrás apoyo emocional, financiero o familiar;
- No conseguirás trabajar ni vivir en el país sin él;
- No eres nadie en este país sin él;
- No hablas la lengua o hablas poco y por eso no podrás sobrevivir.

Puedes sentirte aislada y con miedo de denunciarlo. **Es importante saber que** mismo que él sea un migrante, él responderá a las leyes brasileñas.



VIOLENCIA PATRIMONIAL

08. ¿Tu compañero te amenaza por no tener documentos o simplemente porque eres migrante en Brasil?

Eso pasa cuando **él** te amenaza diciendo que tus documentos no son válidos o porque tú no tienes documentos como:

- **CRNM** – Cédula de Registro Nacional Migratório (antigo CIE/RNE);
- **DP-RNM** – Documento Provisório de Registro Nacional Migratório;
- Protocolo de refúgio;
- Passaporte;
- **CPF** – Cadastro de Pessoa Física;
- Carteira de trabalho.

Él puede mentirte diciendo que no puedes pedir ayuda, buscar empleo o utilizar los recursos del sistema público porque eres migrante

Mismo que no tengas los documentos que regularizan tu residencia en Brasil o que no estés con ellos en tus manos, tienes derecho a pedir ayuda y ser recibida por el sistema público brasileño. Independiente de las condiciones de cómo viniste al país, ahora que estás en territorio brasileño, tienes derechos garantizados por leyes brasileñas donde **nadie** tiene propiedad sobre ti.

09. ¿Tu compañero te impide que trabajes o estudies?

Eso pasa **cuando él**:

- No te dejas que trabajes o estudies;
- Impide que busques/mantengas un trabajo o un curso;
- Esconde o destruye tu pasaporte, tus documentos personales, tu cartera de trabajo para dificultar tu inscripción;
- Dificulta tu desplazamiento hasta el local.

Él te puede mentir diciendo cosas como "eso no es cosa para mujeres", "tú vas a traicionarme," o que es mejor te quedes en tu casa cuidando de los hijos, etc.



VIOLENCIA MORAL

10. ¿Tu compañero te ha humillado delante de otras personas?

Eso pasa cuando él:

- Habla mentiras sobre ti;
- Te trata mal;
- Te deprecia.

Atención, eso puede ocurrir:

- Presencialmente o por la internet;
- Delante de la familia, personas cercanas o desconocidas;
- Con el objetivo de lograr y hacer que te sientas mal.

11. ¿Tu compañero ya difundió fotos o vídeos íntimos tuyos sin tu permiso?

Eso pasa cuando él difunde sin tu permiso fotos, vídeos o mensajes íntimos a otras personas y/o las sube en línea.

Tú puedes haber consentido o no en hacer fotos o vídeos íntimos, pero eso no le autoriza a él que lo comparta con otras personas.



VIOLENCIA FÍSICA

12. ¿Alguna vez tu compañero te ha lastimado deliberadamente?

Eso pasa cuando él usa de fuerza física para agredirte, como:

- Empujar, patear, arrastrar o golpearte;
- Date un empujón/sacudida;
- Aprietate/te sostiene;
- Estrangular o quemarte;
- Te amenaza con un arma, un cuchillo o cualquier otro objeto.

13. ¿Alguna vez tu compañero ha bloqueado tu acceso a los recursos básicos?

Eso pasa cuando él te impide de:

- Comer;
- Tener acceso a higienización básica (por ejemplo, impedirte de ducharse o tener jabones, toallas sanitarias, champú, papel higiénico, etc.)
- Dormir/controla tu sueño.



14. ¿Tu compañero alguna vez ya te ató o te encerró para que no salieras de la casa?

Eso pasa cuando él te impide de dejar la casa haciendo cosas como:

- Decir que es por tu propio bienestar;
- Decir que está pensando en tu protección;
- Decir que no se fía en ti;
- Esconder las llaves;
- Impedir tu contacto con los vecinos y la familia.

15. ¿Tu compañero suele ser agresivo y luego te pide perdón, mostrándose arrepentido?

Eso pasa cuando él te golpea y después se muestra arrepentido:

- Pidiéndote perdón y siendo amable;
- Comprandote regalos;
- Justifica su comportamiento por el alcohol o por haber usado drogas, por haber perdido el control, diciendo que la culpa es tuya.



VIOLENCIA SEXUAL

16. ¿Alguna vez ya realizó alguna acción sexual sin que fuera de tu voluntad?

Eso pasa cuando:

- **Él** te amenaza para tener relaciones sexuales;
- **Él** usa de la fuerza física para obligarte a realizar alguna acción sexual;
- **Él** te obliga a realizar algún tipo de práctica sexual para obtener servicios, productos básicos o incluso para pagar la deuda por tu traslado o estancia en Brasil
- Tú no puedes decirle que no a tu compañero en relación al acto sexual;
- Tú tienes relaciones sexuales solamente para matarle las ganas de él.

Las prácticas sexuales forzadas pueden ser:

- Sexo con él;
- Sexo con otras personas;
- Sexo a cambio de dinero o patrimonio;
- Mirar y/o recibir pornografía;
- Sacar fotos o grabar videos tuyos desnuda;
- Realizar alguna otra práctica sexual degradante o humillante

17. ¿Tu compañero te ha impedido de utilizar métodos contraceptivos?

¿O te obligó a usarlos?

Eso pasa cuando él:

- Te impide de utilizar la pastillas contraceptivas o cualquier otro método contraceptivo que quieras (inyecciones, pegatinas, DIU o píldora del día siguiente);
- Se rehúsa a utilizar o se quita el condón durante el acto sexual;
- Te obliga a utilizar métodos contraceptivos.



18. ¿Tu compañero ya ha intentado obligarte a hacer un aborto?

Eso pasa **cuando él:**

- Te amenaza a realizar un aborto;
- Te golpea físicamente para que sufras un aborto;
- Pone alguna sustancia abortiva en tu comida o bebida;
- Niega tu acceso a la asistencia médica, perjudicando al embarazo.

¿Y AHORA QUÉ?



Si te identificaste con **cualquier punto de las páginas anteriores**, aconsejamos que **busques ayuda especializada**, porque tú puedes estar en riesgo y viviendo en una **relación abusiva**.

Pensando en ti, preparamos un **guión con los principales centros de asistencia y apoyo a las mujeres en el estado Paraná**. ¡En este guión, puedes encontrar una red de apoyo más cerca de tu casa!

Para el guión, acceder a:



o

www.pbmihufpr.com/post/como-pedir-ajuda

En todo el territorio brasileño, puedes **denunciar casos de violencia doméstica** por teléfono a través del Central de Denuncias, por el número **180**, o pedir ayuda para la Policía Militar a través del número **190**.

¡ATENCIÓN!



NÚMERO 180 CENTRAL DE DENÚNCIAS

El **180** es una central especial para recibir **denuncias de violencia contra la mujer**. La denuncia es anónima, gratuita, asiste a **todas las mujeres en suelo brasileño** y funciona 24 horas. (Asistencia en portugués, español e inglés)



NÚMERO 190 CENTRAL DE EMERGÊNCIAS – POLÍCIA MILITAR

El **190** es el número que se utiliza **cuando la violencia está ocurriendo** y tú u otra mujer necesita ayuda. Sólo después de que la situación esté tranquila, llama al **180** para denunciar lo ocurrido. (Asistencia en portugués)

REALIZAÇÃO



PBMIH

Português brasileiro para
migração Humanitária



APOIO



Expediente

Esta é uma cartilha sobre violência doméstica voltada para mulheres migrantes e refugiadas. Foi elaborada pelo projeto de extensão Português Brasileiro para Migração Humanitária da Universidade Federal do Paraná (PBMH - UFPR), pelo Projeto de Extensão Observatório de Direitos Humanos e pela Cáritas Brasileira Regional Paraná com o apoio do Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados - ACNUR. O material está disponível em 6 idiomas (português, árabe, inglês, espanhol, crioulo haitiano e francês).

Licença:



Creative Commons CC BY-NC-SA

Coordenação geral

Angélica Furquim (Cáritas-PR) | Cláudia Zacar (UFPR) | Danielle Annoni (UFPR) | Jeniffer Albuquerque (UTFPR) | Maria Gabriel (UFPR) | Márcia Ponce (Cáritas-PR)

Desenvolvimento e criação de conteúdo

Camila Akemi Aoto (UFPR) | Cláudia Zacar (UFPR) | Diovana Mazur (UFPR) | Isabelle Borowski (UFPR) | Jeniffer Albuquerque (UTFPR) | Júlia Pandini (UFPR) | Júlia Santos (UFPR) | Maria Fernanda Mileski (UFPR) | Maria Gabriel (UFPR) | Mariana Provenzi | Raphaela R. J. S. Develis (UFPR) | Vanessa Diamante Rohden (UFPR)

Levantamento de redes de apoio

Aline Cristine Bispo (UFPR) | Ana Leticia Szkudlarek (UFPR) | Danielle Annoni (UFPR) | Isabella Ivankio (UFPR) | Marina de Fátima da Silva (UFPR) | Nathália Helena Ribas Machado Gomes (UFPR) | Silvana Correa Neuwirth (UFPR) | Silvana Hoshino da Costa (UFPR) | Stella Rodrigues Oliveira (UFPR) | Sumaya Rathge San't Anna (UFPR) | Valentina Maria Penso Bocchi (UFPR)

Traduções

Elie Pucheral – francês | Gabriel Munhoz de Mello (UFPR) – inglês | Jerson Compere (UFPR) – crioulo haitiano | Jibril Keddeh (PUC-PR) – árabe | José A. Vanzela Junior (UFPR) – francês | Sarah Marolo Gonçalves (UFPR) – espanhol

Revisão de Tradução

Elie Pucheral – francês | José A. Vanzela Junior (UFPR) – francês | Mágida Kamel Hilal – árabe | Pâmela Cabral (UFPR) – português | Patrick Decher Bondaruk (Universidade Positivo) – inglês | Rony Remy (UFPR) – crioulo haitiano | Tuanny Eugenio (UFPR) – espanhol

Projeto Gráfico

Mariana Provenzi e Maria Gabriel (UFPR)

Diagramação

Diovana Mazur (UFPR) - francês | Isabelle Borowski (UFPR) – inglês | Júlia Pandini (UFPR) – crioulo haitiano | Mariana Provenzi – português | Rafaella Pereira Ferraro (UFPR) – espanhol | Vanessa Diamante Rohden (UFPR) – árabe

Ilustração

Diovana Mazur (UFPR), Isabelle Borowski (UFPR) e Mariana Provenzi

Infográfico

Vanessa Diamante Rohden (UFPR)

CONTATOS

Projeto de Extensão Português Brasileiro para Migração Humanitária-PBMIH

e-mail: pbmih.ufpr@gmail.com • **site:** www.pbmihufpr.com

Projeto de Extensão Observatório de Direitos Humanos

e-mail: observatorio-direitos-humanos@outlook.com

Cáritas Brasileira Regional Paraná

e-mail: caritaspr@caritas.org.br • **site:** pr.caritas.org.br



REALIZAÇÃO



APOIO



