

VIOLÊNCIA CONTRA MULHER: VERDADE OU FANTASIA?

Aline Santos de Souza (UNIFAMA) alinesantosdesouza2003@gmail.com

João Victor Pereira de Oliveira (UNIFAMA) pjoaovictor242@gmail.com

Janete Pinheiro (UNIFAMA) janetepinheirosp@gmail.com

Karen Prestes (UNIFAMA) karenprestesdasilva@gmail.com

Lorena Tamiris Matos Soupinski (UNIFAMA) lorenatamirismatossoupinski@gmail.com

Yasmin Vitoria Barros da Silva (UNIFAMA) yasminnnsilvaa20@gmail.com*

Orientador: Moacir Agulhó Junior (UNIFAMA) agulhomoacir@gmail.com

NOVA MUTUM - MT.

2026

*Docente do curso de Psicologia na Instituição União das Faculdades do Estado de Mato Grosso – Campus de Nova Mutum-MT (UNIFAMA). Psicólogo graduado pelo Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), especialista em Neuropsicologia Clínica e Psicologia do Trânsito pela Faculdade EduCareMT. CRP-MT 18/02540. E-mail: agulhomoacir@gmail.com

Resumo: A violência contra a mulher é um fenômeno global que, infelizmente, permeia a sociedade de forma sombria e cruel. Essa realidade, presente em nosso meio, deve despertar um olhar atento e preocupado em relação às mulheres vítimas de violência. Compreende-se que a violência contra a mulher se caracteriza por diferentes formas, como a violência física, sexual, psicológica/emocional, moral, patrimonial e o feminicídio. Apesar da existência de meios de denúncia e de órgãos de apoio, ainda é possível identificar a relutância e o medo por parte dessas mulheres em buscar ajuda. Tal fato ocorre devido à presença, na sociedade, de um olhar julgador em vez de acolhedor, no qual a vítima de violência é, muitas vezes, mais questionada do que o agressor. O presente trabalho tem como objetivo abordar o tema, bem como sensibilizar e conscientizar a sociedade acerca da importância de desenvolver um olhar acolhedor para as mulheres vítimas de violência, além de enfatizar a necessidade de responsabilizar, de forma efetiva, o verdadeiro culpado: o agressor. Parte-se do entendimento de que os direitos humanos dessas mulheres foram violados, sendo fundamental compreender como a exposição a diferentes formas de violência impacta sua saúde mental. Ademais, busca-se reafirmar às mulheres vítimas de violência que elas não estão sozinhas nessa causa. Dar visibilidade a essa problemática permitirá que cada vez mais mulheres encontrem sua voz e se sintam seguras para procurar ajuda. Conforme expresso na reflexão: “Não quero o julgar de suas palavras nem o tom acusador de sua voz, pois minha própria mente já se ocupa de tais julgamentos. Dessa forma, o papel da sociedade é contribuir para silenciar as vozes acusadoras direcionadas às vítimas. Afinal, somente será possível evoluir como nação quando não se permitirem tais atos de violência. Trabalhar no presente configura-se como um caminho essencial para que, no futuro, as vítimas se sintam mais seguras para buscar apoio. Espera-se que este trabalho contribua para a ampliação da divulgação, da visibilidade, da sensibilização e da conscientização sobre o tema, colaborando para a formação de uma sociedade mais consciente, empática e responsável

Palavras-chave: Violência contra mulher; Saúde mental; Violência; Tipos de violência.

Abstract: Violence against women is a global phenomenon that, unfortunately, permeates society in a dark and cruel way. This reality, present in our midst, should awaken an attentive and concerned look at women who are victims of violence. It is understood that violence against women is characterized by different forms, such as physical, sexual, psychological/emotional, moral, and patrimonial violence, in addition to femicide. Despite the existence of reporting channels and support agencies, it is still possible to identify reluctance and fear on the part of these women to seek help. This occurs due to the presence, in society, of a judgmental rather than a welcoming gaze, in which the victim of violence is often questioned more than the aggressor. This work aims to address the topic, as well as to sensitize and raise awareness in society about the importance of developing a welcoming perspective towards women who are victims of violence, in addition to emphasizing the need to effectively hold the true culprit accountable: the aggressor. It is based on the premise that the human rights of these women have been violated and it is fundamental to understand how exposure to different forms of violence impacts their mental health. Furthermore, the aim is to reassure women who are victims of violence, showing them that they are not alone in this struggle. Giving visibility to this problem will allow more and more women to find their voice and feel safe to seek help. As expressed in the reflection: “I don’t want to judge your words or the accusatory tone of your voice, because my own mind is already occupied with such judgments. In this way, the role of society is to contribute to silencing the accusatory voices directed at the victims. After all, it will only be possible to evolve as a nation when such acts

of violence are not tolerated. Working in the present is an essential path so that, in the future, victims feel safer to seek support. It is hoped that this work will contribute to the expansion of dissemination, visibility, awareness and sensitivity on the subject, collaborating in the formation of a more conscious, empathetic and responsible society.”

Keyword: Violence against women; Mental health; Violence; Types of violence.

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho propõe destacar à sociedade uma realidade presente na vida de muitas mulheres, independentemente da classe social. A violência pode ocorrer de diversas formas, como física, psicológica, sexual, moral, entre outras. Nesse sentido, é de extrema importância que a sociedade esteja ciente dessa problemática, a fim de acolher essas vítimas e, principalmente, conscientizar os homens acerca do quanto a violência doméstica é destrutiva para a vida da mulher. Segundo a Lei nº 11.340/2006, em seu artigo 5º, “[...] configura violência doméstica e familiar contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial”. Essa realidade está presente na vida de muitas mulheres ao redor do mundo. No entanto, não se trata de um tema recente ou algo que surgiu nos últimos cinco anos, o analisar a sociedade de forma ampla, observa-se que essa problemática está enraizada há muito tempo, evidenciando que a violência contra a mulher não é um fenômeno recente. Diante desse cenário, deve-se questionar por que ainda nos deparamos com uma sociedade que fecha os olhos para esses crimes indesculpáveis cometidos contra mulheres. Expressões como “Em briga de marido e mulher, não se mete a colher”, “Ela apanha porque gosta”, “Certeza de que foi ela quem provocou” ou ainda “Se ela deixar o marido, quem irá cuidar dela e dos filhos?” refletem uma cultura que responsabiliza mais a vítima do que o agressor. A vítima, que já se encontra em situação de sofrimento, ainda precisa enfrentar julgamentos sociais, o que contribui para sua revitimização. Assim, constrói-se uma sociedade que oprime e culpabiliza a vítima, reforçando ainda mais sua vulnerabilidade. O intuito deste trabalho é trazer à tona a importância e a necessidade de se discutir, cada vez mais, a violência contra a mulher, compreendida como um fenômeno oriundo de fatores sociais e culturais, sendo, portanto, complexo e multifatorial. Ressalta-se que seus impactos não atingem apenas a mulher que sofre a agressão, mas também sua família e a comunidade, deixando marcas decorrentes de vivências traumáticas. Cabe à sociedade, portanto, promover a construção de uma consciência coletiva que reconheça tais atos como crimes. A diferença de gênero, historicamente construída, atribui ao homem características de poder e força, enquanto à mulher são

associadas fragilidade e submissão. Nesse contexto, é fundamental reafirmar que atos de violência contra a mulher são crimes e não devem ser interpretados de outra forma. O presente trabalho caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica de caráter reflexivo e subjetivo acerca do tema apresentado por diferentes autores. Para o embasamento teórico, foram utilizadas bases de dados como o Google Acadêmico e a SciELO, a fim de fundamentar as ideias que serão desenvolvidas ao longo do estudo.

2. METODOLOGIA

O projeto de extensão foi executado pelos acadêmicos do 1º, 5º e 8º semestres do curso de Psicologia da Faculdade UNIFAMA, localizada em Nova Mutum – MT. O público-alvo do presente trabalho foi mulheres, com foco naquelas que participam do Grupo Violetas. A proposta era apresentar em forma de teatro, por meio de fragmentos do poema “Hoje eu recebi flores”, articulados à campanha de conscientização sobre violência doméstica intitulada “Agosto Lilás”, o tema escolhido para teatro foi “**Entre Flores e Silêncios**”. A metodologia do trabalho consistiu na apresentação de um teatro educativo sobre a violência contra a mulher, abordando os diferentes tipos de violência presentes em relacionamentos abusivos, como foco na violência psicológica, emocional e física. A encenação retratou o ciclo da violência por meio da história de uma mulher em situação de abuso, evidenciando comportamentos de controle, ciúmes excessivos, manipulação, agressões e o silêncio da vítima diante da situação. Além disso, a atividade contou com personagens que representaram apoio familiar, amizade e acolhimento psicológico, promovendo reflexão sobre a importância da denúncia, da rede de apoio e da conscientização social. O teatro foi utilizado como instrumento de sensibilização e educação, buscando despertar no público a reflexão sobre os sinais da violência e a necessidade de romper o silêncio diante dessas situações.

A intervenção aconteceu no dia 30 de abril no Centro Social Desenvolver teve início com uma explanação introdutória acerca da relevância do tema, enfatizando a importância da denúncia, do rompimento do silêncio e da busca por apoio nas redes de proteção disponíveis. Em seguida, foi realizado a encenação teatral, que retratava a realidade vivenciada por muitas mulheres em situação de violência doméstica, ainda seguindo com o grupo foi realizado uma roda de conversa onde seguiu o diálogo da vivência de muitas mulheres em estado de

violência e da importância das redes de apoio, ao final foi entregue como forma de símbolo da força de cada mulher uma vela em formato de rosa na cor lilás que representava o grupo.

2.1 DESENVOLVIMENTO (REFERENCIAL TEÓRICO)

2.2 Os tipos de violência

Quando se fala em violência contra a mulher, é comum que o primeiro pensamento esteja associado à agressão física. No entanto, é fundamental compreender que a violência contra o gênero feminino vai muito além das agressões corporais. Segundo as Nações Unidas, a violência contra a mulher é definida como “[...] qualquer ato de violência de gênero que resulte ou possa resultar em danos ou sofrimentos físicos, sexuais ou mentais para as mulheres, inclusive ameaças de tais atos, coação ou privação arbitrária de liberdade, seja na vida pública ou privada” (BIF et al., 2024 apud BRASIL, 2016). A Organização Mundial da Saúde (OMS) também alerta que a violência se configura como um grave problema de saúde pública, uma vez que afeta diretamente a vida, o bem-estar, a saúde e a integridade física e emocional das vítimas, sendo necessária a oferta de apoio a essas mulheres, bem como a responsabilização dos agressores (SOUSA; UCHÔA; BARRETO, 2024).

De acordo com a Lei nº 11.340/2006, em seu artigo 5º, “[...] configura violência doméstica e familiar contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial”. Dessa forma, torna-se extremamente importante educar a sociedade para a identificação das diferentes formas de violência, uma vez que essa problemática se manifesta em diversas dimensões. A divulgação e orientação sobre os tipos de violência permitem que as vítimas e as pessoas ao seu redor consigam reconhecê-las. Nesse sentido, destacam-se os cinco principais tipos de violência contra a mulher:

Violência Física: caracteriza-se por qualquer conduta que fira a integridade ou a saúde corporal da mulher, como empurrões, tapas, socos, chutes, uso de objetos para ferir ou tentativa de sufocamento, deixando marcas visíveis e causando dor física (BRASIL, 2006, art. 7º).

Violência Psicológica: refere-se a condutas que causam danos emocionais, diminuição da autoestima e controle do comportamento da mulher, como xingamentos, ameaças, manipulação, chantagem emocional, humilhação e isolamento social. Trata-se, muitas vezes, de uma violência silenciosa, porém profundamente destrutiva (BRASIL, 2006, art. 7º).

Violência Sexual: caracteriza-se por qualquer conduta que constranja a mulher a presenciar, manter ou participar de relação sexual sem consentimento. Ressalta-se que o consentimento é indispensável, inclusive em relações conjugais ou afetivas (BRASIL, 2006, art. 7º).

Violência Patrimonial: envolve a retenção, subtração, destruição ou controle de bens, valores ou recursos da mulher, como contrair dívidas em seu nome, destruir objetos pessoais ou controlar seu dinheiro (BRASIL, 2006, art. 7º).

Violência Moral: configura-se por meio de calúnia, difamação ou injúria, com a disseminação de mentiras, acusações falsas e ataques à reputação da mulher, afetando sua imagem e seu respeito social (BRASIL, 2006, art. 7º).

Historicamente, a sociedade foi estruturada sob bases patriarcais, nas quais os papéis de gênero são rigidamente definidos, estabelecendo expectativas distintas para homens e mulheres (TEIXEIRA; PAIVA, 2021 apud ZANELLO, 2018). Nesse contexto, atribui-se à mulher um papel de submissão e silêncio, muitas vezes destituído de voz e autonomia, enquanto ao homem são associados poder, autoridade e força. Essa lógica, quando reproduzida socialmente, contribui para a naturalização da violência contra a mulher (TEIXEIRA; PAIVA, 2021). Diante disso, torna-se necessário refletir criticamente sobre os valores culturais que sustentam tais práticas, bem como sobre aquilo que se pretende perpetuar nas futuras gerações. Muitas vezes, ao nos depararmos com situações de violência, tendemos a evitá-las, negá-las ou ignorá-las, por se tratarem de experiências difíceis de enfrentar. A violência, enquanto fenômeno social, é repulsiva e perturbadora, levando os indivíduos a evitarem o contato com essa realidade (FEITOSA, 2025).

No entanto, é fundamental reconhecer e enfrentar essa problemática. Permitir-se refletir sobre a violência é essencial para sua compreensão e enfrentamento. Ignorar essa realidade significa, de certa forma, ignorar também as mulheres que diariamente vivenciam essas situações. Trata-se de um problema concreto e recorrente, que exige visibilidade e ação. A invisibilização dessas mulheres contribui para o seu silenciamento e para a perpetuação do sofrimento, tornando urgente a construção de uma sociedade mais consciente, empática e comprometida com a proteção dos direitos humanos.

[...] abster-se de olhar para a violência é abster-se de olhar para si mesmo. É remover-se de seu papel de sujeito social que é perpetuador de preconceitos e desigualdades e desresponsabilizar-se do combate a estas práticas, renunciando a sua própria capacidade de transformar a realidade. É, acima de tudo, negar a própria capacidade de cometer atos violentos e, por consequência, de submeter o outro a estes atos (FEITOSA, 2025, p.5).

É imprescindível que a sociedade e a cultura nela inserida sejam reeducadas, uma vez que práticas de violência não podem ser naturalizadas no meio social. Nesse sentido, torna-se fundamental que a sociedade seja capaz de desconstruir crenças e ideias equivocadas acerca da violência contra a mulher, compreendendo que essa problemática se manifesta de diversas formas no cotidiano.

Discutir os diferentes tipos de violência nos âmbitos intrafamiliar e extrafamiliar, bem como em espaços como escolas, universidades, locais de trabalho e serviços de saúde, constitui um importante passo para a conscientização. No entanto, diante da realidade vigente, faz-se necessário ir além do debate, sendo imprescindível dar visibilidade aos casos, responsabilizar e punir todos aqueles que cometem qualquer tipo de violação contra a mulher. Garantir às mulheres o direito de viver sem medo, culpa e dor somente será possível quando, enquanto nação, não houver tolerância diante de atos de violência contra o gênero feminino. Quando se trata da violência contra a mulher, não é possível ignorar a violação dos direitos humanos das vítimas. Nesse contexto, as políticas públicas tornam-se essenciais, devendo ser orientadas para a criação de mecanismos que assegurem a proteção e o respeito aos direitos dessas mulheres. É fundamental que se construa um ambiente no qual elas não temam ser julgadas, culpabilizadas ou difamadas ao buscarem ajuda.

2.3 Os impactos negativos na saúde mental

Ao longo dos últimos anos, é possível identificar um aumento na conscientização e nos movimentos sociais relacionados à violência contra a mulher no Brasil. No entanto, o número de casos continua a crescer de forma alarmante (BIF et al., 2024). Segundo dados do Instituto DataSenado, a violência contra a mulher permanece como um problema significativo no país. A Pesquisa Nacional de Violência contra a Mulher (2025) apontou que aproximadamente 3,7 milhões de brasileiras relataram ter sofrido algum tipo de violência doméstica ou familiar naquele ano. Além disso, informações divulgadas pelo Ministério da Justiça e Segurança Pública do Brasil indicam que o país registrou cerca de 1.518 casos de feminicídio em 2025, o que corresponde a uma média de aproximadamente quatro mulheres assassinadas por dia em razão da violência de gênero (INSTITUTO DATASENADO, 2025; MINISTÉRIO DA JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA, 2025). Esses dados evidenciam a persistência e a gravidade da violência contra a mulher no país, reforçando a necessidade de políticas públicas eficazes, ações de prevenção e fortalecimento das redes de proteção às vítimas, bem como a

adoção de uma postura social mais acolhedora.

Diante desse cenário, torna-se fundamental compreender os impactos da violência na saúde mental das mulheres e como isso influencia seu cotidiano. Em sua obra *Além do Princípio do Prazer* (1920), Freud aborda o trauma como uma experiência que não pode ser plenamente representada psiquicamente, gerando consequências significativas no processo de subjetivação. Nesse contexto, o trauma decorrente da violência pode desencadear sintomas como estresse pós-traumático, pesadelos, ansiedade intensa e flashbacks, afetando de maneira significativa a qualidade de vida e a saúde mental das vítimas.

Além disso, observa-se uma redução na autoestima e na autoconfiança, decorrente dos abusos sofridos, o que impacta diretamente a forma como essas mulheres se relacionam com outras pessoas e percebem sua própria segurança (BIF et al., 2024). Outro aspecto relevante é o desenvolvimento de quadros de depressão e ansiedade, podendo, em casos mais graves, levar ao isolamento social, ideação suicida ou dependência de substâncias. Ressalta-se ainda que, mesmo após o término das situações de violência, os efeitos psicológicos podem persistir por tempo indeterminado, o que evidencia a importância de apoio, acolhimento e acesso a recursos adequados para a recuperação e reconstrução da autonomia dessas mulheres (BIF et al., 2024 apud TEIXEIRA; PAIVA, 2021).

Compreender os efeitos psicológicos da violência contra a mulher e seus impactos no bem-estar e na qualidade de vida possibilita o desenvolvimento de estratégias, intervenções e políticas mais eficazes, contribuindo para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Nesse sentido, Lira et al. (2022) afirmam que “a violência contra a mulher carrega sua problematização com origem em processos histórico-sociais de diferenciação de gênero”. É importante destacar que todos os tipos de violência contra a mulher geram danos significativos, sejam eles físicos, psicológicos ou sociais. Independentemente da forma como se manifesta, a violência interfere no cotidiano, na tomada de decisões e dificulta a reintegração social da vítima, levando-a, muitas vezes, a reviver continuamente os traumas e a desenvolver uma constante sensação de insegurança, o que prejudica novas interações sociais (LIRA et al., 2022).

Nesse contexto, o papel do Estado torna-se fundamental, sendo necessário ampliar a criação de políticas públicas, ações e programas que promovam a conscientização sobre a problemática, bem como facilitem o acesso à proteção e ao apoio às vítimas. Discutir os impactos da violência na saúde mental, no bem-estar e na qualidade de vida das mulheres é essencial, uma vez que suas consequências ultrapassam os danos físicos, atingindo

profundamente a esfera psicológica. Os efeitos da violência, muitas vezes invisíveis, manifestam-se no cotidiano das mulheres, influenciando suas relações, sua autonomia e sua capacidade de recomeçar. A dor vivenciada pode ser tão intensa que, em muitos casos, as vítimas não encontram forças para expressar seu sofrimento, sobretudo diante do medo de julgamentos. Dessa forma, torna-se imprescindível que a sociedade desenvolva um olhar empático e acolhedor, sendo capaz de apoiar essas mulheres e contribuir para a construção de um ambiente seguro. Assim, é necessário que a sociedade se comprometa com a promoção de políticas públicas eficazes e com a não naturalização de atos de violência contra a mulher, atuando de forma ativa na construção de uma realidade mais justa, segura e igualitária.

2.4 Um olhar diferente

É necessário um olhar atento quando o assunto em questão é a violência contra a mulher. Discutir essa temática é de extrema importância no contexto social, pois contribui para a desconstrução de ideias, pensamentos e comentários preconceituosos e difamatórios relacionados à posição da mulher na sociedade.

Os sentimentos de culpa e inferioridade são comuns em mulheres que vivenciam situações de violência, independentemente do tipo. Tais sentimentos, associados ao medo, tornam-se fatores que dificultam a decisão de denunciar. Nesse sentido, é fundamental que essas mulheres recebam apoio para enfrentar essa realidade. Quando uma vítima encontra coragem para expor o que está vivenciando, cabe à sociedade a responsabilidade de acolher, escutar e auxiliar no processo de rompimento com a violência.

O rompimento em situações de agressão pode desencadear um sentimento paralisante de angústia na mulher. Nesse momento, torna-se indispensável incentivar mudanças subjetivas, possibilitando que ela ressignifique suas vivências de violência a partir de uma nova perspectiva. Essa mudança pode favorecer o desenvolvimento da autonomia e promover transformações significativas em sua vida (FEITOSA, 2025). Nesse contexto, destaca-se que “a violência contra a mulher é um problema público que afeta diariamente meninas e mulheres de todas as classes sociais, faixas etárias e raças, ainda que em diferentes graus, a depender do recorte que se analisa” (IPEA, 2024, p. 46).

No cenário atual, especialmente nas redes sociais, observa-se a disseminação de conteúdos que banalizam a violência contra a mulher. Com facilidade, encontram-se tendências que incentivam comportamentos agressivos contra mulheres que recusam relações afetivas. Em muitos desses conteúdos, homens agredem mulheres após ouvirem um “não”, e tais situações

são apresentadas como entretenimento, sendo transformadas em memes e objeto de ridicularização.

A ampla aceitação desses conteúdos, evidenciada por curtidas e compartilhamentos, revela a normalização de práticas violentas. Além disso, a permanência desses materiais nas plataformas digitais evidencia a necessidade de maior responsabilização desses espaços na moderação de conteúdos. Esse cenário levanta reflexões importantes sobre o momento em que a sociedade passou a tolerar e até mesmo incentivar esse tipo de comportamento, reforçando a urgência de ações educativas e de conscientização

O direito à sua segurança está ameaçado, quando somando-se a violência na forma de agressões cotidianas contra os corpos femininos, em gradações físicas, sexuais e psicológicas, o feminicídio tem sido a prova que diversas formas de assassinato sexista, ou seja, assassinatos realizados por homens motivados pela noção de superioridade sobre as mulheres ou pela suposição de propriedade, é uma realidade perversa que se apoia na culpabilização da vítima (SANTOS; IRINEU, 2019).

É necessário compreender que a construção de uma realidade na qual a violência contra a mulher não seja tolerada e seus agressores sejam devidamente responsabilizados constitui um processo desafiador, porém essencial. Além disso, é importante reconhecer que mulheres em situação de violência encontram-se, em geral, fragilizadas, necessitando de apoio, acolhimento e cuidado.

A violência contra a mulher configura-se como um fenômeno de dimensão social e global. Para seu enfrentamento, torna-se indispensável a reeducação da sociedade, de modo que, ao nos depararmos com essas situações, sejamos capazes de oferecer suporte e incentivar as vítimas a denunciarem seus agressores. Ainda é frequente a tendência de julgamento da mulher em situação de violência, desconsiderando-se os comportamentos dos agressores e as dinâmicas de opressão que influenciam diretamente a tomada de decisão das vítimas (TEIXEIRA; PAIVA, 2021). Nesse contexto, não se pode naturalizar práticas violentas. É fundamental promover processos de psicoeducação social acerca dos diferentes tipos de violência, bem como fomentar a conscientização coletiva. Somente por meio de um esforço

conjunto será possível avançar na construção de uma sociedade comprometida com a erradicação da violência contra a mulher.

3. RESULTADOS

Conforme apresentado na metodologia do presente artigo, no dia 30 de abril, os membros do trabalho desenvolvido apresentaram-se no Centro Social Desenvolver, em Nova Mutum–MT, com o intuito de participar do grupo Violetas. A equipe chegou com uma hora de antecedência para conhecer o local e melhor se organizar. Estiveram presentes cerca de 20 mulheres, além da psicóloga, da assistente social do CREAS e de outros membros responsáveis pela organização dos encontros. Inicialmente, foi realizada uma roda de apresentação, na qual explicamos o objetivo do encontro e sua importância. Em seguida, ocorreu a encenação do teatro intitulado “Entre Flores e Silêncios”. Durante toda a apresentação, muitas mulheres se demonstraram emocionadas diante das cenas retratadas, evidenciando a relevância do tema e as marcas emocionais presentes na vida de mulheres expostas à violência.

Após a encenação, foi realizada uma breve explanação acerca do significado e dos diferentes tipos de violência apresentados na peça, bem como sobre a importância das redes de apoio e da quebra do ciclo de silêncio. Também foi ressaltada a força e a resiliência de cada mulher. Posteriormente, sentamo-nos em roda juntamente com as participantes e iniciamos uma conversa mediada por afirmações reflexivas e perguntas norteadoras relacionadas ao tema. As afirmações e perguntas utilizadas foram:

Afirmação 1: Toda mulher merece viver sem medo, sem culpa e sem violência. Pergunta: Quando vocês escutam essa frase, o que ela desperta em vocês?

Afirmação 2: Violência nem sempre começa com um tapa. Às vezes, começa com controle, medo e silêncio. Pergunta: Quando o cuidado deixa de ser carinho e passa a ser controle?

Afirmação 3: Nenhuma mulher deve carregar sozinha dores causadas pelas violências sofridas. Pergunta: Como a culpa aparece na vida de quem sofre violência?

Afirmação 4: Existem feridas que ninguém vê, mas que machucam profundamente. Perguntas: Que marcas emocionais a violência pode deixar? e Como medo, ansiedade, culpa ou tristeza podem afetar a vida de uma mulher?

Afirmção 5: Mulheres fortalecem mulheres quando escolhem acolher em vez de julgar. Perguntas: O que significa acolher de verdade? e Como podemos ser rede de apoio umas para as outras?

Todas as afirmações e perguntas foram elaboradas com o objetivo de conduzir o grupo à reflexão sobre a importância de falar sobre a violência, romper o ciclo de silêncio e demonstrar que nenhuma mulher está sozinha nessa luta, existindo possibilidades de acolhimento e superação. Durante toda a roda de conversa, várias mulheres relataram experiências vivenciadas. A maioria participou ativamente, lendo as perguntas e afirmações, além de compartilhar opiniões, sentimentos e dores. Foi um momento enriquecedor, marcado pela escuta, acolhimento e empatia. Posteriormente, realizou-se uma dinâmica intitulada “Se fosse outra pessoa”, que tinha como objetivo demonstrar que o amor e o cuidado frequentemente direcionados aos outros também devem ser voltados para si mesmas. A atividade buscou reforçar a importância do autocuidado e da valorização pessoal.

Ao final, reafirmamos a força e a capacidade de cada mulher de se reerguer e seguir em frente, mesmo após experiências de violência. Também foi destacada a importância da busca por ajuda e apoio psicológico. O encontro foi encerrado com a entrega de uma vela em formato de rosa, na cor lilás, simbolizando o grupo, a força feminina e a importância do autocuidado. Durante toda a participação, foi possível perceber como as vivências de cada mulher deixam marcas profundas, especialmente no âmbito psicológico, evidenciando a relevância de discutir cada vez mais essa temática e de dar voz às mulheres silenciadas pela dor. Dessa forma, o trabalho desenvolvido junto ao grupo Violetas alcançou resultados muito além do esperado.

3.1 CONCLUSÃO

A partir das pesquisas realizadas para o desenvolvimento deste trabalho, identificou-se que, apesar da existência de diversas publicações científicas e redes de apoio voltadas ao enfrentamento da violência contra a mulher, ainda há uma carência significativa na abordagem do tema no cotidiano. Observou-se, também, que as vítimas de violência frequentemente se deparam com discriminações no meio social, o que dificulta a busca por ajuda, em razão do medo de serem julgadas, culpabilizadas ou estigmatizadas. Este trabalho possibilitou compreender, de forma significativa, a importância de promover espaços de

escuta, acolhimento e reflexão para mulheres em situação de vulnerabilidade e violência. A participação junto ao grupo Violetas evidenciou que a violência contra a mulher ultrapassa as agressões físicas, deixando marcas profundas no âmbito emocional e psicológico, as quais impactam diretamente a vida e a subjetividade de cada mulher.

Diante desse cenário, espera-se que este trabalho contribua para alcançar a população de modo geral, promovendo a conscientização acerca da violência contra a mulher, tanto no âmbito intrafamiliar quanto extrafamiliar. Para isso, destaca-se a importância de ampliar a discussão do tema em instituições de ensino, serviços de saúde, órgãos públicos e privados, considerando que as mulheres em situação de violência estão inseridas em todos os contextos sociais.

Além disso, busca-se incentivar as mulheres, independentemente do tipo de violência vivenciada, a procurarem ajuda, expressarem suas experiências e superarem o medo do julgamento. É fundamental compreender que o cuidado com a saúde mental é essencial e que essas mulheres não estão sozinhas.

Cabe à sociedade refletir sobre o papel que desempenha diante dessa realidade: contribuir para a construção de uma sociedade mais justa e acolhedora, capaz de ouvir e apoiar as vítimas, ou reforçar atitudes que perpetuam o silêncio e o sofrimento. Dessa forma, torna-se imprescindível promover mudanças que possibilitem um futuro em que as mulheres se sintam seguras para falar e buscar apoio, sem medo de represálias ou julgamentos.

REFERENCIAS

ANTONELLA, Helena Favarato; FEITOSA, Antonella. **Contribuições psicanalíticas para o estudo da violência contra a mulher no Brasil contemporâneo: o agressor em questão**. São Paulo, 2025.

BIF, Suzana Mioranza et al. **Impactos psicológicos da violência contra a mulher no Brasil: uma análise de 2013 a 2023**. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 6, n. 8, p. 659–666, 2024.

BRASIL. **Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006. Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher**. Brasília, DF: Presidência da República, 2006. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm.

BRASIL. Agência Brasil. **Brasil atinge recorde de feminicídios em 2025: quatro mortes por dia.** Brasília, 2026. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitoshumanos/noticia/2026-02/brasil-atinge-recorde-de-feminicidios-em-2025-quatro-mortes-pordia>.

BRASIL. Senado Federal. Instituto DataSenado. **Pesquisa Nacional de Violência contra a Mulher – 2025.** Brasília: Senado Federal, 2025.

CAMPOS, Cristina Ana de. **A cada 24 horas, ao menos oito mulheres são vítimas de violência.** Agência Brasil, 2024. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitoshumanos/noticia/2024-03/cada-24-horas-ao-menos-oito-mulheres-s%C3%A3o-vitimas-deviolencia>.

DE LIMA, Gabriela Quadros; WERLANG, Blanca Susana Guevara. **Contribuições da psicanálise para o estudo da violência.** 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/GShYc5SHq9SVcrwbyXxbSbT/>.

FERNANDES, Sheyla Christine Santos et al. **Violência contra a mulher baseada no gênero: uma revisão de escopo.** 2025.

FRANCISQUETTI, Paula S. N. **Saúde mental e violência: considerações acerca do atendimento em saúde mental a mulheres em situações de violência.** 2025.

FREUD, Sigmund. **Além do princípio do prazer.** In: _____. **Psicologia do inconsciente.** Rio de Janeiro: Imago, 1920. v. 2, p. 123–198.

INSTITUTO MARIA DA PENHA. **O que é violência doméstica?** Disponível em: <https://www.institutomariadapenha.org.br/violencia-domestica/o-que-e-violenciadomestica.html>.

LIMA, Fabio Fernand; BASTOS, Liliana Cabral. **Análise de narrativa de mulheres pobres vítimas de relacionamentos violentos.** 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ld/a/SmFrpwhTXLDNcVpfM8RYyQB/?lang=pt>.

LIRA, Samuel Rodrigues et al. **Saúde mental e autoestima de mulheres vítimas de violência: revisão integrativa.** 2022.

MACHINESKI, Gicelle Galvan. **O significado da atenção à mulher vítima de violência doméstica no contexto da atenção primária à saúde.** Saúde em Debate, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/WDxXGcbd9VTV4fQzkZZCtpg/?lang=pt>.

SANTOS, Cristina Vianna Moreira dos; IRINEU, Bruna Andrade. **Violência contra mulheres e promoção de saúde mental na comunidade.** Revista NUFEN, Belém, v. 11, n. 1, p. 232–245, jan./abr. 2019.

SOUSA, Rosana de Vasconcelos; UCHÔA, Ana Maria de Vasconcelos; BARRETO, Maria Raidalva Nery. **Fontes de informação sobre a violência contra a mulher no Brasil.** 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0101-6628.376>.

TEIXEIRA, Júlia Magna da Silva; PAIVA, Sabrina Pereira. **Violência contra a mulher e adoecimento.** Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 2021.