

## ATENDIMENTO HUMANIZADO E PROFISSIONAL

O Ligue 180 é um serviço de enfrentamento à violência contra as mulheres, que oferece orientações sobre direitos e garantias, bem como registro e encaminhamento de denúncias. O serviço funciona 24 horas por dia, todos os dias da semana, incluindo feriados. Também é possível receber atendimento via chat no WhatsApp: (61) 9610-0180.

## CONHEÇA O PAINEL DO LIGUE 180

Além do Ligue 180 por telefone e WhatsApp, é possível buscar informações sobre os serviços especializados no atendimento às mulheres no painel do Ministério das Mulheres. Nele, você encontra informações sobre a localização e os contatos dos seguintes serviços:

- Casas da Mulher Brasileira
- Delegacias Especializadas, Núcleos ou Postos de Atendimento à Mulher em Delegacias Gerais
- Patrulhas Maria da Penha
- Centros de Referência e de Atendimento à Mulher
- Casas Abrigo e Casas de Passagem
- Núcleos de Defesa da Mulher em Defensorias Públicas
- Promotorias Especializadas e Núcleos de Gênero nos Ministérios Públicos
- Juizados e Varas Especializados em Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher
- Serviços de saúde voltados às pessoas em situação de violência sexual

**acesse**  
[gov.br/mulheres/ligue180](http://gov.br/mulheres/ligue180)

# Juntas, estamos construindo um país sem violência para todas as meninas e mulheres.



Busque ajuda e  
denuncie  
também pelo  
WhatsApp:  
**(61) 9610-0180**

ACOMPANHE O  
**MINISTÉRIO DAS  
MULHERES**

- 🌐 [gov.br/mulheres](http://gov.br/mulheres)
- 📍 [min.dasmulheres](https://www.instagram.com/min.dasmulheres)
- 📱 [mindasmulheres](https://www.facebook.com/min.dasmulheres)
- 📞 [ministeriodasmulheres](https://www.whatsapp.com/channel/00299a6100180)

# FEMINICÍDIO ZERO

NENHUMA VIOLÊNCIA CONTRA  
A MULHER DEVE SER TOLERADA



MINISTÉRIO DAS  
MULHERES

GOVERNO FEDERAL  
**BRASIL**  
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

# MUITO ALÉM DA VIOLÊNCIA FÍSICA

## A VIOLÊNCIA E A DISCRIMINAÇÃO CONTRA MULHERES E MENINAS TÊM MUITAS FACES.

**Conheça algumas práticas misóginas que precisam ser reconhecidas, enfrentadas e interrompidas:**

### CONTROLAR E OPRIMIR A MULHER

Sabe aquele comportamento obsessivo do homem, de querer controlar o que a mulher faz, não deixá-la sair, isolar sua família e amigos ou procurar mensagens no celular ou e-mail dela? **É violência.**

### HUMILHAR, XINGAR E DIMINUIR A AUTOESTIMA

Agressões como ameaças, constrangimentos, humilhação, desvalorização moral ou deboche público em relação à mulher constam como tipos de **violência psicológica.**

### FAZER A MULHER ACHAR QUE ESTÁ FICANDO LOUCA

Conhecida como gaslighting em inglês, outra forma de **abuso mental** consiste em distorcer os fatos e omitir situações para deixar a mulher em dúvida sobre a sua memória e sanidade.

### EXPOR A VIDA ÍNTIMA

Vazar fotos íntimas nas redes sociais, como forma de vingança, também **é crime.**

### FORÇAR ATOS SEXUAIS

Nenhuma mulher deve ser obrigada a fazer sexo ou qualquer outro ato sexual que ela não deseja. **É estupro.**

### BEIJAR A FORÇA, AGARRAR, PASSAR A MÃO...

São exemplos comuns de importunação sexual que as mulheres enfrentam nas ruas, nos meios de transporte... E se acontecer no trabalho e o agressor for um chefe, o crime será outro: assédio sexual. **Trocando em miúdos: não é não.**

### PERSEGUIR A MULHER FÍSICAMENTE OU POR MEIO DE REDES SOCIAIS

Mandar mensagens inoportunas, seguir pelas ruas, entrar nos perfis de redes sociais da mulher para importuná-la. Para isso, costuma-se usar uma palavra em inglês: **stalking**. **No bom português, não pode perseguir as mulheres. Isso é crime.**

### ATIRAR OBJETOS, SACUDIR E APERTAR OS BRAÇOS

Também são considerados abusos físicos a tentativa de arremessar objetos, com a intenção de machucar, sacudir e segurar com força uma mulher. **Afinal, nem toda violência física é o espancamento.**

### IMPEDIR A MULHER DE PREVENIR A GRAVIDEZ OU OBRIGÁ-LA A ABORTAR

Proibir o uso de métodos contraceptivos é violência sexual. Da mesma forma, obrigar uma mulher a abortar é outra forma de abuso.

### CONTROLAR O DINHEIRO, RETER DOCUMENTOS OU QUEBRAR OBJETOS DA MULHER

Isso tem nome: **violência patrimonial.** Se o homem tenta controlar, guardar ou tirar o dinheiro de uma mulher contra a sua vontade, assim como reter os documentos pessoais dela, ele está cometendo um crime. Outra forma de violência ao patrimônio é causar danos de propósito a objetos da mulher.

### RIDICULARIZAR OU AMEAÇAR MULHERES QUE OCUPAM ESPAÇOS DE PODER

Toda ação, conduta ou omissão com a finalidade de impedir ou restringir os direitos políticos de parlamentares, prefeitas, governadoras e presidentas é **violência política contra a mulher.**

**Se você está passando por alguma destas violências, ou conhece uma mulher que esteja, BUSQUE AJUDA, DENUNCIE!**

**É SEMPRE BOM LEMBRAR: Qualquer ato sexual praticado com menores de 14 anos é considerado estupro de vulnerável. Também é crime o favorecimento da prostituição ou de qualquer outra forma de exploração sexual de criança ou adolescente. Garantir uma infância livre de violência é dever de todas e todos.**

# DENUNCIE