

Termos/Conceitos	Violência Doméstica - Definições
<b>Violência Doméstica</b>	Código Penal, art.º 152 "Violência Doméstica" <sup>i</sup>
	Para a APAV, o Crime de Violência Doméstica deve abranger todos os atos que sejam crime e que sejam praticados neste âmbito. Pratica o crime de violência doméstica quem infligir maus-tratos físicos ou psíquicos, uma ou várias vezes, sobre cônjuge ou ex-cônjuge, unido/a de facto ou ex-unido/a de facto, namorado/a ou ex-namorado/a ou progenitor de descendente comum em 1.º grau, quer haja ou não coabitação. Também pratica o Crime de Violência Doméstica quem infligir maus-tratos físicos ou psíquicos, uma ou várias vezes, sobre pessoa particularmente indefesa em razão da idade, deficiência, doença, gravidez ou dependência económica, desde que com ela coabite. <sup>ii</sup>
<b>Violência contra as Mulheres</b> <sup>iii</sup>	Constitui uma violação dos direitos humanos e é uma forma de discriminação contra as mulheres, abrangendo todos os atos de violência de género que resultem, ou possam resultar, em danos ou sofrimentos físicos, sexuais, psicológicos ou económicos para as mulheres, incluindo a ameaça de tais atos, a coação ou a privação arbitrária da liberdade, tanto na vida pública como na vida privada.
<b>O Ciclo da Violência Doméstica</b>	A violência doméstica funciona como um sistema circular – o chamado Ciclo da Violência Doméstica – que apresenta, regra geral, três fases: 1. Aumento de tensão: As tensões acumuladas no quotidiano, as injúrias e as ameaças tecidas pelo agressor, criam, na vítima, uma sensação de perigo iminente. 2. Ataque violento: O agressor maltrata física e psicologicamente a vítima; estes maus-tratos tendem a escalar na sua frequência e intensidade. 3. Lua-de-mel: O agressor envolve agora a vítima de carinho e atenções, desculpando-se pelas agressões e prometendo mudar (nunca mais voltará a exercer violência). Este ciclo caracteriza-se pela sua continuidade no tempo, isto é, pela sua repetição sucessiva ao longo de meses ou anos, podendo ser cada vez menores as fases da tensão e de apaziguamento e cada vez mais intensa a fase do ataque violento. Usualmente este padrão de interação termina onde antes começou. Em situações limite, o culminar destes episódios poderá ser o homicídio.
<b>Violência Doméstica Contra Criança ou Jovem</b> <sup>iv</sup>	Todas as formas, reiteradas ou não, de maus-tratos físico e ou psíquico (emocional), incluindo tratamento negligente, exploração, castigos corporais, privações de liberdade e ofensas sexuais, praticadas contra criança ou jovem, ou na sua presença ou por si vivenciadas, que coabitem com a pessoa agressora, de que resultem danos para a saúde, sobrevivência, desenvolvimento ou dignidade da mesma. A difusão por internet ou outros meios de divulgação pública generalizada de dados pessoais, designadamente imagem ou som, relativos à intimidade da vida privada da vítima sem o

	seu consentimento, também se inclui na violência doméstica contra criança ou jovem.
<b>Violência Física</b> <sup>v</sup>	Qualquer forma de violência física que um agressor(a) inflige ao companheiro(a). Pode traduzir-se em comportamentos como: esmurrar, pontapear, estrangular, queimar, induzir ou impedir que o(a) companheiro(a) obtenha medicação ou tratamentos.
<b>Violência Emocional</b> <sup>vi</sup>	Qualquer comportamento do(a) companheiro(a) que visa fazer o outro sentir medo ou inútil. Usualmente inclui comportamentos como ameaçar os filhos; magoar os animais de estimação; humilhar o outro na presença de amigos, familiares ou em público, entre outros.
<b>Violência Sexual</b> <sup>vii</sup>	Qualquer comportamento em que o(a) companheiro(a) força o outro a protagonizar atos sexuais que não deseja. Alguns exemplos: - Pressionar ou forçar o companheiro para ter relações sexuais quando este não quer; - Pressionar, forçar ou tentar que o(a) companheiro(a) mantenha relações sexuais desprotegidas; - Forçar o outro a ter relações com outras pessoas.
<b>Violência Social</b> <sup>viii</sup>	Qualquer comportamento que intenta controlar a vida social do(a) companheiro(a), através de, por exemplo: Impedir que este(a) visite familiares ou amigos, cortar o telefone ou controlar as chamadas e as contas telefônicas, trancar o outro em casa.
<b>Violência Financeira</b> <sup>ix</sup>	Qualquer comportamento que intente controlar o dinheiro do(a) companheiro(a) sem que este o deseje. Alguns destes comportamentos podem ser: - Controlar o ordenado do outro; - Recusar dar dinheiro ao outro ou forçá-lo a justificar qualquer gasto; - Ameaçar retirar o apoio financeiro como forma de controlo.
<b>Violência de Género</b> <sup>x</sup>	É a violência dirigida contra uma pessoa devido ao seu sexo, à sua identidade ou à sua expressão de género, ou que afete de forma desproporcionada pessoas de um sexo em particular. Pode traduzir-se em danos físicos, sexuais, emocionais ou psicológicos, ou em prejuízos económicos para a vítima. A violência baseada no género é considerada uma forma de discriminação e uma violação das liberdades fundamentais da vítima, e inclui, entre outras, a violência nas relações de intimidade, a violência sexual (nomeadamente violação, agressão e assédio sexual), o tráfico de seres humanos, a escravatura e diferentes formas de práticas perniciosas, tais como os casamentos forçados, a mutilação genital feminina e os chamados "crimes de honra".
<b>Violência de Género Exercida Contra as Mulheres</b> <sup>xi</sup>	É a violência que abrange toda a violência dirigida contra a mulher por ser mulher ou que afeta desproporcionalmente as mulheres.
<b>Violência as Relações de Namoro</b> <sup>xii</sup>	É um ato de violência, pontual ou contínuo, num contexto de uma relação de namoro. Todas as formas de violência no namoro (física, psicológica, sexual, social, verbal) têm por base uma relação de poder desigual entre os/as parceiros/as

	e são usadas como estratégias de controlo.
<b>Violência nas Relações de Intimidade</b> <sup>xiii</sup>	É a violência física, sexual, psicológica ou económica entre cônjuges ou ex-cônjuges, bem como entre atuais ou ex-companheiros. Constitui uma forma de violência que atinge desproporcionalmente as mulheres e que, portanto, pode ser considerada como uma violência de género.

<b>Termos/Conceitos</b>	<b>Vítimas - Definições</b>
<b>Vítima</b> <sup>xiv</sup>	Pessoa singular que foi objeto de uma ação ou omissão da qual tenha resultado, ou seja passível de resultar, um dano ou sofrimento de natureza física, sexual, psicológica ou económica num contexto de violência doméstica, incluindo a ameaça do cometimento de tais atos.
<b>Vítima em Situação de Especial Vulnerabilidade</b> <sup>xv</sup>	Vítima cuja especial fragilidade resulte, nomeadamente, devido à idade (diminuta ou avançada idade), estado de saúde, deficiência ou incapacidade, gravidez, dependência económica, etnia, condição social, identidade de género, expressão de género e orientação sexual, bem como do facto, tipo, grau e duração da vitimização haver resultado em lesões com consequências graves no seu equilíbrio psicológico ou nas condições da sua integração social.
<b>Vítimas – Quem são?</b> <sup>xvi</sup> <b>(Mulheres, Crianças, Homens, LGBTQIA+, Pessoas com Deficiência)</b>	<p>A Violência contra as Mulheres é um fenómeno complexo e multidimensional, que atravessa classes sociais, idades e regiões, e tem contado com reações de não reação e passividade por parte das mulheres, colocando-as na procura de soluções informais e/ou conformistas, tendo sido muita a relutância em levar este tipo de conflitos para o espaço público, onde durante muito tempo foram silenciados.</p> <p>- A reação de cada mulher à sua situação de vitimização é única. Estas reações devem ser encaradas como mecanismos de sobrevivência psicológica que, cada uma, aciona de maneira diferente para suportar a vitimização.</p> <p>Muitas mulheres não consideram os maus-tratos a que são sujeitas, o sequestro, o dano, a injúria, a difamação ou a coação sexual e a violação por parte dos cônjuges ou companheiros como crimes.</p> <p>- As mulheres encontram-se, na maior parte dos casos, em situações de Violência Doméstica pelo domínio e controlo que os seus agressores exercem sobre elas através de variadíssimos mecanismos, tais como: isolamento relacional; o exercício de violência física e psicológica; a intimidação; o domínio económico, entre outros.</p>
<b>Crianças</b> <sup>xvii</sup>	<p>As Crianças podem ser consideradas vítimas de Violência Doméstica como:</p> <p>- Testemunhas de Violência Doméstica: inclui presenciar ou ouvir os abusos infligidos sobre a vítima, ver os sinais físicos depois de episódios de violência ou testemunhar as consequências desta violência na pessoa abusada;</p> <p>instrumentos de abuso: Um pai ou mãe agressor pode utilizar os filhos como uma forma de abuso e controlo;</p> <p>- Vítimas de Abuso: as crianças podem ser física e/ou emocionalmente abusadas pelo agressor (ou mesmo, em</p>

	alguns casos, pela própria vítima).
<b>Homens</b> <sup>xviii</sup>	<p>Apesar de as mulheres sofrerem maiores taxas de Violência Doméstica, os Homens também são vítimas deste crime. As mulheres também cometem frequentemente Violência Doméstica, e não o fazem apenas em autodefesa. Os homens vítimas de Violência Doméstica experimentam comportamentos de controlo, são alvo de agressões físicas (em muitos casos com consequências físicas graves) e psicológicas, bem como também estes recebem abandonar relações abusivas.</p> <p>O medo e a vergonha são, para estas vítimas, a principal barreira para fazer um primeiro pedido de ajuda. Estes homens recebem ser desacreditados e humilhados por terceiros (familiares, amigos e até mesmo instituições judiciais e policiais) se decidirem denunciar a sua vitimização.</p>
<b>Pessoas LGBTQIA+</b> <sup>xix</sup>	<p>A Violência contra Pessoas LGBTQIA+, assume características e dinâmicas típicas de qualquer manifestação entre parceiros íntimos. As semelhanças entre as relações abusivas em casais do mesmo sexo e em casais de sexo diferente são maiores do que as diferenças. Mas existem alguns aspetos distintivos na Violência Doméstica nos casais de Pessoas LGBTQIA+:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- O outing como instrumento de intimidação: Esta é uma estratégia de violência psicológica específica dos casais de gays e de lésbicas: revelar ou ameaçar revelar a orientação sexual do seu parceiro. Assim, se um/a dos/as parceiro/as não fez ainda o "outing", ou seja, não revelou a sua homossexualidade no seio da sua família, rede de amigos e/ou no trabalho, o/a agressor/a pode utilizar a ameaça de o denunciar como gay ou lésbica como um poderoso instrumento de controlo e de intimidação da vítima;</li> <li>- A questão do/as filho/as: No caso de casais com filho/as, a ameaça de cortar os laços da vítima com a(s) criança(s), o que pode ser particularmente violento se a vítima não for legalmente reconhecida como pai ou mãe dos/as seus/suas filhos/as.</li> <li>- A ligação entre a sua identidade sexual e violência: Para muitas destas vítimas a sua identidade sexual aparece intimamente ligada à/s sua/s relação/ções violentas, pelo que podem culpabilizar-se pelo facto de estarem a ser vítimas de Violência Doméstica devido a serem gays, lésbicas ou trans.</li> </ul>
<b>Pessoas com Deficiência (PcD)</b>	<p><a href="https://www.cig.gov.pt/2023/04/inr-fenacerci-e-cig-juntos-na-formacao-para-a-rnvad-sobre-prevencao-da-violencia-domestica-sobre-pessoas-com-deficiencia/">https://www.cig.gov.pt/2023/04/inr-fenacerci-e-cig-juntos-na-formacao-para-a-rnvad-sobre-prevencao-da-violencia-domestica-sobre-pessoas-com-deficiencia/</a>  <a href="https://plataformamulheres.org.pt/violencia-contra-mulheres-e-raparigas-com-deficiencia-divulgacao-de-estudo-da-fenacerci/">https://plataformamulheres.org.pt/violencia-contra-mulheres-e-raparigas-com-deficiencia-divulgacao-de-estudo-da-fenacerci/</a></p>

<b>Termos/Conceitos</b>	<b>Outras definições</b>
<b>Abuso de Poder e Controlo</b>	Utilização de comportamentos abusivos para dominar e controlar a vítima, minando a sua autonomia e liberdade.

<b>Agressor</b>	Pessoa que pratica violência doméstica.
<b>Assédio</b> <sup>xx</sup>	Todo o comportamento indesejado, nomeadamente o baseado em fator de discriminação, praticado aquando do acesso ao emprego ou no próprio emprego, trabalho ou formação profissional, com o objetivo ou o efeito de perturbar ou constranger a pessoa, afetar a sua dignidade, ou de lhe criar um ambiente intimidativo, hostil, degradante, humilhante ou desestabilizador.
<b>Assédio Sexual</b> <sup>xxi</sup>	Todos os comportamentos indesejados, percecionados como abusivos, de natureza física, verbal ou não verbal, podendo incluir tentativas de contacto físico perturbador, pedidos de favores sexuais com o objetivo ou efeito de obter vantagens, chantagem e mesmo uso de força ou estratégias de coação da vontade da outra pessoa. Geralmente são reiterados podendo, também, ser únicos e de carácter explícito e ameaçador.
<b>Coerção</b>	Uso de ameaças, intimidação ou chantagem para forçar a vítima a fazer algo contra a sua vontade.
<b>Isolamento</b>	Estratégia do agressor para afastar a vítima de familiares, amigos e outras fontes de apoio.
<b>Manipulação</b>	Tática do agressor para distorcer a realidade e fazer a vítima duvidar da sua própria percepção.
<b>Perseguição</b> <sup>xxii</sup>	Qualquer comportamento que visa intimidar ou atemorizar o outro. Por exemplo: seguir o(a) companheiro(a) para o seu local de trabalho ou quando este(a) sai sozinho(a); Controlar constantemente os movimentos do outro, quer esteja ou não em casa.
<b>Sinalização</b> <sup>xxiii</sup>	Refere-se ao processo que se inicia com a recolha de indícios, que poderão apontar para uma presumível situação de tráfico de seres humanos. Quer enquanto cidadãos/ãs, quer enquanto profissionais, todos podemos proceder a uma sinalização.
<b>Tráfico de Seres Humanos</b> <sup>xxiv</sup>	A noção de tráfico de seres humanos é estruturada em três eixos Ação: oferecer, entregar, recrutar, aliciar, aceitar, transportar, alojar, acolher Meio: rapto, ameaça grave, ardil ou manobra fraudulenta, abuso de autoridade resultante de uma relação de dependência hierárquica, económica, de trabalho ou familiar; aproveitamento de incapacidade psíquica ou de situação de especial vulnerabilidade, mediante a obtenção do consentimento da pessoa que tem o controlo sobre a vítima Objetivo: exploração sexual, exploração do trabalho, mendicidade forçada, escravidão, extração de órgãos, exploração de outras atividades criminosas.

### Sou vítima? O que devo fazer?

<b>Planear a sua Segurança</b> <sup>xxv</sup>	Lembre-se que conhece a sua situação melhor que qualquer outra pessoa, por isso utilize essa informação para ajudar a
---	---

	<p>minimizar os riscos para si própria(o). Procure as opções que tem ao seu dispor, e quem o(a) pode ajudar, mesmo que não pretenda ainda tomar qualquer decisão. Sabendo o que pode fazer e como fazê-lo pode ajudá-lo(a) a sentir-se mais no controlo da sua situação e da sua segurança.</p>
<p><b>Planear a sua Segurança</b></p> <p><b>Se vive com o/a agressor/a</b> <sup>xxvi</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Planeie a sua fuga de casa para uma eventualidade;</li> <li>- Não tenha facilmente acessíveis armas, facas, tesouras ou outros objetos que possam ser usados como armas;</li> <li>- Selecione uma lista de pessoas em quem confia, para contactar em caso de emergência e coloque o seu contacto nas teclas de contacto rápido do seu telemóvel;</li> <li>- Estabeleça uma palavra-chave código com amigos, familiares ou vizinhos para chamarem a polícia;</li> <li>- Ensine as crianças a colocarem-se em segurança em caso de violência e de não o/a tentar salvar do/a agressor/a; tenha sempre algum dinheiro consigo;</li> <li>- Fixe todos os números telefónicos importantes (polícia, hospital, amiga/o);</li> <li>- Saiba onde se encontra o telefone público mais próximo e se possuir telemóvel mantenha-o sempre consigo; prepare um saco com roupas e deixe-o em casa de amigas/os ou no trabalho, para o caso de precisar de fugir de casa;</li> <li>- Esteja preparado/a para deixar a residência em caso de emergência;</li> <li>- Saiba para onde ir se tiver de fugir.</li> </ul>
<p><b>Planear a sua Segurança</b></p> <p><b>Se decidir sair de casa</b> <sup>xxvii</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tenha sempre consigo dinheiro, um cartão multibanco ou um cartão para utilizar um telefone público;</li> <li>- Saiba a quem pode pedir abrigo ou dinheiro;</li> <li>- Utilize uma conta bancária à qual o/ agressor/a não tenha acesso.</li> </ul>
<p><b>Recomendações específicas para pessoas idosas vítimas de crime</b> <sup>xxviii</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Não ter vergonha e conversar com alguém de confiança sobre o assunto;</li> <li>- Deve gerir as suas contas bancárias e bens, ou saber com detalhe como estão a ser geridos;</li> <li>- Deve ter muito cuidado ao assinar papéis;</li> <li>- Ler primeiro e, em caso de dúvida, pedir aconselhamento a alguém de confiança;</li> <li>- Gritar por ajuda se for vítima de violência;</li> <li>- Pedir ajuda ao seu Médico de Família, à Polícia, ao Gabinete de Apoio à Vítima da APAV mais próximo, à Linha Nacional de Emergência Social (LNES – número de telefone: 144);</li> <li>- Ao Magistrado do Ministério Público junto do Tribunal, à Junta de Freguesia, aos cuidadores (por exemplo, apoio domiciliário).</li> </ul>
<p><b>Durante a agressão</b> <sup>xxix</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Referencie áreas de segurança na casa onde haja sempre saída e o acesso a um telefone;</li> <li>- Quando houver uma discussão evite a cozinha ou a garagem, dado o elevado risco de aí se encontrarem facas ou outros objetos suscetíveis de ser usados como armas;</li> <li>- Evite igualmente casas de banho ou pequenos espaços, sem saídas, onde o/a agressor/a o/a possa aprisionar;</li> <li>- Se possuir telemóvel mantenha-o sempre consigo e chame a polícia.</li> </ul>
<p><b>Quando efetivamente sair de</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nunca leve bens que pertençam ao/à agressor/a, porque isso pode ser motivo de represálias;</li> </ul>

<p><b>casa</b> <sup>xxx</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guarde num só local o Cartão de Cidadão, certidões de nascimento do/as filho/as (ou Cartões de Cidadão, cartões da segurança social, identificação fiscal, centro de saúde, passaporte, boletim de vacinas, carta de condução e documentos do automóvel, agenda telefónica, chaves (carro, trabalho, casa), livro de cheques, cartão multibanco e de crédito;</li> <li>- Se tiver crianças, leve os seus brinquedos preferidos e os seus livros escolares;</li> <li>- Se participar às autoridades policiais peça, se necessário, no âmbito do seu processo penal, uma medida judicial de proibição do/a agressor/a o/a contactar. A violação dessa ordem judicial pelo/a agressor/a também é crime;</li> <li>- Mude de número de telemóvel e bloqueie os endereços de email do/a agressor/a;</li> <li>- Tenha cuidado a dar os seus contactos pessoais (a nova morada, o novo número de telemóvel);</li> <li>- Se necessário, altere as suas rotinas e os seus percursos habituais e conhecidos do/a agressor/a para casa, para o trabalho, para o ginásio, para as compras, ou outros locais. Se necessário mude, pelo menos provisoriamente, as lojas habituais, o ginásio que frequenta, etc.;</li> <li>- Se possível, dê a conhecer a amigos, familiares, colegas a sua situação, uma vez que estes o/a podem ajudar a controlar os movimentos do/a seu/sua agressor/a;</li> <li>- Peça ajuda à APAV através da Rede Nacional de Gabinetes de Apoio à Vítima</li> </ul>
<p><b>Recomendações específicas para pais e educadores de jovens vítimas de crime</b> <sup>xxxí</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantenha-se calmo perante a criança e jovem;</li> <li>- Mostre-lhe que acredita nela/nele, que se preocupa, que está presente, que pode confiar em si;</li> <li>- Evitar expressar ou obrigar a criança/jovem a falar, dê-lhe tempo e ouça-o(a);</li> <li>- Relembre-lhe que ele/ela não tem culpa;</li> <li>- Relembre-lhe os motivos pelos quais gosta dele(a) e o/a valoriza;</li> <li>- Explore quais são as consequências de cada escolha que fizerem e tomem decisões em conjunto;</li> <li>- Contacte imediatamente a Polícia;</li> <li>- Se necessário, encaminhar e/ou contactar a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) da área de residência do menor;</li> </ul> <p>Procure as opções que tem ao seu dispor, e quem o(a) pode ajudar, mesmo que não pretenda ainda tomar qualquer decisão. Sabendo o que pode fazer e como fazê-lo pode ajudá-lo(a) a sentir-se mais no controlo da sua situação e da sua segurança.</p>
<p><b>Serviço de Informação às Vítimas de Violência Doméstica</b> <sup>xxxii</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 24 horas por dia / 365 dias por ano, para apoiar vítimas de violência doméstica através do número 800 202 148.</li> <li>- Envie uma mensagem para a Linha SMS 3060, também ela gratuita e confidencial.</li> <li>- E-mail para colocar questões e pedidos de apoio: <a href="mailto:violencia@cig.gov.pt">violencia@cig.gov.pt</a>.</li> </ul> <p>Estes serviços contam com profissionais especialmente formados/as para atendimento e apoio psicossocial a vítimas de violência doméstica, que prestam informação sobre os seus direitos, sobre os recursos existentes em todo o território nacional e onde pode ser obtido apoio psicológico,</p>

	social e informação jurídica. - Serviin e APAV são parceiros <a href="https://serviin.pt/Parceiros">https://serviin.pt/Parceiros</a> - Linha de apoio da APAV através do serviço de interpretação LGP através do Serviin, no horário das 10:00 às 18:00 horas.
<b>Estruturas de Apoio à Vítima</b> <sup>xxxiii</sup>	<a href="http://www.guiaderecursosvd.cig.gov.pt/">http://www.guiaderecursosvd.cig.gov.pt/</a> (Consulta de acordo com a localidade e tipo de serviço de apoio)

### MITOS E FACTOS (APAV)<sup>xxxiv</sup>

A Violência Doméstica está envolta em alguns mitos. Alguns têm servido para “desculpar” a violência e o agressor, outros para “culpabilizar” a vítima. Estes mitos tornam a procura e o pedido de ajuda da vítima mais complicado, bem como contribuem para a falta de compreensão de terceiros acerca das reais questões que estão no cerne da vitimização. Importa, por isso, desmistificá-los.

MITOS	FACTOS
<i>O consumo de drogas é que faz com que seja violento(a).</i>	É verdade que algumas drogas podem desencadear no outro reações violentas ou comportamentos agressivos nalguns indivíduos. Contudo, se uma pessoa consome drogas sabendo que podem tornar-se violentas ou que podem, por isso, vir a agredir o(a) companheiro(a), então trata-se de Violência Doméstica e a pessoa é responsável pelas suas ações. Um(a) agressor(a) tenta muitas vezes minimizar ou negar a sua responsabilidade, pelo que culpar as drogas (ou o álcool) é uma forma de o fazer.
<i>A Lei não me pode ajudar e a Polícia não está interessada.</i>	Ameaças, perseguições, agressões físicas e sexuais constituem crime. A Polícia tem obrigação de prestar assistência e proteção a qualquer pessoa que sofra de qualquer um dos vários crimes que constitui a Violência Doméstica. No contacto com a polícia ou outros órgãos de segurança não hesite em fazer valer os seus direitos como vítima. A APAV também pode apoiar nesse contacto.
<i>Só as mulheres de meios sociais desfavorecidos sofrem de Violência Doméstica.</i>	A Violência Doméstica está presente em todos os meios sociais, manifestando-se de várias maneiras. A necessidade de apoios económicos e sociais que sentem as mulheres vítimas deste crime faz com que haja maior visibilidade sobre o problema nos meios sociais mais desfavorecidos, pois pedem apoio a várias instituições existentes, nomeadamente à Solidariedade Social.
<i>Quanto mais me bates mais gosto de ti. Algumas mulheres gostam de apanhar: são masoquistas.</i>	Acreditar que as mulheres vítimas de violência são masoquistas é ignorar que o problema é muito complexo para ser reduzido a tal conclusão. Entre as dinâmicas próprias do casal e as dificuldades sociais com que se debatem as mulheres vítimas quando decidem a rutura conjugal, muitas razões para a sua permanência na relação podem ser encontradas, dependendo de caso para caso.
<i>Uma bofetada não magoa ninguém.</i>	Normalmente, a Violência Doméstica não consiste numa agressão pontual, isolada, podendo ser continuada no tempo. Pode consistir em muitas agressões, físicas e psicológicas, sobre a mulher vítima. Na sua maioria, consiste na prática de vários crimes pelo ofensor contra a mulher vítima, repetidamente.



<p><i>O marido tem direito de bater na mulher quando ela se porta mal.</i></p>	<p>O marido não tem direito a maltratar a mulher quando não estiver satisfeito com algum comportamento desta. A violência não pode ser tolerada enquanto resolução de conflitos entre duas pessoas, pois existem outras maneiras, pacíficas, de resolver problemas relacionais, como o diálogo acordado entre ambos, essas, sim, de pleno direito.</p>
<p><i>O marido tem direito ao corpo da mulher. Ela tem o dever de receber o marido sempre que este o desejar.</i></p>	<p>Ninguém tem o direito sobre o corpo de outrem. O marido tem apenas direito ao seu próprio corpo, como todas as outras pessoas. A mulher não tem o dever de se relacionar sexualmente com o seu marido sempre que ele o desejar, mas sim quando também ela o desejar.</p>
<p><i>A violência nos casais gays e de lésbicas é mútua.</i></p>	<p>A Violência Doméstica é, sobretudo, uma questão de poder e do seu exercício e controlo. Nas vivências violentas homo ou heterossexuais, o exercício desse poder através da violência não se traduz apenas em violência física, mas também psicológica, social, económica. Mesmo relativamente à violência física, o facto de serem dois homens ou duas mulheres não significa que exista um equilíbrio de poder ou de força física.</p>
<p><i>Têm de aguentar para não terminar com o casamento. É o destino da mulher.</i></p>	<p>Recomendar a alguém a preservação da sua relação conjugal só pode ser justificável quando essa relação é um projeto de vida que a faz feliz, que a realiza enquanto pessoa, não quando é motivo de infelicidade. As relações conjugais que se baseiam na violência não fazem as vítimas felizes, são experiências de vida muito traumáticas.</p>
<p><i>Há mulheres que provocam os maridos, não admira que eles se descontrolem.</i></p>	<p>A Violência Doméstica não pode ser atribuída a um descontrolo por parte do agressor, desculpabilizando-o pelos seus atos criminosos por causa de um suposto comportamento provocatório da mulher vítima.</p>
<p><i>"A lei protege as pessoas LGBTI e a polícia não quer saber".</i></p>	<p>A lei protege - atualmente o Código Penal prevê expressamente que o crime de Violência Doméstica existe nos relacionamentos de pessoas do mesmo sexo. A polícia tem a missão e a obrigação de proteger e ajudar todas as vítimas de crime. As polícias portuguesas, sobretudo na última década, têm vindo a desenvolver um grande esforço nesse sentido. No contacto com a polícia ou outros órgãos de segurança não hesite em fazer valer os seus direitos como vítima.</p>

---

<sup>i</sup> Fonte: [Diário da República n.º 158/2021, Série I de 2021-08-16, em vigor a partir de 2021-08-17](#)

<sup>ii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/index.html>

<sup>iii</sup> Fonte: Artigo 3 – “Definições”, alínea a) da Convenção de Istambul, disponível em [https://www.pgdlisboa.pt/leis/lei\\_mostra\\_articulado.php?nid=1878&tabela=leis](https://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?nid=1878&tabela=leis)

<sup>iv</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Comissão para a Igualdade de Género (CIG), disponível em <https://www.cig.gov.pt/bases-de-dados/glossario/>

<sup>v</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/tipos-de-violencia.html>

<sup>vi</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/tipos-de-violencia.html>

<sup>vii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/tipos-de-violencia.html>

<sup>viii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/tipos-de-violencia.html>

<sup>ix</sup> Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/tipos-de-violencia.html>

<sup>x</sup> Fonte: Adaptado da Definição de violência de género da DIRETIVA 2012/29/UE DO PARLAMENTO EUROPEU E DO CONSELHO de 25 de outubro de 2012 que estabelece normas mínimas relativas aos direitos, ao apoio e à proteção das vítimas da criminalidade e que substitui a Decisão-Quadro 2001/220/JAI do Conselho, disponível em <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/PDF/?uri=CELEX:32012L0029>

<sup>xi</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Comissão para a Igualdade de Género (CIG), disponível em <https://www.cig.gov.pt/bases-de-dados/glossario/>

<sup>xii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Comissão para a Igualdade de Género (CIG), disponível em <https://www.cig.gov.pt/bases-de-dados/glossario/>

<sup>xiii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web do Instituto Europeu para a Igualdade de Género (EIGE), disponível em <https://eige.europa.eu/thesaurus/terms/1265>

<sup>xiv</sup> Fonte: Definição assente no previsto na Lei n.º 130/2015 de 4 de setembro, que procede à vigésima terceira alteração ao Código de Processo Penal e aprova o Estatuto da Vítima, transpondo a Diretiva n.º 2012/29/UE do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2012, que estabelece normas relativas a os direitos, ao apoio e à proteção das vítimas da criminalidade, e na Lei n.º 112/2009, de 16 de setembro, que estabelece o regime jurídico aplicável à prevenção da violência doméstica, à proteção e à assistência das suas vítimas, alterada e republicada pela Lei n.º 129/2015 de 3 de setembro

<sup>xv</sup> Fonte: Definição assente no previsto na Lei n.º 130/2015 de 4 de setembro, que procede à vigésima terceira alteração ao Código de Processo Penal e aprova o Estatuto da Vítima, transpondo a Diretiva n.º 2012/29/UE do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2012, que estabelece normas relativas a os direitos, ao apoio e à proteção das vítimas da criminalidade, e na Lei n.º 112/2009, de 16 de setembro, que estabelece o regime jurídico aplicável à prevenção da violência doméstica, à proteção e à assistência das suas vítimas, alterada e republicada pela Lei n.º 129/2015 de 3 de setembro

<sup>xvi</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/quem-sao-vitimas.html>

<sup>xvii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/quem-sao-vitimas.html>

<sup>xviii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/quem-sao-vitimas.html>

<sup>xix</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/quem-sao-vitimas.html>

<sup>xx</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego (CITE), disponível em <https://cite.gov.pt/o-que-e-o-assedio-no-local-de-trabalho>

<sup>xxi</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego (CITE), disponível em <https://cite.gov.pt/o-que-e-o-assedio-no-local-de-trabalho->

<sup>xxii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/tipos-de-violencia.html>

<sup>xxiii</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Comissão para a Igualdade de Género (CIG), disponível em <https://www.cig.gov.pt/bases-de-dados/glossario/>

<sup>xxiv</sup> Fonte: Definição constante do sítio web da Comissão para a Igualdade de Género (CIG), disponível em <https://www.cig.gov.pt/bases-de-dados/glossario/>

<sup>xxv</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/planear.html>

<sup>xxvi</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/planear.html>

<sup>xxvii</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/planear.html>

<sup>xxviii</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/planear.html>

<sup>xxix</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/planear.html>

<sup>xxx</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/planear.html>

<sup>xxxi</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/planear.html>

<sup>xxxii</sup> Fonte: Sítio web da Comissão para a Igualdade de Género (CIG), disponível em <https://www.cig.gov.pt/area-portal-da-violencia/portal-violencia-domestica/servico-de-informacao-as-vitimas-de-violencia-domestica/>

<sup>xxxiii</sup> Fonte: Sítio web da Comissão para a Igualdade de Género (CIG), disponível em <https://www.cig.gov.pt/area-portal-da-violencia/portal-violencia-domestica/quia-de-recursos/>

<sup>xxxiv</sup> Fonte: Sítio web da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), disponível em <https://www.apav.pt/vd/mitos-factos.html>