

Unimed
Porto Velho

somos
COOP

PROJETO



CORAGEM QUE PROTEGE



INTRODUÇÃO

O Projeto “Destemidas Marias” nasce com o propósito de prevenir a violência e acolher vítimas de maus-tratos, abusos ou agressões, abrangendo mulheres, idosos e crianças.

Além de oferecer suporte direto às vítimas, o projeto busca sensibilizar médicos, colaboradores e beneficiários sobre seu papel como agentes de prevenção e acolhimento, fortalecendo a rede de proteção e cuidado.

Considerando sua relevância, o projeto foi estruturado como uma iniciativa contínua e permanente, com planos de ação revisados anualmente, mantendo o tema em evidência na sociedade e fortalecendo o compromisso de se tornar referência regional em cuidado integral, promovendo saúde, dignidade e bem-estar social.

Esta cartilha é um guia de informação e acolhimento para reconhecer sinais de agressão, compreender seus impactos e fortalecer a rede de proteção às vítimas.

CARTILHA | DESTEMIDAS MARIAS



TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

> VIOLÊNCIA FÍSICA

Qualquer conduta que ofenda a integridade ou a saúde corporal da mulher.

Exemplo: bater, empurrar, morder, puxar o cabelo, estrangular, chutar, cortar e mutilar.

> VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

Qualquer conduta que cause danos emocionais e diminuição da autoestima da mulher, afetando sua saúde mental.

Exemplos: ameaças, humilhações, chantagens, críticas constantes, isolamento, proibição de estudar ou trabalhar.

TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

> VIOLÊNCIA SEXUAL

Quando a mulher é constrangida ou forçada a presenciar, manter ou participar de relação sexual não desejada.

Exemplo: relações forçadas, obrigar a prostituição, impedir uso de anticoncepcionais, obrigar ao aborto.

> VIOLÊNCIA PATRIMONIAL

Destruição ou retenção de bens, recursos ou documentos da mulher.

Exemplos: rasgar roupas, destruir objetos pessoais, esconder cartões, reter benefícios, danificar instrumentos de trabalho.



TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

> VIOLÊNCIA MORAL

Práticas que ofendem a honra e a dignidade da mulher.

Exemplos: difamação, calúnia, humilhação pública, divulgação da vida íntima, comentários ofensivos em redes sociais.

COMO ACOLHER UMA VÍTIMA DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Nem sempre a vítima consegue denunciar sozinha. Muitas vezes, o apoio de alguém próximo é o primeiro passo para romper o ciclo da violência.

> DICAS PRÁTICAS DE ACOLHIMENTO:

- **Escute sem julgar** – ofereça um espaço seguro para que a vítima fale.
- **Acredite na vítima** – nunca minimize ou questione a gravidade da situação.
- **Ofereça informação** – apresente os canais de denúncia e serviços de apoio
- **Não confronte o agressor** – isso pode aumentar o risco.
- **Mostre que ela não está sozinha** – apoio emocional faz diferença.
- **Respeite o tempo da vítima** – ela pode precisar de coração e segurança para agir.

A REALIDADE DA VIOLÊNCIA NO BRASIL

MAPA DA SEGURANÇA PÚBLICA 2025

Os números mostram a gravidade do cenário:

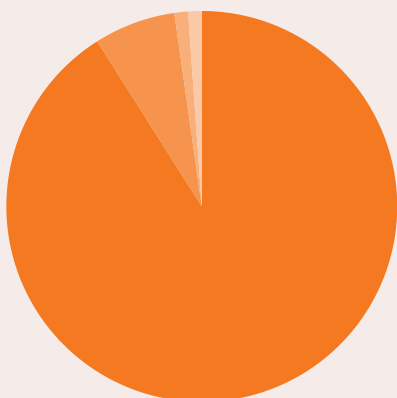
Feminicídio | 1.459 vítimas | (4 vítimas/dia)

Homicídio doloso | 2.422 vítimas (7 vítimas/dia)

Tentativa de Homicídio | 8.648 vítimas (24 vítimas/dia)

Estupro | 71.834 vítimas (196 vítimas/dia)

VIA PÚBLICA
6.7%



MORADIA
91%

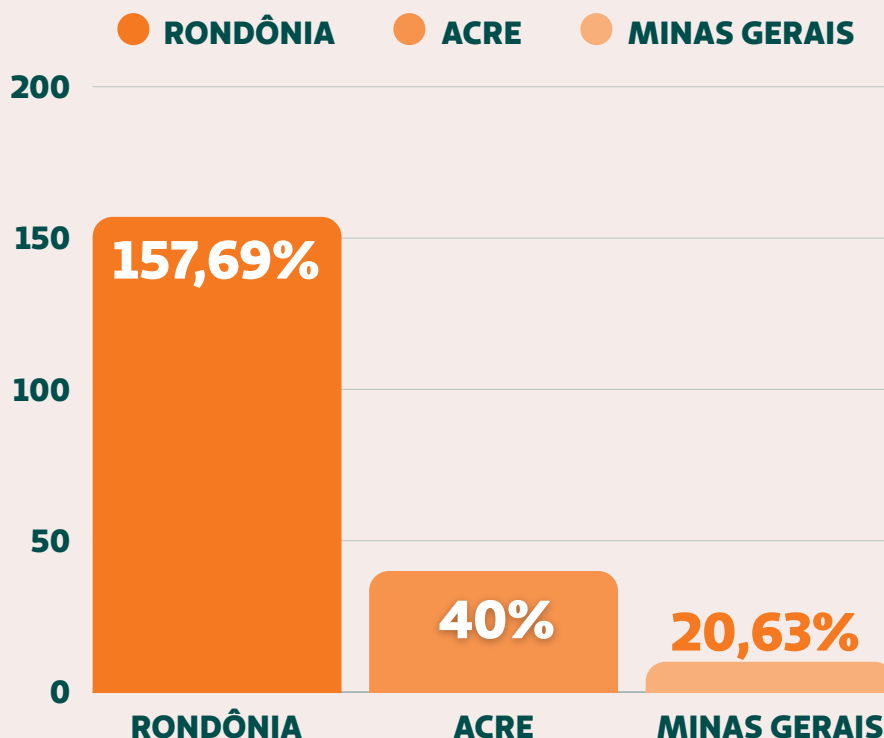
A maior parte desses crimes acontece dentro da própria casa, revelando que o ambiente doméstico, muitas vezes, se torna o espaço de maior vulnerabilidade para as mulheres.

Fonte: SINESP (Dados fornecidos pelos estados e Distrito Federal)
Período: janeiro a dezembro de 2023 e 2024.

A REALIDADE EM RONDÔNIA

Rondônia é o Estado líder em aumento de casos de violência doméstica em 2024: crescimento de mais de 157%.

Esse dado reforça a urgência de projetos como o Destemidas Marias, que buscam prevenir, acolher e conscientizar a sociedade.



Fonte: SINESP (Dados fornecidos pelos estados e Distrito Federal)
Período: janeiro a dezembro de 2023 e 2024.



VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHA: CANAIS DE DENÚNCIA

Em situações de violência, procurar ajuda é fundamental. Existem canais que garantem acolhimento, sigilo e até denúncias anônimas, para que a vítima se sinta protegida.

> **LIGUE 190**

Polícia Militar, em casos de emergência, situação em flagrante.

> **LIGUE 180**

Central de Atendimento à Mulher: funciona 24h, gratuito e confidencial.

> **DELEGACIA DA MULHER (DEAM)**

Atendimento especializado e acolhedor.
Endereço: Av. Amazonas, 8145 - UNISP
Plantão: 69 98479-8255 (whatsapp)

> **CRAS/CREAS**

Serviço de apoio social e psicológico.

CONCLUSÃO

Os números apresentados revelam uma realidade dura: a violência contra mulheres, crianças e idosos ainda cresce de forma alarmante em nosso país e Rondônia, infelizmente, lidera o ranking com um aumento de **157%** nos casos de violência doméstica em 2024.

Diante desse cenário, a mudança não pode esperar. É por isso que o Projeto Destemidas Marias nasce como um **agente de transformação**: promovendo a prevenção, o acolhimento das vítimas e a sensibilização da sociedade.

Cada cooperado, colaborador e parceiro tem um papel essencial nessa rede de proteção. Ao abraçar esse projeto, fortalecemos a Unimed Porto Velho como referência em cuidado integral, não apenas da saúde física, mas também da segurança e bem-estar social.

PROJETO



CORAGEM QUE PROTEGE