

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA TAMBÉM É ASSUNTO **DE HOMEM**



DEFENSORIA PÚBLICA
ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

Este é um material informativo, preparado para homens.

Seu objetivo é esclarecer as dúvidas mais comuns sobre o tema. O combate à violência doméstica contra a mulher não se trata de uma luta apenas feminina, ao contrário, é preciso que toda a sociedade se conscientize quanto ao assunto.

Essa é uma luta de todas e todos!



O que é ser homem?

Desde pequenas, as crianças são separadas de acordo com seu gênero. Para os meninos, bola, skate, armas de brinquedos, espadas, fantasias de super-herói, etc. Para as meninas, brinquedos de cozinha, bonecas, fantasias de princesas...

Mas por que os homens têm que mostrar coragem e força, enquanto as mulheres fragilidade e dependência? Todo homem nasce forte e corajoso? Toda mulher é frágil e dependente? Se existem mulheres e homens que nascem diferentes disso, como podemos afirmar que esses traços são naturais e não pré-definidos pelas pessoas?

Como diz a música, “ser um homem feminino não fere o meu lado masculino...”

Os conceitos de feminilidade e masculinidade são bastante definidos em nossa sociedade, mas isso não significa que sejam benéficos – muito pelo contrário. Discutir masculinidade significa romper com um padrão FIXO, LIMITADOR e PRÉ-MOLDADO do que é ser homem. O mesmo se aplica quando se discute feminilidade.

Feminilidade é o conjunto de ideias que se acostuma atribuir às mulheres por pertencerem ao sexo feminino, e nisso podemos incluir a passividade, a sensibilidade, a compreensão, a delicadeza etc.

Alguns dizeres populares reproduzem esses ideais de feminilidade,

como “mulheres devem perdoar os maridos”; “mulheres não conseguem comandar”; “meninas brincam dentro de casa”; “mulheres são dramáticas e choronas”; “mulheres são histéricas”; “mulheres possuem TPM, por isso, são descontroladas”; “mulheres são impulsivas”, “mulheres são traidoras”, entre outros.

Por sua vez, a **masculinidade** reúne características em torno dos homens, que se justificariam pelo fato de pertencerem ao sexo masculino, como a agressividade, dominação, insensibilidade etc.

Seguindo esse raciocínio, o padrão dominante do que é ser homem corresponde às seguintes ideias: “homem que é homem não chora”; “o homem deve dar a última palavra a qualquer custo”; “o homem nunca deve demonstrar medos e inseguranças”; “o homem não deve tolerar o questionamento de sua autoridade”; “o homem é o chefe da família”; “o homem deve controlar os rendimentos da casa”; “homem deve demonstrar dureza e ter pulso firme” etc.

Percebe-se o quanto essas ideias são limitantes e abusivas para as mulheres, enquanto que tóxicas e agressivas para os homens. Parece, então, que ser homem é negar todas as características femininas, assim como ser mulher é também negar aquelas consideradas masculinas.

Tudo aquilo que é visto como feminino – a sensibilidade, a fragilidade, o compromisso com o cuidado de si e dos outros, a delicadeza – é rejeitado, precisando estar completamente distante da performance masculina. “Mulherzinha” é um xingamento que, desde pequenos, homens que demonstram sensibilidade ouvem dos demais.

Para um ideal de masculinidade, é impossível conceber um homem que chora, um homem que fala sobre o que sente, um homem que se expressa, um homem que é carinhoso e que não recorre à violência, seja ela física, verbal ou psicológica, para resolver seus problemas cotidianos.

É nesse contexto que se torna importante trazer a discussão do machismo e da violência para os homens.



Machismo e violência

Machismo é toda forma de discriminação às mulheres, que tenha como objetivo inferiorizar, controlar e desqualificar uma pessoa pelo simples fato de ser mulher. Do machismo, vem a desigualdade entre os gêneros,

realidade histórica e que permanece atual, resultando nas mais diversas formas de violência, opressão e desvantagens contra as mulheres.

No Brasil, segundo dados do Anuário Brasileiro de Segurança Pública de 2025, 79,8% das mulheres são mortas por seus companheiros ou ex-companheiros. A violência contra as mulheres ocorre em nossa cultura porque, em sua maioria, elas estão em condições menos vantajosas em relação aos homens, especialmente no ambiente doméstico, seja por pressão social ou pelas questões financeiras.

Exemplos de práticas machistas

- atribuir somente à mulher a responsabilidade pela casa e pelos filhos;
- esperar da mulher que sempre agrade seu parceiro, inclusive achando que é obrigação dela satisfazê-lo sexualmente, mesmo contra a própria vontade;
- achar que mulher não pode estudar ou trabalhar fora;
- dizer que mulher comprometida não pode ter amigas ou sair desacompanhada do parceiro.

Importante anotar que o machismo não afeta somente as mulheres, vítimas mais evidentes, principalmente devido às violências sofridas, mas também os próprios homens.

Os homens tendem a não perceber os seus aprisionamentos e pressões

vividas no cotidiano como uma consequência do ambiente culturalmente machista, mas percebem o sofrimento por vezes causado e gostariam de ter outras vivências e liberdades, conforme pesquisa da ONU Mulheres (Eles por Elas), no ano de 2016, em que os entrevistados assim se manifestaram sobre o tema:



PRESSIONES QUE VOCÊ (HOMEM) SENTE

Ainda pensando nas pressões que os homens vivem, em que medida as frases abaixo representam o que você sente?

Alternativas: não representa nada (1), representa pouco (2), representa moderadamente (3), representa muito (4), representa totalmente (5).

N=9.167	1	2	3	4	5	Total
Gostaria de não me sentir, obrigatoriamente, o responsável pelo sustento financeiro da casa	37.32%	18.39%	21.86%	12.78%	9.64%	100%
Gostaria de ter mais tempo para passar com minha parceira(o), família e meus filhos (caso os tenha)	20.37%	12.47%	20.00%	24.68%	22.49%	100%
Gostaria de ser mais cuidadoso com minha própria saúde do que efetivamente sou, não cuido tão bem de mim mesmo	11.50%	14.46%	21.54%	27.11%	25.38%	100%
Gostaria de me expressar com os outros de modo menos duro e/ou agressivo, mas não sei bem como.	30.20%	24.08%	20.57%	13.66%	11.50%	100%
Gostaria de cuidar mais de minha aparência, sem o medo de ser julgado por isso.	32.40%	24.16%	18.64%	12.90%	11.89%	100%
Gostaria de ter uma relação mais próxima com meus amigos, contando mais do que realmente sinto, minhas dúvidas e até mesmo expressando mais afeto.	21.72%	21.53%	21.17%	19.55%	16.02%	100%
Gostaria de ter mais liberdade para explorar hobbies, talentos ou opções de carreira pouco usuais, sem o medo de ser julgado como pouco ambicioso, frouxo ou coisas assim.	28.14%	17.99%	17.60%	17.43%	18.84%	100%
Gostaria de explorar mais minha sexualidade, seja em relacionamentos casuais ou estáveis, pelo medo de ser julgado por isso.	36.85%	17.85%	16.81%	13.23%	15.26%	100%

A mesma pesquisa aponta que **81%** dos homens consideram o Brasil um país machista.

Falar de masculinidade é falar de uma pressão social intensa que se coloca sobre os homens para que “se comportem como homens”, em qualquer ambiente que estejam, senão são tratados como inferiores. Todo homem aprende, desde pequeno, que “homem não chora”. Não chora mesmo? E por que não pode chorar?

Por isso entendemos que é importante conversarmos sobre masculinidade, pois precisamos perceber como os meninos são obrigados a, desde cedo, negar quem são, esconder seus sentimentos para demonstrar uma força, uma insensibilidade, que não é natural, ou seja, não decorre automaticamente do fato de terem nascido do sexo biológico masculino. Caso contrário, bebês do sexo masculino não chorariam.

A imposta necessidade dos homens sempre se colocarem como “machos” e não poderem reconhecer as suas fraquezas limita os próprios homens. Nesse



sentido, muitas vezes os homens se sentem “menos homens”, não podendo admitir os seus erros e limitações, desde situações mais simples, como não saber trocar um pneu, até situações mais complexas, como o desemprego ou o trato com a família. Essas regras do que é “ser homem” trazem graves consequências nas relações com outros homens e com mulheres.



O que o machismo tem a ver com violência doméstica?

Em uma posição de maior poder em relação às mulheres, muitas vezes os homens se acham com o direito de usar a violência caso a mulher não aceite “cumprir” o papel que a cultura lhe impõe.

É fundamental entender que a violência doméstica é consequência do padrão de masculinidade dominante. A convivência gera conflitos e, se os homens foram educados toda a vida a tratar conflitos com agressividade e violência, é praticamente automática a reprodução desse comportamento em casa.

Assim, podemos ligar a violência doméstica também à masculinidade. A insegurança, a violência psicológica e física e, em casos mais extremos, a morte de mulheres, se dá pelas mãos de homens “machos” que aprenderam a ser agressivos quando crianças, que são agressivos na rua e, em casa, agem da mesma forma: agressivos com suas companheiras, com suas mães e irmãs, com seus filhos e filhas.

A Lei Maria da Penha veio para proteger não apenas as mulheres dessa situação, mas também a família como um todo, pois todos os integrantes são afetados pelos episódios de violência. A lei pretende chamar a atenção de toda a sociedade para o fato de que todos têm direitos iguais – e que ninguém pode usar a violência contra outra pessoa para dominá-la. Diferente do que muitas pessoas pensam, **a Lei não tem como objetivo principal prender os homens.**



Compreender a cultura machista na qual estamos inseridos é essencial para entendermos a importância da Lei Maria da Penha e as ações que precisamos fazer em direção a uma sociedade mais humanizada e menos violenta com todas as pessoas: homens e mulheres.



Lei Maria da Penha

A Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006) foi sancionada em 7 de agosto de 2006. A partir dela, foram criados mecanismos para prevenir e coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, em conformidade com a Constituição Federal (art. 226, § 8º) e com os tratados internacionais

ratificados pelo Estado Brasileiro (Convenção de Belém do Pará, Pacto de San José da Costa Rica, Declaração Americana dos Direitos e Deveres do Homem e Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher).

Quando a Lei fala sobre gênero, a maioria das pessoas já pensa que isso significa negar as diferenças entre homens e mulheres. Mas não é assim! Ninguém discute se essas diferenças existem ou não. O que a Lei e os estudos na área mostram é que não se pode justificar com o gênero diferenças como o acesso a salários iguais, a distribuição de tarefas na casa e com os filhos, como se comportar, o que vestir, como expressar seus sentimentos, entre outras coisas.

Essas diferenças foram construídas na cultura, não são naturais! A partir delas, são justificadas muitas injustiças e violências cometidas contra as mulheres, que ficam, assim, colocadas em uma posição inferior e de subordinação em relação aos homens.



O que é violência doméstica?

Conforme o art. 5º da Lei Maria da Penha, violência doméstica e familiar contra a mulher é “qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico,

sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial”.

Tipos de violência

Estão previstos cinco tipos de violência doméstica e familiar contra a mulher na Lei Maria da Penha: física, psicológica, moral, sexual e patrimonial.

Violência Física: entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da mulher.

- Espancamento
- Atirar objetos
- Sacudir e apertar os braços
- Estrangulamento ou sufocamento
- Lesões com objetos cortantes ou perfurantes
- Ferimentos causados por queimaduras ou armas de fogo
- Tortura

Violência Psicológica: é considerada qualquer conduta que cause dano emocional e diminuição da autoestima; prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento da mulher; ou vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões.

- Ameaças
- Constrangimento
- Humilhação

- Manipulação
- Isolamento (proibir estudar, viajar ou falar com amigos e parentes)
- Vigilância constante
- Perseguição contumaz
- Insultos
- Chantagem
- Exploração
- Limitação do direito de ir e vir
- Ridicularização
- Tirar a liberdade de crença
- Distorcer e omitir fatos para deixar a mulher em dúvida sobre sua memória e sanidade

Violência Sexual: trata-se de qualquer conduta que constranja a presenciar, manter ou participar de relação sexual não desejada mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força.

- Estupro
- Obrigar a mulher a fazer atos sexuais que causem desconforto ou repulsa
- Impedir o uso de métodos contraceptivos ou forçar a mulher a abortar
- Forçar matrimônio
- Gravidez ou prostituição por meio de coação
- Chantagem
- Suborno ou manipulação
- Limitar ou anular o exercício dos direitos sexuais e reprodutivos da mulher

Violência Patrimonial: entendida como qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus objetos, instrumentos de trabalho, documentos pessoais, bens, valores e direitos ou recursos econômicos, incluindo os destinados a satisfazer suas necessidades.

- Controlar o dinheiro
- Deixar de pagar pensão alimentícia
- Destruição de documentos pessoais
- Furto
- Extorsão ou dano
- Estelionato

- Privar de bens
- Valores ou recursos econômicos
- Causar danos propositais a objetos da mulher ou dos quais ela goste

Violência Moral: é considerada qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria.

- Acusar a mulher de traição
- Emitir juízos morais sobre a conduta
- Fazer críticas mentirosas
- Expor a vida íntima
- Rebaixar a mulher por meio de xingamentos que incidam sobre a sua índole
- Desvalorizar a vítima pelo seu modo de se vestir

IMPORTANTE!

A existência da Lei Maria da Penha não significa que os homens estejam desamparados pela lei caso sofram violência por parte de uma mulher. Assim como qualquer cidadão, o homem que tiver seus direitos violados pode registrar ocorrência policial na delegacia mais próxima.

Assim, não é necessária a promulgação de uma lei “João da Penha” para os homens estarem seguros, no Código Penal existem previsões legais que os amparam. Inclusive, os homens também podem solicitar a medida de proibição de contato (artigo 319 do Código de Processo Penal).

Mas não podemos esquecer que, conforme os números de Segurança Pública, quando se trata de violência doméstica, a maior parte das agressões é cometida pelo homem contra a mulher – muito devido à cultura machista em que vivemos.



O que são medidas protetivas e qual o objetivo delas?

A Lei Maria da Penha, buscando proteger a mulher que esteja em situação de risco, submetida a atos de violência física, psicológica, sexual, patrimonial ou moral por parte do agressor, estabelece a aplicação de medidas protetivas:

- Afastamento da pessoa acusada de agressão do lar
- Proibição da pessoa acusada de praticar determinadas condutas
- Restrição ou suspensão de visitas
- Prestação de alimentos
- Obrigatoriedade de comparecimento da pessoa acusada de agressão a programas de recuperação e reeducação
- Suspensão da posse ou restrição do porte de armas
- Encaminhamento da mulher em situação de violência de gênero e seus dependentes a programas de proteção ou atendimento
- Restituição de bens indevidamente subtraídos pela pessoa acusada
- Prestação de caução provisória
- Afastamento da ofendida do lar

FIQUE ATENTO!

A Medida Protetiva de Urgência, que proíbe aproximação e contato com a mulher, inclui qualquer tipo de comunicação – seja por telefone, redes sociais (Whatsapp, Facebook, Instagram, etc) ou através de outras pessoas (recados, cartas, bilhetes, etc).

As medidas protetivas são ordem judicial. Portanto, devem ser respeitadas e cumpridas. Caso haja descumprimento, fica caracterizado crime – e o **homem pode até mesmo ser preso por isso.**



Lei 14.994/2024

Devido aos números preocupantes de violência contra a mulher, o legislador optou por aumentar as penas de alguns crimes quando praticados contra a mulher e para tornar o feminicídio como um crime

autônomo, isto é, com características próprias e distintas de demais crimes.

Conforme o **Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2025**, em 2024, todos os dias, ao menos quatro mulheres morreram vítimas de feminicídio no Brasil. No total do ano, **foram 1.492 mulheres**. Ameaças contra as mulheres foram 747.683. Ao todo 3.870 mulheres sofreram tentativa de feminicídio no país.



PM CADA VEZ MAIS DEMANDADA EM CASOS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

1.067.556
 AÇIONAMENTOS DO
190 EM 2024
2 CHAMADOS POR MINUTO

MEDIDAS PROTETIVAS DE URGÊNCIA - MPU
 CONCEDIDAS
6,6%
555.001

DESCUMPRIDAS PELO AGRESSOR
10,8%
101.656

Os números do Rio Grande do Sul também são alarmantes:

Monitoramento dos Indicadores de Violência Contra as Mulheres no Estado do Rio Grande do Sul no Ano de 2025

Município	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Total
Feminicídio Tentado	22	26	32	16	20	18							134
Feminicídio Consumado	9	4	5	11	5	6							56
Ameaça	2.916	2.871	2.883	2.587	2.561	2.000							15.818
Estupro	211	190	165	175	176	137							1.054
Lesão Corporal	1.897	1.780	1.773	1.359	1.366	1.110							9.285
Gerar	5.035	4.871	4.836	4.148	4.128	3.271	0	0	0	0	0	0	26.327

Fonte: SIP/PROCRGS - Atualizado em 2/7/2025.

Observações:

1. Os dados presentes na planilha representam um recorte temporal e retratam os fatos registrados na data da atualização da base de dados. Estão sujeitos, portanto, a alterações provenientes da revisão de ocorrências duplicadas, apuração de informações oriundas de investigações, diligências, perícias e correção do fato no final da investigação policial, entre outros.
2. Para os dados de estupro consideram-se os dados referentes a Estupro e Estupro de Vulnerável.

Feminicídio (matar mulher por razões da condição do sexo feminino): crime hediondo, com pena de reclusão de 20 a 40 anos;

Lesão corporal praticada contra mulher por razões da condição do sexo feminino: pena de reclusão de 2 (dois) a 5 (cinco) anos;

Ameaça praticada contra mulher por razões da condição do sexo feminino: aplica-se a pena prevista para o delito de ameaça em dobro;

Vias de fato praticada contra mulher por razões da condição do sexo feminino: contravenção penal (atos agressivos que não resultam em lesões corporais) – a pena será triplicada.

Crime de descumprimento de medida protetiva: pena de reclusão de 2 (dois) a 5 (cinco) anos, e multa.

CUIDADO!

Se você recebeu uma intimação de medida protetiva para não se aproximar da vítima ou entrar em contato, fique longe e procure a Defensoria Pública ou advogado(a) de sua confiança para maiores orientações.

PERGUNTAS FREQUENTES

Tenho filhos com a vítima, como faço para ter contato com eles se eu não posso falar com a genitora?

Para evitar novos conflitos e evitar penalidades pelo crime de descumprimento às medidas protetivas, procure a Defensoria Pública ou um advogado(a) para definir a guarda, direito de visitas e pensão alimentícia para os filhos.

Se precisar fazer contato de urgência em razão dos filhos, peça ajuda de um familiar, amigo ou vizinho. Não faça jamais você o contato, sob pena de ser preso pelo crime de descumprimento da medida protetiva.

Como faço para buscar meus objetos pessoais que ficaram na casa?

Você não pode forçar a entrada em sua antiga residência quando houver medidas protetivas de urgência. **Mesmo se a casa estiver também no seu nome.** A situação dos bens adquiridos na constância do relacionamento terão que ser resolvidas em ação judicial ou acordo com o auxílio da Defensoria Pública ou de um advogado(a).

A vítima da violência doméstica me perdoou e retomamos o relacionamento e a convivência, o que devo fazer?

O homem deverá aguardar a decisão do juízo de revogação das medidas protetivas – mesmo que a mulher já tenha comunicado sua vontade de voltar a ter contato com ele no processo.

Qual o prazo de duração das medidas protetivas?

As medidas protetivas são válidas até serem revogadas pelo juízo, ou expirado o prazo determinado pelo juízo, sem renovação. Se tiver dúvidas, procure a Defensoria Pública.

E se a mulher tiver feito uma denúncia falsa?

A mulher pode responder por crime de calúnia, denúncia caluniosa e comunicação falsa de crimes, se existirem provas suficiente da falsidade da acusação.



Como posso ajudar no combate ao machismo e à violência doméstica?

Como mostramos, os homens têm um papel importante no combate à violência doméstica e familiar contra as mulheres. São atitudes simples, mas que podem contribuir na reflexão sobre o tema e evitar que essa violência se agrave. Veja alguns exemplos:

- Conversar com seus amigos e familiares homens se perceber que estão envolvidos em alguma situação de violência doméstica. É um importante passo entender-se como agente multiplicador das reflexões a respeito da violência em espaços nos quais as mulheres não estão, como em uma roda de amigos.
- Acabar com a divisão de tarefas e de tratamentos desiguais a meninos e meninas nos espaços familiares
- Intervir nas situações de violência doméstica que presenciar, separando o homem autor da violência e acalmando os ânimos.
- Perceber imposições de comportamento às mulheres que são consequência de uma naturalização do que é ser mulher. Um exercício importante seria imaginar se essa atitude seria exigida de um homem e, se não, por quê. Se a resposta encontrada for “porque ele é um homem e ela é uma mulher”, trata-se exatamente de uma reprodução do machismo.
- Repensar o que significa ser homem. É importante questionar o

comportamento que as outras pessoas esperam que você tome. Em uma sociedade machista, normalmente se espera que o homem demonstre força física, poder e coragem. Mas a verdadeira coragem é a de encarar as próprias dificuldades e ser capaz de mudar, se for preciso. Por isso, reflita e pense se as suas atitudes podem ferir alguém ou a você mesmo, seja física ou psicologicamente. E lembre-se: as palavras também podem machucar e deixar marcas profundas.



Referências

ONU Mulheres

<https://www.onumulheres.org.br/>

<https://www.onumulheres.org.br/noticias/81-dos-homens-consideram-o-brasil-um-pais-machista/>

Anuário Brasileiro de Segurança Pública

<https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2025/07/anuario-2025.pdf>

Secretaria da Segurança Pública RS

<https://ssp.rs.gov.br/indicadores-da-violencia-contr-a-mulher>

Cartilha para Homens do TJDF

<https://www.tjdft.jus.br/institucional/imprensa/noticias/arquivos/cartilha-homens-4.pdf>

Cartilha DPE- SP “Vamos falar sobre masculinidades?”

<https://www.defensoria.sp.def.br/documents/20122/87849038-4f94-4238-5b9d-de4d57aa9422>

**Material produzido pela Assessoria de Comunicação Social da
Defensoria Pública do Estado do Rio Grande do Sul.**

Revisão ortográfica: Francielle Caetano

Projeto gráfico: Sandrine Knopp

Vetores: storyset para freepik.com

Última atualização: agosto/2025

