

## **INFORMAÇÕES E AUTOCUIDADO COMO ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E COMBATE A VIOLÊNCIA CONTRA MULHER DENTRO DOS ABRIGOS NO PERÍODO DE ENCHENTE EM PELOTAS: Um relato de experiência**

**RAFAELA VICTÓRIA DA ROCHA FERREIRA SILVA<sup>1</sup>; VANESSA DUTRA CHAVES<sup>2</sup>; MARINA SOARES MOTA<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Universidade Federal Pelotas – rafaelavictoria@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal Pelotas – d.chavesvanessa@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade Federal Pelotas – msm.mari.gro@gmail.com

### **1. INTRODUÇÃO**

Durante várias décadas o regime patriarcal restringiu o papel social das mulheres a reprodução, educação dos filhos, cuidado do lar e família, além da submissão ao marido. A divisão doméstica no ambiente familiar trouxe relações de poder desiguais que geram exploração e desigualdade social, práticas consecutivas de subordinação, que trazem para as mulheres condições de inferiorização. Sendo assim, o empoderamento possibilita que lutem contra desigualdades de gênero, consequentemente com a emersão de viabilização de direitos. (DURAND; et al. 2021)

A vulnerabilização das mulheres é real, sendo importante elucidando o fato de que no Brasil é um país violento onde a prevalência de violência contra mulher pode chegar a 29% (violência doméstica ou familiar) (INSTITUTO DATA SENADO, 2021) e que de acordo com o Boletim Técnico - Ano 2024, acerca da Violência contra Mulher nos municípios da Região Sul do Rio Grande do Sul, Pelotas ocupa o topo de delitos contra mulheres.

A violência acompanha as mulheres em todos os lugares, até mesmo nos que deveriam ser espaços de proteção como os abrigos. No período das enchentes, que ocorreram no estado do Rio Grande do Sul nos meses de abril e maio, muitas famílias tiveram suas casas, bem estar e segurança levados com a água, um sentimento de destruição que se tornou além de material, mas emocional (SIQUEIRA; et al. 2024). Embora os abrigos tenham sido uma alternativa de segurança acabou se tornando também um espaço com violências (AGENCIA BRASIL, 2024).

Sendo assim, o coletivo que possui como um dos eixos abordados a sensibilização e discussão no combate a violência contra mulher dentro do período da formação acadêmica, é realizado ações na comunidade. O resumo objetiva relatar a experiência da realização de uma atividade educativa sobre violência contra mulher em abrigos durante as enchentes em Pelotas através da ação Cuidart: prevenindo a violência contra crianças, adolescentes e mulheres com arte e sensibilidade.

### **2. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo tipo relato de experiência, escrito após ação do “Cuidart: prevenindo a violência contra crianças, adolescentes e mulheres com arte e sensibilidade”, atividade na qual foi pensada para abordar a temática de violências dentro e fora dos abrigos, que em relação às mulheres

tinha o tema: Ser mulher, informações referentes ao tema e autocuidado como estratégias de prevenção e combate a violência contra a mulher.

A ação que aconteceu dentro do projeto de extensão Coletivo Hildete Bahia: Saúde e Diversidade (Coletivo), teve como professoras responsáveis Dra Marina Mota e Dra Adrize Porto e colaboradoras: Grupo de Dança Odara, Vereadora Fernanda Miranda, professora da Terapia Ocupacional Renata Rocha, e acadêmicas dos cursos de enfermagem, psicologia, terapia ocupacional e fisioterapia.

Sendo assim ocorreram três encontros pontuais em abrigos diferentes na cidade de Pelotas, sendo: Abrigo da Escola Superior Educação Física (ESEF), Abrigo da Igreja Cabeluda e Abrigo na Escola, todos com sua grande maioria compostos por mulheres e seus filhos, a ação dividia o abrigo em três grupos com atividades diferentes de acordo com a faixa etária: crianças, adolescentes e mulheres adultas que tinham em média 30-50 minutos de duração de acordo com a demanda de cada abrigo assim como número de mulheres a serem ouvidas. Destaca-se que nesse resumo o relato será com base nas vivências da bolsista de extensão do Coletivo.

### **3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS**

Diante às violências sofridas dentro e fora dos abrigos no período da enchente, se tornou necessário ações que trouxessem informação e acolhimento às mulheres, sendo o Cuidart uma delas que dentro dos abrigos teve o papel de levar informação sobre o conceito de violência, tipos e recursos que podem ser realizados em caso de denúncias (AGENCIA BRASIL, 2024), se mostrando bastante importante como ferramenta de defesa das mulheres.

De acordo com pesquisas do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA) a respeito da relação entre a violência doméstica e o trabalho da mulher, se mostrou evidente que as violências sofridas geram nas vítimas depressão, estresse pós-traumático, baixa autoestima e dificuldade de dormir (GOVERNO FEDERAL, 2020) condições nas quais as participantes relataram durante as atividades.

Os encontros se iniciavam após a organização do grupo e aceitação das mulheres, era realizado uma breve apresentação pela coordenadora do projeto Dra Marina Soares Mota, meditação guiada e reiki pela Dra Adrize Porto para que as participantes entrassem em estado de relaxamento apesar das preocupações, após isso, realizado uma roda de conversa onde as mulheres se apresentavam e contavam um pouco mais de si mesmas para conexão entre a equipe do coletivo e entre elas, logo depois era realizado uma pergunta: Como é ser mulher para você? Assim, se criava um espaço aberto onde elas poderiam se guiar de acordo com suas próprias necessidades emocionais, contar suas histórias, ao mesmo tempo que nos permitia uma escuta qualificada pelas estudantes e docentes (ARAUJO; et al. 2023)

Nos abrigos, a maioria das mulheres participantes da ação eram negras, que tinham como histórias as violências geradas pelo sexismo e racismo associados que dentro da sociedade brasileira é fator de risco no aumento de violências e delimitações de espaços de poder, equiparando mulheres negras como inferiores e passíveis a agressões, inclusive sexualmente pelos parceiros íntimos. (SOUZA, 2024)

Dentre as discussões trazíamos o conceito e as variações da violência: física, sexual, moral, patrimonial, psicológica (LEI MARIA DA PENHA, Art 5) ciclo

da violência: fase 1) aumento da tensão, fase 2) ato de violência e fase 3) arrependimento, diante desse momento as participantes se emocionaram ao relatar suas histórias dor e sofrimento, como a falta de oportunidades no mercado de trabalho, infância permeada de violência e crimes, falta de acesso à saúde. Uma das participantes nos contou que devido seu histórico com uso de substâncias ilícitas todos os seus filhos possuem deficiência intelectual, mas que apesar das dificuldades consegue sobreviver, a enchente foi um forte impacto por já ter acontecido anteriormente. Após muitas emoções, diante do espelho foi proporcionado creme de pele e ensinado pela bolsista estudante de fisioterapia realizar massagem facial que consiste em movimentos suaves com pouca pressão sobre a pele em sentido para os linfonodos, estimulando a circulação linfática da região do rosto (ANDRADE, 2022)

No final dos encontros, era colado nos banheiros masculinos e femininos dos abrigos um folheto, com informações sobre as variações de violências, o ciclo, e contatos para denúncias.

Figura 1 - Folheto (material impresso com objetivo de repassar informações através de texto e imagem de maneira clara e precisa) criado por Marina Soares Mota, Adrize Porto e Rafaela Victória Ferreira, com temas trabalhados entre as mulheres



**Fonte:** Arquivo pessoal

Cabe destacar os desafios da efetivação dessa ação tendo em visto que os espaços dos abrigos eram compartilhados, o que dificultava criar um espaço mais reservado e tranquilo para o diálogo, fato que era agravado quando homens transitavam perto de onde a atividade estava sendo realizada, o que se observava desconforto por parte de algumas mulheres, além de momentos que havia trânsito de profissionais e crianças, situações que levaram a interrupção da ação.

#### 4. CONSIDERAÇÕES

Foi percebido dentro dos abrigos a necessidade da abordagem da temática visto que Pelotas possui um alto índice de violência contra mulher, se tornando necessário mais ações como essa em comunidades, regiões vulneráveis

A ação teve como limitação o receio de algumas mulheres de abordar a questão de violência. Enquanto aluna, bolsista e membro do coletivo de extensão, os encontros me serviram de aprendizado de uma outra realidade vivida por mulheres, seus desafios no decorrer da vida e a forma com que conseguiam se sobressair diante os desafios pessoais, emocionais e climáticos.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

**AGENCIA BRASIL. RS: ao menos 47 pessoas são presas por crimes em meio à calamidade.** 9 de maio, 2024. Disponível em: RS: ao menos 47 pessoas são presas por crimes em meio à calamidade | Agência Brasil (ebc.com.br)

ANDRADE<sup>1</sup>, Jaqueline Jordana Paes; DA CUNHA<sup>1</sup>, Natalia Veronez. PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS: EFEITOS NA AUTOESTIMA E BEM-ESTAR DE MULHERES. **A Revista Simpósio de Fisioterapia (ISSN 2358-0771) chega esse ano à sua 9<sup>a</sup> edição**, p. 50.

ARAUJO, Leticia Ghislotti et al. POLÍTICAS PÚBLICAS INERENTES À ESCUTA QUALIFICADA DE MULHERES EM SITUAÇÃO DE VIOLENCIA. **CIPPUS-REVISTA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA**, v. 11, n. 1, 2023.

**BRASIL. Decreto Nº 11.431, DE 8 de março de 2023.** Institui o Programa Mulher Viver sem Violência Disponível em:  
[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2023-2026/2023/decreto/D11431.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/decreto/D11431.htm)

DURAND, Michelle Kuntz et al. Possibilidades e desafios para o empoderamento feminino: perspectivas de mulheres em vulnerabilidade social. **Escola Anna Nery**, v. 25, p. e20200524, 2021. Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/ean/a/KKfcDmSpk9NVBG9y3KpSTyr/>

PINTO, Rosa Maria Ferreiro et al. Condição feminina de mulheres chefes de família em situação de vulnerabilidade social. **Serviço Social & Sociedade**, p. 167-179, 2011.

Instituto DataSenado. **Pesquisa DataSenado: violência doméstica e familiar contra a mulher.** Brasília: Senado Federal; 2021. Disponível em: Pesquisa DataSenado: violência doméstica e familiar contra a mulher

SIQUEIRA, K. B. et al. Impactos das enchentes no setor lácteo do Rio Grande do Sul. 2024. Juiz de Fora: **Embrapa Gado de Leite**, 2024. 9 p. Disponível em:  
<https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/bitstream/doc/1167392/1/Impactos-das-enchentes-no-setor-lacteo-do-RS.pdf>

SOUZA, Nascione Ramos et al. Violência contra mulher parda e preta durante a pandemia: revisão de escopo. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 37, p. eAPE00682, 2024.

MINISTERIO DOS DIREITOS HUMANOS. **Cartilha auxilia mulheres no enfrentamento à violência.** 13 de maio, 2020. Disponível em: Cartilha auxilia mulheres no enfrentamento à violência — Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania ([www.gov.br](http://www.gov.br))