

UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
FACULDADE DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Felipe Almeida Dias Mendes

A relação entre violência contra a mulher e a prática de defesa pessoal: explorando o universo do Krav Maga

Juiz de Fora
2020

Felipe Almeida Dias Mendes

A relação entre violência contra a mulher e a prática de defesa pessoal: explorando o universo do Krav Maga

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Psicologia, da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Psicologia. Área de concentração: Processos Psicossociais em Saúde.

Orientador: Prof. Dr. Lelio Moura Lourenço

Juiz de Fora
2020

Ficha catalográfica elaborada através do programa de geração automática da Biblioteca Universitária da UFJF, com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Mendes, Felipe Almeida Dias.

A relação entre violência contra a mulher e a prática de defesa pessoal : explorando o universo do Krav Maga / Felipe Almeida Dias Mendes. -- 2020.

85 p.

Orientador: Lelio Moura Lourenço

Dissertação (mestrado acadêmico) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Instituto de Ciências Humanas. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, 2020.

1. Violência. 2. Mulher. 3. Defesa Pessoal. 4. Krav Maga. I. Lourenço, Lelio Moura, orient. II. Título.

Felipe Almeida Dias Mendes

A relação entre violência contra a mulher e a prática de defesa pessoal: explorando o universo do Krav Maga

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Psicologia, da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Psicologia. Área de concentração: Processos Psicossociais em Saúde.

Aprovada em 15 de Dezembro de 2020.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Lelio Moura Lourenço - Orientador
Universidade Federal de Juiz de Fora

Prof. Dr. Paulo Cesar Pontes Fraga
Universidade Federal de Juiz de Fora

Profa. Dra. Maria Beatriz Ferreira Leite de Oliveira Pereira
Universidade Minho

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais por todo o esforço investido na minha educação.

Aos meus amigos e colegas que sempre estiveram ao meu lado durante o meu percurso acadêmico.

A Andressa Quirino, seu esforço e paciência durante o projeto foi fundamental, assim como sua dedicação que fez grande diferença no resultado final deste trabalho.

À Federação Sul Americana de Krav Maga, em especial ao instrutor Daniel Dellias, que proporcionou os meios para que este projeto saísse do papel.

Ao meu professor e orientador Lelio Lourenço, sou grato pela confiança depositada na minha proposta de projeto e também pela paciência e instrução durante todo o processo.

À FAPEMIG, pela bolsa de estudos concedida.

E, principalmente, às mulheres que aceitaram participar desta pesquisa e compartilharam suas vivências e histórias. A confiança em mim depositada foi muito importante e espero levar o aprendizado que tive ao ouvi-las para mais pessoas e assim buscar e lutar contra as ameaças que rodeiam todas vocês mulheres.

Do. Or do not. There is no try.

Yoda

RESUMO

Introdução: A violência contra a mulher se apresenta em diversas formas e pode levar a vítima a questionar o seu valor, o controle de sua própria vida ou levá-la ao óbito. A prática de defesa pessoal, especificamente o Krav Maga, tem como principal propósito evitar ou interromper a investida do agressor com técnicas que podem ajudar a vítima a preservar sua vida ou mesmo adquirir autocontrole essencial para situações de violência verbal, onde a intenção é de não se iniciar um confronto físico. O presente trabalho se propõe identificar e analisar a percepção das mulheres da cidade de Juiz de Fora-MG praticantes de Krav Maga, em relação à violência contra a mulher e a modalidade praticada em si, entendendo quais fatores psicossociais levaram estas mulheres, violentadas ou amedrontadas a praticarem e quais mudanças são geradas pela vivência. Participaram deste estudo 21 (vinte e uma) mulheres que responderam a uma entrevista semi-estruturada, com o cunho qualitativo e exploratório, os dados foram transcritos e analisados pela análise de conteúdo proposta por Bardin. Os resultados manifestados indicam que as entrevistadas reconhecem mais a violência física e psicológica, relatando terem mais medo de sofrer a violência física e/ou sexual, e em sua maioria apontaram já terem sofrido a violência psicológica e física no decorrer da vida. A partir da prática do Krav Maga, estas mulheres alegaram apresentar aumento de autoestima e autoeficácia, além de desenvolver seu condicionamento físico e confiança. Com o intuito de conseguirem lidar com situações que precisariam se defender, principalmente fisicamente, elas declararam que as técnicas de Krav Maga forneceram uma maior independência e segurança para enfrentar as estruturas sociais e culturais que limitam, diminuem, não somente a elas, como também tantas outras mulheres todos os dias.

Palavras-chave: Violência. Mulher. Defesa Pessoal. Krav Maga.

ABSTRACT

Introduction: Violence against women comes in many forms and can lead the victim to question her value, the control of its own life or lead to death. The practice of self-defense, specifically Krav Maga, has the main purpose to avoid or to interrupt the attack from the aggressor with techniques that can help the victim to preserve his life or even acquire essential self-control for situations of verbal violence, where the intention is not to begin a physical confrontation. This work aims to identify and analyze the perception of women in the city of Juiz de Fora-MG who practice Krav Maga, in relation to violence against women and the modality practiced itself, understanding what psychosocial factors led these women, who were raped or frightened to practice and what changes are generated by the experience. Twenty-one (21) women participated in this study who responded to a semi-structured interview, with a qualitative and exploratory nature, the data were transcribed and analyzed by the content analysis proposed by Bardin. The results shown indicate that the interviewees recognize more physical and psychological violence, reporting that they are more afraid of suffering physical and / or sexual violence, and most of them pointed out that they have already suffered psychological and physical violence during their lives. From the practice of Krav Maga, these women claimed to have increased self-esteem and self-efficacy, in addition to developing their physical conditioning and confidence. In order to be able to deal with situations that would need to defend themselves, mainly physically, they declared that Krav Maga's techniques provided greater independence and security to face the social and cultural structures that limit, diminish, not only them, but also so many other women every day.

Keywords: Violence. Woman. Self-defense. Krav Maga.

LISTA DE ABREVIACÕES E SIGLAS

AAA	Avaliar, Reconhecer, Agir
CVLI	Crimes Violentos Letais Intencionais
DST	Doença Sexualmente Transmissível
EUA	Estados Unidos da América
FBSP	Fórum Brasileiro de Segurança Pública
FSAKM	Federação Sul Americana de Krav Maga
LGBT	Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transsexuais
LGBTI+	Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transsexuais, Intersexuais
MG	Minas Gerais
OMS	Organização Mundial da Saúde
SAS/MS	Secretaria de Atenção à Saúde/Ministério da Saúde
SINAN	Sistema de Informação de Agravos de Notificação
SUS	Sistema Único de Saúde
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
WHO	World Health Organization

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	10
1.1	VIOLÊNCIA	10
1.2	TIPOS DE VIOLÊNCIA	11
1.3	CONTEXTUALIZAÇÃO DA VIOLÊNCIA NA REALIDADE BRASILEIRA	16
1.4	SEQUELAS E CONSEQUÊNCIAS	19
1.5	LUTA E DEFESA PESSOAL	22
1.6	ESTUDOS INTERNACIONAIS	26
2	OBJETIVOS	29
3	MÉTODO	30
3.1	PARTICIPANTES	31
3.2	PROCEDIMENTO	31
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	32
4.1	CONTEXTUALIZAÇÃO	32
4.2	ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA	33
4.2.1	Pergunta 1 - “No seu entendimento o que é violência? Dê exemplos.”	34
4.2.2	Pergunta 2 - “Dos diferentes tipos de violência, qual você tem mais medo de sofrer?”	37
4.2.3	Pergunta 3 - “Você conhece alguma mulher que já sofreu violência? De qual tipo?”	40
4.2.4	Pergunta 4 - “Você já sofreu violência? De qual tipo?”	42
4.2.5	Pergunta 5 - “Você diria que possui sequelas/consequências por ter sofrido essa violência? De que tipo?”	46
4.2.6	Pergunta 6 - “O que você entende como defesa pessoal?”	48
4.2.7	Pergunta 7 - “O que te levou a praticar defesa pessoal, Krav Maga? E o que te motiva continuar praticando?”	52
4.2.8	Pergunta 8 - “A prática de Krav Maga mudou algo na sua vida? Seja fatores físicos ou psicológicos/emocionais.”	57
4.2.9	Pergunta 9 - “Você indicaria ou indicou a prática de defesa pessoal para alguém? Porquê?”	59
4.2.10	Pergunta 10 - “Você poderia compartilhar alguma vivência em que o uso ou o conhecimento de defesa pessoal fez diferença na sua vida?”	61
4.2.11	Pergunta 11 - “Qual a relação que você enxerga entre a violência contra a	

	mulher e a defesa pessoal?”63
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS65
	REFERÊNCIAS69
	APÊNDICE A - Questionário de Dados Demográficos79
	APÊNDICE B - Entrevista Semi-estruturada80

1 INTRODUÇÃO

1.1 VIOLÊNCIA

O conceito, em si, não é tema de uma área só, a violência afeta de diversas formas e intensidades, de lesões físicas como ferimentos, ossos partidos ou a morte, ou sofrimento emocionais e psicológicos, medos, traumas ou mesmo síndrome do pânico (BAPTISTA, 2020; FREITAS; FARINELLI, 2016; MAGALHÃES, 2017; MORAIS; OLIVEIRA, 2019; MOTA; SILVA, 2019; NUNES *et al.*, 2017; VIEIRA, 2019; WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO], 2012). Para compreender o conceito e impacto da violência sobre a saúde, é preciso primeiramente detalhar o conceito e seus traços. Entender o conjunto dos problemas que relacionam saúde, condições, situações e estilo de vida que geram a violência é fundamental para compreender a discussão por trás desse trabalho. No dia três de outubro de 2002 a Organização Mundial de Saúde (OMS) lançou o primeiro Relatório Mundial sobre Violência e Saúde, documento esse que declara a violência como um dos principais problemas mundiais de saúde pública e é definida como:

o uso intencional da força física ou do poder, real ou em ameaça, contra si próprio, contra outra pessoa, ou contra um grupo ou uma comunidade, que resulte ou tenha grande possibilidade de resultar em lesão, morte, dano psicológico, deficiência de desenvolvimento ou privação. (Krug *et al.*, 2002, p. 5).

Retratando complexidade polissêmica e controversa da conceituação do fenômeno, antes mesmo da afirmação da OMS o Ministério da Saúde do Brasil já havia proclamado, sua interpretação do conceito, oficialmente a Portaria MS/GM n. 737 de 16/5/2001, Política Nacional de Redução da Morbimortalidade por Acidentes e Violências. Introduzindo uma interpretação próxima ao da OMS, afirmando que violência se enquadra como ações ou omissões humanas e de condicionantes técnicos e sociais, evento representado por ações realizadas por indivíduos, grupos, classes, nações, que ocasionam danos físicos, emocionais, morais e ou espirituais a si próprio ou a outros (BRASIL, 2001). A análise situacional deste documento nacional, embora discuta números que dizem respeito ao país como um todo, apresenta separadamente detalhes de as várias manifestações do tema (agressão física, abuso sexual, violência psicológica, violência interpessoal, institucional, no trabalho, estrutural, cultural, criminal, entre outros). Assim como, considera diferentes parâmetros de como a

violência atinge, distintamente, homens e mulheres e nas diversas faixas etárias e realidade socioeconômica.

No período de 2001 a 2006, o Ministério da Saúde apresentou diversas e fundamentais legitimações na Política Nacional de Redução da Morbimortalidade por Acidentes e Violências. É possível citar alguns documentos de estrutura da ação ministerial e do SUS, que foram formulados e legitimados, trazendo-se a integração do tema a realidade nacional. Começando pela Portaria GM/MS 1.968/2001, esta que passa a considerar obrigatória a notificação pelos profissionais de saúde das situações de suspeita ou confirmação de maus-tratos contra crianças e adolescentes. As Portarias SAS/MS 969 e 970/2002 disponibilizam uma nova ficha de registro de entrada de pacientes no SUS, com a intenção de captar, com melhor qualidade, ocorrências advindas dos acidentes ou violências. Assim como o Sistema de Informações em Saúde para Acidentes e Violência que auxilia, ao aproximar os profissionais dos pacientes, a conseguir identificar os casos e para diferenciar acidentes de violência. Com estes documentos, fica claro que se dá início a um processo crescente de tomada de consciência sobre o problema, deixando aberturas para novas inserções ao tema e combate à violência.

1.2 TIPOS DE VIOLÊNCIA

Primordialmente é preciso dissecar o conceito em suas representações de indivíduo para indivíduo, começando com a categorização e distinção entre: a violência auto infligida, a violência infligida por outro e a violência infligida por grupos (KRUG *et al.*, 2002). Só esta distinção já abriria o leque de questões a serem debatidas sobre as diferenciações e efeitos, entretanto o presente trabalho irá focar na violência causada por outros, terceiros, por um ou mais indivíduos e as formas como elas afetam quem sofre. Sendo que, os conceitos aqui trabalhados estão sobretudo embasados na Lei Maria da Penha, Lei nº 11.340/06 (BRASIL, 2006), criada como um mecanismo de coibir e prevenir a ocorrência da violência doméstica e familiar contra a mulher, estabelecendo medidas de assistência e proteção às mulheres em situação de violência. Para os efeitos desta Lei, configura violência contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial (BRASIL, 2001; BRASIL, 2006; MINAYO, 2013).

Logo, descrevendo a princípio a mais perceptível, a violência física é entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal, através da utilização da força

física. Seja através de tapas, socos, chutes, empurrões ou a utilização de algum artefato com o objetivo de impor-se pelo uso da força física, oprimindo, ferindo ou causando qualquer tipo de dano físico, incapacidades, lesões ou traumas a outra pessoa (BRASIL, 2001; BRASIL, 2006).

A violência moral é considerada qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria, acusando ou denegrindo com ou sem fundamento lógico ou moral. Atribuindo a outrem, falsamente, algo imoral ou reprovável, imputando, de maneira ofensiva, fatos que atentam contra a honra e a reputação desse indivíduo, com a intenção de torná-lo passível de descrédito socialmente (BRASIL, 2006).

Enquanto a violência patrimonial é 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 pessoais, sejam elas de lazer ou dever (BRASIL, 2006).

Já a violência psicológica, por ser mais subjetiva que as anteriores citadas, é de maior dificuldade de identificação, pois 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 (BRASIL, 2006). Apesar de não deixar marcas físicas evidentes, a violência psicológica é também uma grave violação dos direitos humanos, das mulheres, que produz reflexos diretos na sua saúde mental e física (BRASIL, 2006). Advindas de agressões verbais ou gestuais, a violência psicológica é proferida na busca de aterrorizar, rejeitar, humilhar, privar de liberdade ou isolar a vítima de um convívio social (MINAYO, 2013).

Ao passo que a violência sexual, por ser de certa forma também física em muitos casos, trata-se de qualquer conduta que constranja a presenciar, a manter ou a participar de relação sexual não desejada mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força (BRASIL, 2006). A lei também considera qualquer ato sexual ou tentativa de obtenção de ato sexual por violência ou coerção, comentários ou investidas sexuais indesejados, atividades como o tráfico humano ou diretamente contra a sexualidade de uma pessoa, independentemente da relação com a vítima. Ademais, o ato ou jogo presente na relação que almeja estimular a vítima ou fazer uso desta para conseguir excitação sexual nas práticas sexuais, eróticas e pornográficas de maneira imposta, também se caracteriza como violência sexual, de acordo com Minayo (2013).

Apesar de todo o avanço ao longo da história com relação aos direitos das mulheres, tendo como exemplo a citada Lei Maria da Penha, que prevê que a violência refere-se ao dano ou tentativa de dano causado à integridade física, psicológica ou patrimonial de uma pessoa, uma mulher, dentro de um relacionamento familiar ou social, muitas delas ainda tem medo de denunciar. Seja por vergonha, por receio do descrédito ou até mesmo porque são dependentes financeiramente ou emocionalmente do parceiro (COSTA *et al.*, 2015; JONG *et al.*, 2008; V. MOREIRA *et al.*, 2011; NARVAZ; KOLLER, 2006). Por isso trabalhos como estes buscam, antes de qualquer coisa, dar expressão tanto da temática quanto das consequências da violência para que, as mulheres que precisam antes de mais nada, conheçam os seus direitos para poder, assim, distinguir o que é crime e, deste modo, exigir o cumprimento dos seus direitos. É necessário promover a educação de toda a população neste sentido, para que a mulher pare de ser considerada apenas como vítima, e passe a ser vista como o que realmente é: indivíduo de direitos. Pois existem diversas formas de violentar alguém, assim como existem diversas relações sociais envolvidas em um ato de violência contra a mulher.

Para atender a complexidade que reveste as relações de violência contra mulher, outro conceito torna-se necessário ser citado, o de violência de gênero, que rege e contribui para a compreensão das outras formas de violência, posteriormente descritas. Considerando as assimetrias de poder relativas a gênero, está implícito que a violência dessa concepção tem condições e distâncias sociais marcantes, o contexto contemporâneo, reforça as desigualdades oriundas, também, de outras questões sociais, como financeira, racial, entre outras, contribuindo para propagação de atos violentos contra grupos específicos. Gênero não é uma aspecto restrito, nem deve ser colocado como tal, mas sim se intersecciona com outras multiplicidades atravessadas por relações de poder, sejam elas de classe, raça ou cultura (ARAÚJO, 2008; GIFFIN, 1994). O conceito de gênero está colado ao de sexualidade, o que promove uma imensa dificuldade de compreensão por parte do senso comum, ao separar a problemática da identidade de gênero e a sexualidade, esta está marcada pela escolha do objeto de desejo. Identidade de gênero ou gênero é a experiência subjetiva de uma pessoa a respeito de si mesma e das relações dessa pessoa com os outros gêneros de seu espaço social. É um modo como alguém se apresenta no meio social. Não depende dos genitais e da aparência física, também não se limita simplesmente a mulher e homem, pois há inúmeros gêneros não-binários (GROSSI, 1998). Logo a violência de gênero é específica e permeada por construtos sociais que segregam através da disseminação de ódio e preconceito contra grupos, gêneros, vistos com maus olhos por aquela sociedade.

Ao tornar público a abordagem e discussão sobre conflitos e violência em relação as mulheres, o movimento feminista questionou o resultante da estrutura de dominação vigente (S. D. N. T. MOREIRA *et al.*, 2008; OKABE; FONSECA, 2009; SAFFIOTI; ALMEIDA, 1995). Tal crítica não fazia parte da sociedade como um todo ou mesmo das práticas jurídicas e judiciárias, quanto mais no enfrentamento de crimes com caráter, implícitos, discriminatórios. Até que a promulgação, em 2006, da Lei n. 11.34, "Maria da Penha" (BRASIL, 2006). A discrepância de poder incurta nas questões de gênero, ainda que esteja sugerida na Constituição e no delineamento dessa lei, encontra ainda diversas e enormes resistências na prática. A definição internacional da violência contra as mulheres como violação dos direitos humanos desencadeou um processo de profunda transformação social. Assim partir de 1990, com o desenvolvimento dos estudos de gênero, alguns autores passaram a utilizar "violência de gênero" como um conceito mais amplo que "violência contra a mulher" (SAFFIOTI, 2001; SAFFIOTI; ALMEIDA, 1995), distanciando um pouco mais as discussões e propostas para ambas questões. O conceito abrange não apenas as mulheres, mas também crianças e adolescentes, ou mesmo homens.

Assim sendo, aprofundando nos conceitos e variações dos tipos de violência, para a violência contra a mulher no âmbito familiar, observa-se o uso do termo violência doméstica na própria Lei Maria da Penha (BRASIL, 2006), entretanto, antes mesmo da lei, Azevedo e Guerra (1995) já discutiam o termo e uso do mesmo. Para os autores esta forma de violência não corresponde, necessariamente, ao espaço de convívio e enfatizam as relações familiares abusivas como aspecto principal, diferente da definição da Lei Maria da Penha, que utiliza "doméstico" para se referir à ocorrência da violência no espaço de convívio, existindo ou não vínculo familiar. O que leva a definição utilizada pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2002) sobre o tema da violência intrafamiliar, em que há a união desses conceitos:

A violência intrafamiliar é toda ação ou omissão que prejudique o bem-estar, a integridade física, psicológica ou a liberdade e o direito ao pleno desenvolvimento de outro membro da família. Pode ser cometida dentro ou fora de casa por algum membro da família, incluindo pessoas que passam a assumir função parental, ainda que sem laços de consanguinidade, e em relação de poder à outra. O conceito de violência intrafamiliar não se refere apenas ao espaço físico onde a violência ocorre, mas também as relações em que se constrói e efetua. A violência doméstica distingue-se da violência intrafamiliar por incluir outros membros do grupo, sem função parental, que convivam no espaço doméstico. Incluem-se aí empregados (as), pessoas que convivem esporadicamente, agregados (BRASIL, 2002, p. 15).

Próximo a este conceito existe a violência entre parceiros íntimos, a qual se refere a qualquer comportamento inserido num relacionamento íntimo, seja ele homossexual ou heterossexual, que cause prejuízos físicos, psicológicos ou sexuais para os envolvidos na relação (KRUG *et al.*, 2002). Vale ressaltar que o agressor pode estar, ou não mais, mantendo relação íntima com a vítima. Na literatura são enumerados diversos fatores que podem contribuir para a manifestação de eventos como este, destaca-se: uso de álcool e drogas; histórico de violência familiar na infância e na adolescência; dependência financeira; baixa escolaridade; baixa autoestima; distúrbios de personalidade e redes de prevenção/proteção deficitárias (ANACLETO *et al.*, 2009; CORTEZ *et al.*, 2005; GADONI-COSTA *et al.*, 2011; KRUG *et al.*, 2002).

As mulheres, por sua vez, vítimas de violência por parceiro íntimo, apresentam danos físicos, sexuais ou psicológicos, decorrentes de diversos determinantes, assim como comentam Lourenço e Costa (2020), que apontam os cuidados com a saúde como fundamentais para manutenção da ordem psíquica, sejam questões psicossomáticas, emocionais e/ou de autoestima. Outrossim a presença do uso de álcool pelo agressor na violência contra a mulher entre parceiros íntimos foi apontado no estudo de Zaleski *et al.* (2010) como sendo quatro vezes mais frequente nos homens, o que deixa em vista a sua relação com a perpetração da violência e a maior possibilidade desta ocorrer contra a mulher. Além do álcool, o uso de drogas e o ciúmes são apontados por M. S. Souza *et al.* (2017) como sendo categóricos geradores de casos de violência.

Enquadrando agora, questões para além do âmbito familiar/doméstico, é discutido e considerado a violência no trabalho, tanto de caráter físico quanto de caráter psicológico, como: sabotar, assediar, lesionar, danificar, oprimir, excluir, constranger, estuprar, assassinar, entre outros (CÂMARA LEGISLATIVA DO DISTRITO FEDERAL, 2008). Assim como, definida por Di Martino *et al.* (2003), sendo expressa desde discriminação religiosa, raça ou sexo, deficiência ou diferença, de maneira que possa ser proferida por pessoas tanto fora do ambiente de trabalho quanto de dentro deste, prejudicando o rendimento na sua função, como seu psicológico. Semelhante, R. P. D. Oliveira e Nunes (2008) abordam o conceito de violência no trabalho sendo:

toda ação voluntária de um indivíduo ou grupo contra outro indivíduo ou grupo que venha a causar danos físicos ou psicológicos, ocorrida no ambiente de trabalho, ou que envolva relações estabelecidas no trabalho ou atividade concernentes ao trabalho [...], toda forma de privação e infração de princípios fundamentais e direitos trabalhistas e previdenciários; a negligência em relação às condições de trabalho; e a omissão de cuidados,

socorro e solidariedade diante de algum infortúnio, caracterizados pela naturalização da morte e do adoecimento relacionados ao trabalho (p. 9).

A continuidade destas formas de violência se faz como resultado de uma situação coletiva, não apenas individual (agressor-vítima), pelo fato de acontecer durante o expediente, onde existem múltiplas relações sociais trançadas entre si diariamente (CÂMARA LEGISLATIVA DO DISTRITO FEDERAL, 2008). Essa situação de violência acarreta malefícios para a vítima, como estresse e danos à saúde, redução da satisfação com o trabalho, reações de medo e desconfiança, ansiedade, depressão, falta de iniciativa, redução da autoconfiança, insegurança, entre outras repercussões frequentemente identificadas como no trabalho de Soares (2006).

Ponderando de uma forma, ainda mais, macro e social possível, existe a violência urbana, constatada como sendo a violência infligida por outra pessoa ou pequeno grupo de pessoas, comumente, com sua ocorrência em local urbano, ou seja, fora de casa, entre pessoas que não possuem parentesco, com possibilidade de conhecerem uma a outra ou serem estranhos (S. H. D. CRUZ *et al.*, 2011). Sua definição, a aproximando da criminalização é colocada por J. M. Cruz (1999) como recorrente na literatura, que a conceitua como a violência desempenhada na coexistência urbana permeada por suas relações e dinamismo sociais, sendo o roubo à mão armada, agressões, sequestros e homicídios suas expressões mais habituais.

Para além de crimes contra o patrimônio, como roubo, Adorno (2002) aponta outras possibilidades: homicídios dolosos, organizações criminosas, violações de direitos humanos. Todas explosões de conflitos nas relações intersubjetivas com possibilidade de levar a desfechos fatais, de modo a colaborar para o crescimento da criminalidade violenta, assim como indica o aumento do uso de armas de fogo tendo como resultado a consumação da morte. Decorrente dessa realidade, o aumento da violência nas cidades não apenas leva a danos físicos e índices de mortalidades, possíveis de discutir se são evitáveis, mas também de morbidades de toda ordem, incluindo da esfera mental, como aponta F. M. D. Souza *et al.* (2011), apesar de estabelecerem uma relação causal entre violência e saúde mental.

1.3 CONTEXTUALIZAÇÃO DA VIOLÊNCIA NA REALIDADE BRASILEIRA

No cenário brasileiro, há muito a violência esteve presente, entretanto, um destaque deve ser dado aos estudos e estatísticas nacionais para que esta realidade seja melhor compreendida. O 13º Anuário Brasileiro de Violência (FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA [FBSP], 2019) apresentou um aumento na taxa de homicídios no ano de 2016 de 7,6% em comparação ao ano anterior, havendo desigualdade presente entre os estados, com aumento na taxa de homicídios nos estados do Amapá, Ceará, Pará, Sergipe e Roraima e uma diminuição nos estados de São Paulo, Paraná e Mato Grosso do Sul. O Atlas da Violência (CERQUEIRA *et al.*, 2019) vai ao encontro desses dados ao apresentar outro aumento entre os anos de 2016 e 2017 de 4,2% na taxa de homicídios ocorridos, apontando os estados do Acre, Pará, Ceará, Rio Grande do Norte, Pernambuco, Sergipe e Alagoas como aqueles que possuíram uma maior taxa de homicídios no ano de 2017.

O número de policiais vítimas de Crimes Violentos Letais Intencionais (CVLI) estando em serviço ou fora dele, decresceu (386, 383, 343, respectivamente) nos últimos três anos (2016, 2017 e 2018) de registros apresentados pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública – FBSP (2019). Por sua vez, mortes decorrentes de intervenções policiais em relação às mortes violentas intencionais teve um aumento entre os anos de 2017 e 2018, passando de 1.821 para 1.907, respectivamente. Roubo e furto de veículos, por sua vez, apresentaram uma queda entre os anos de 2017 e 2018, passando de 551.163 para 490.956. Interessante salientar que os altos níveis de criminalidade violenta presentes no Brasil incentivou a criação de programas na tentativa de diminuição de homicídios dolosos, como a criação do “Fica Vivo!”, programa do governo do Estado de Minas Gerais (B. F. A. SILVA *et al.*, 2018) implementado inicialmente na capital do estado, Belo Horizonte, conseguindo reduzir em 0,115 a média de homicídios, por ano, onde o programa atuou.

Apesar da existência de subnotificações dos casos, os índices da violência contra a população LGBTI+ apontam o Brasil como o país com maior nível de violência contra a população LGBTI+ no mundo, principalmente contra mulheres transexuais e travestis e homens trans (FBSP, 2019). O FBSP (2019) apresentou um aumento nos registros de casos no Brasil entre os anos de 2017 e 2018 de 1,3% quanto à lesão corporal dolosa (704, 713, respectivamente) e 10,1% quanto ao homicídio doloso (99, 109, respectivamente) contra a população LGBTI+. Semelhante, Cerqueira *et al.* (2019) apresentaram um crescimento de 127% do ano de 2016 para o 2017 no número de casos de homicídio contra a população LGBTI+. Continuamente, dados apresentados por W. V. F. Souza e Feliciano (2020) recolhidos pelo Grupo Gay da Bahia apontaram que 420 LGBTs foram vítimas de

lesbo-homo-bi-transfobia, sendo 76% desses casos homicídios, evidenciando que a cada 20 horas um LGBT é assassinado ou se suicida no Brasil.

De acordo com Cerqueira *et al.* (2019) ocorreram 618 mil homicídios no Brasil entre os anos de 2007 e 2017, sendo que 91,8% das vítimas eram homens e mais da metade do total de homicídios (53,9%) ocorridos na faixa etária entre 15 e 29 anos eram de homens e mulheres. No ano de 2017, 35.783 jovens foram assassinados no Brasil, representando um recorde nos últimos anos da taxa de 69,9 homicídios para cada 100 mil jovens no país. Este aumento no número de mortes de jovens no Brasil é discutido por Melo *et al.* (2017), que mencionam o aumento ocorrido nas últimas décadas e em como o contexto contribui para isto, com o Brasil sendo apresentado com uma elevada mortalidade de jovens por agressões.

C. B. F. Oliveira *et al.* (2018) comentam sobre o risco de 2,96 maior de adolescentes negros serem assassinados do que os brancos, correspondente a violência letal sofrida em municípios de população com mais de 100 mil habitantes, proporcionalmente, para cada homicídio de um indivíduo não negro no Brasil, 2,4 negros são assassinados. Em consonância, Cerqueira *et al.* (2019) apontam uma taxa de 43,1 homicídios por 100 mil negros, enquanto a taxa de não negros foi de 16,0 no ano de 2017. Assim, para cada um homicídio de não negro ocorrido no ano de 2017, aproximadamente, 2,7 negros foram mortos, sendo que neste ano 75,5% das vítimas de homicídio foram indivíduos negros.

Isto está em conformidade com o apontado pelo 13º Anuário Brasileiro de Segurança Pública (FBSP, 2019), que apresenta maior prevalência de casos com vítimas letais, sobre vítimas de feminicídio no Brasil entre os anos de 2017-2018, com mulheres negras representando 61% desta população. Em números absolutos, Cerqueira *et al.* (2019) apresentam dados semelhantes ao apresentarem em número absolutos o crescimento de 1,7% de homicídios de mulheres não negras, enquanto entre as mulheres negras o aumento foi de 60,5%. Ademais, os autores mostraram a ocorrência no aumento de 6,3% no número de homicídios de mulheres no Brasil no ano 2017 em comparação ao ano anterior, representando uma taxa de 4,7 mulheres assassinadas por grupo de 100 mil mulheres, tendo em conta a possibilidade de subnotificações.

Todos estes estudos, estatísticas e casos possuem uma coisa em comum - mulheres. Policiais, indivíduos do movimento LGBTI+, adolescentes e tantos outros grupos existentes no Brasil, possuem mulheres envolvidas e sofrendo por causa da violência. Os casos de violência sexual aflagidos a estas, por sua vez, aferidos pelo Sistema de Informação de Agravos de Notificação (SINAN) destaca que no estado de Santa Catarina entre os anos de 2008 e 2013 e analisados por Delziovo *et al.* (2018), apresentaram 1.230 casos notificados,

sendo 7,6% tendo a gravidez como consequência, além de apresentar chances de engravidar três vezes maior em mulheres com baixa escolaridade, assim como ser adolescente. C. A. B. Oliveira *et al.* (2019) busca, de forma semelhante, apresentar dados relativos da SINAN sobre a violência sofrida por mulheres no estado de Rondônia entre os anos de 2007 e 2015, com a maior porcentagem das vítimas (57,72%) mulheres jovens adultas e 63,80% do total se autodeclararam pretas ou pardas, tendo ainda o ensino fundamental como a maior porcentagem entre as mulheres. Segundo o FBSP (2019), a violência sexual sofrida pelas mulheres entre os anos de 2017 e 2018 teve um crescimento no número absoluto de casos, passando de 50.598 para 53.726, representando aumento, aproximadamente, 3,18% em todo o país. Apesar da criação de leis e programas, realização de convenções, delegacias especializadas e demais intervenções (AVELINO, BARBOSA, 2020; MARTINS, 2017) ainda é possível observar, por meio de estudos, anuários e relatórios (AVELINO; BARBOSA, 2020; CERQUEIRA *et al.* 2019; FBSP, 2019; MARTINS, 2017), o elevado índice de violência presente na sociedade brasileira, principalmente em relação às mulheres.

1.4 SEQUELAS E CONSEQUÊNCIAS

A violência contra a mulher, por ser um fenômeno que afeta a saúde do indivíduo, torna-se um problema de saúde pública. As vítimas que são frequentemente tratadas em hospitais ou prontos-socorros chegam debilitadas, com ferimentos graves, traumatizadas ou até mesmo em negação, evitando assumir a real razão de seus ferimentos, por vergonha ou medo, o que faz com que não lidem com a situação, retornem para as suas realidades e voltam a sofrer violência (BERNARDINO *et al.*, 2016). Estas instituições acabam ficando entre o abismo de reconhecer a violência sofrida por aquela mulher e qual atitude tomar perante os fatos sem ferir os direitos daquele indivíduo.

Inevitavelmente, algumas consequências e/ou sequelas podem decorrer dos diferentes tipos de violência que a mulher sofre, ou, ainda, está sofrendo, como a ocorrência de adoecimento, que se mostrou presente em todos os casos analisados por Magalhães (2017) em mulheres que sofreram violência doméstica. Agravos no aspecto da saúde como problemas relacionados a gastrite, sutura na perna, hipertensão, arritmia, intestino preso, diverticulite, enxaqueca, sequelas na audição, falta de apetite, diabetes. Todos são recorrentes ao se tratar do tema da violência contra a mulher, assim como marcas aparentes deixadas no corpo como hematomas, escoriações, luxações, lacerações, respostas inflamatórias e imunológicas, dores,

úlceras, mutilações fraturas e mesmo a paraplegia (MAGALHÃES, 2017; VIEIRA, 2019). Próximo a estas alterações fisiológicas estão as psicológicas, presentes em mulheres violentadas que apresentam insônia, pesadelos, perda de memória e apetite, sensação de vazio, falta de esperança, dificuldade de confiança nas pessoas, assim como medo, desânimo, isolamento (MOTA; SILVA, 2019; VIEIRA, 2019), com possibilidade de aspectos psíquicos mais graves como depressão, síndrome do pânico, crise nervosa, ansiedade, entre outros transtornos a serem desencadeados (MAGALHÃES, 2017; MOTA; SILVA, 2019).

Ademais, a gravidez, doenças sexualmente transmissível (DST) e gravidez interrompida podem ser consequências diretas advindas da violência sexual contra a mulher, citada como o tipo de violência com maior frequência nos casos expostos no estudo de Nunes *et al.* (2017). Além disto, dores pélvicas e problemas ginecológicos também se mostram decorrentes dessa violência (MORAIS; OLIVEIRA, 2019). Consequências no plano psicológico, como alguns citados anteriormente, são habituais nas vítimas de violência sexual e influenciam na sua forma de reagir após terem sofrido a agressão (Mota & Silva, 2019; Vieira, 2019). Elas passam a ter sentimentos de culpa, angústia, vergonha, além de baixa autoestima, insegurança, sentimento de inferioridade, auto imagem negativa, bem como apresentam retraimento social e dificuldade para manter um relacionamento amoroso (FREITAS; FARINELLI, 2016). Baptista (2020), por sua vez, apresenta em seu estudo a violência patrimonial, em que o controle do parceiro sobre a mulher perpassa a vestimenta, a aparência, para além de atitudes e escolhas pessoas, para um controle de patrimônios que impede aquela mulher de conseguir próprio sustento e controle financeiro da própria vida, com limitações financeiras, desemprego, coerção econômica, o que resulta em uma dependência, por parte dela, ao parceiro.

As consequências apresentadas nos estudos de Baptista (2020), Freitas e Farinelli (2016), Magalhães (2017), Moraes e Oliveira (2019), Mota e Silva (2019), Nunes *et al.* (2017) e Vieira (2019) vão no mesmo sentido da divisão em categorias e consequências das violências sofrida pelas mulheres apresentada pela World Health Organization (WHO, 2012), que as organizou nas dimensões física, mental, comportamental e sexual e reprodutiva, em que pode-se citar dentre elas:

- Consequências físicas: hematomas, escoriações, queimaduras, mordidas, ossos ou dentes quebrados, fraturas, deficiências, lesões na cabeça, olhos, morte, entre outros;

- Consequências mentais: depressão, distúrbios do sono ou alimentação, distúrbios de estresse e ansiedade, autoagressão e tentativas de suicídio e baixa autoestima;
- Consequências comportamentais: grande variedade de parceiros sexuais, uso de álcool e substâncias, escolha de parceiros abusivos no futuro, entre outros;
- Consequências sexuais e reprodutiva: gravidez indesejada, aborto, contração de doenças sexualmente transmissíveis, sangramento vaginal ou infecções, relação sexual dolorosa, entre outros.

Todavia normalmente, a intervenção em saúde só se justifica e é efetuada quando suas consequências são percebidas como física, caso contrário, a queixa não é considerada parte das ações em saúde relacionada às instituições públicas - como hospitais, postos de saúde - e as consequências são referidas a outra ordem, do social e/ou do psicológico, desqualificando-as para uma intervenção médica. Diante disto, Brandão *et al.* (2019), Gomes *et al.* (2012) e Sehnem *et al.* (2019) constatam que, muitas vezes, na prática clínica, a conduta dos profissionais de saúde é do não acolhimento às necessidades da pessoa violentada, restringindo suas ações a encaminhamentos, o que também nem sempre resulta em uma resposta adequada às demandas destas mulheres.

Está claro a dificuldade em propiciar uma atenção adequada e ampliada em diferentes dimensões pelos profissionais da saúde às mulheres vítimas de violência, assim como o despreparo para a identificação de uma situação de violência e para o atendimento destas (GOMES *et al.*, 2012). A procura constante por lesões aparentes, advém de falhas ainda não resolvidas que existem nos projetos pedagógicos dos cursos de graduação na área de ciências da saúde, em que, muita das vezes, não possuem reflexões abrangentes sobre o tema violência, nem treinamentos desenvolvidos para compreender e trabalhar com o tema (BRANDÃO *et al.*, 2019; GOMES *et al.*, 2012). Como Brandão *et al.* (2019) discute, o preparo destes profissionais de saúde deveria estar no enfrentamento da violência focando na prevenção, ao em vez de, apenas, no tratamento das suas consequências, com um olhar centrado na patologia. Sendo necessário no currículo de formação mais discussões de temáticas indispensáveis, como direitos humanos, ética e moral, para que haja um atendimento humanizado e integral.

Não obstante estudos como o de Minayo (1994), ainda na sua época, chegou a identificar possíveis mudanças no perfil de identificação de violência. Onde antes tradicionalmente os esforços eram de atender os efeitos da violência física, da reparação dos traumas e lesões, nos dias atuais são utilizadas abordagens que incluem aspectos psicossociais

no tratamento dos impactos sobre as vítimas (ARBOIT *et al.*, 2017; PEDROSA; PINK, 2011; SEHNEM *et al.*, 2019). De acordo com os próprios autores, tanto a frequência com que isto ocorre e a eficácia deste serviço são questionáveis. A possibilidade de visitas domiciliares para a ampliação do atendimento a estas mulheres vítimas de violência existe, entretanto nas falas de profissionais de saúde é identificado o não prosseguimento deste cuidado, como destacam Arboit *et al.* (2017) e Sehnem *et al.* (2019) uma vez que há dificuldades para conseguir a integração de múltiplas áreas do conhecimento e o diálogo com diferentes setores. Sem a integração necessária entre os serviços de atenção a estas mulheres, fica inviável uma estruturação eficiente desta rede. Ademais, a realização do atendimento da queixa principal, sendo esta lesão ou machucado causado pela violência sofrida, é pontuada por Pedrosa e Pink (2011) como sendo mais importante e geradora de problemas caso não atendida do que a real fonte do problema, a violência sofrida, por não ser a queixa principal.

Por consequência, também é fundamental a adoção de medidas protetivas em todas as camadas da sociedade, sejam elas pessoais ou institucionais relacionadas, pois, apesar de haver proteções legais internacionais e nacionais, a mulher ainda se encontra em uma posição de vulnerabilidade social e acaba vivendo uma dupla violência: aquela resultante do ato violento em si e a da invasão de sua privacidade pela exposição do ato sofrido. A busca pelo apoio das famílias, antes mesmo ao da instituição, é apontada como uma das primeiras estratégias de auto proteção, a fim de evitar outra humilhação, uma vez que os membros da família ajudam uns aos outros (SANTI *et al.*, 2010; SWAN; SNOW, 2006). No entanto, muitas vezes, os próprios conselhos dados por familiares podem ser interpretados de maneira que venha ferir ou piorar o sofrimento já instalado pela situação em si. Os autores realçam a possibilidade de que isto constitui-se em um agravante, identificando, assim, uma desarticulação entre as expectativas destas mulheres e suas realidades.

Todavia, existem limitações e necessidades das próprias vítimas que vão além do que famílias, projetos e instituições podem oferecer. A quebra da autoconfiança e autoestima, somado a anos de opressão e/ou agressão deixam a vítima em um estado de indefesa e inferioridade, que é preciso ser combatido para retomar o controle da própria vida (GUTHRIE, 1997). Por tratar-se de degradação verbal e/ou física das vítimas, em várias situações, seria preciso um trabalho voltado para o autocontrole emocional e corporal, com o objetivo de obtenção de controle de temperamento, controle motor e pensamentos intrusivos de raiva, fatores estes possíveis de serem adquiridos ao praticar uma luta (THOMPSON, 2014).

1.5 LUTA E DEFESA PESSOAL

O termo “luta” envolve o contexto dos embates físicos/corporais com intenção de subjugar a partir de conflitos interpessoais e, invariavelmente, por motivos humanos contraditórios e ambíguos (CORREIA, 2015). É preciso desafiar as ideias, conceitos e representações que emanam preconceito e uma concepção de que lutar é algo ruim e perigoso. De modo que, alguns autores comentam em sua literatura (MOCARZEL, 2011; A. L. C. OLIVEIRA, 2017; UENO; SOUZA, 2014) sobre uma visão das lutas associadas pelo senso comum a algo agressivo ou mesmo violento. Para elucidar este desarranjo conceitual, cito Lourenço *et al.* (2007) que indicam que “agressividade” e “violência” se diferem como sinônimos. Pois o primeiro termo se refere a diferentes tipos comportamentais, realizados de modo passivo ou ativo, motor ou verbal, deferindo dano e prejuízo de forma direta ou indireta a alguém. A agressividade faz jus a um comportamento reativo, visto como mais enfático em uma determinada situação, causando detrimento, possivelmente, sem intencionalidade. Já a violência, retomando o conceito da OMS (KRUG *et al.*, 2002), é considerada como o uso da força física ou poder contra uma pessoa, grupo ou comunidade trazendo como possibilidade ou desfecho lesões, morte, dano psicológico, prejuízo no desenvolvimento físico ou privação. Desta forma, a violência é percebida como um fenômeno intencional que almeja o alcance danoso de outrem, se distanciando da agressividade associada à reatividade, fatores estes que não necessariamente se eliminam. A proximidade entre estes dois conceitos, faz como que seja necessário pontuar que, uma vez que as lutas possam, ocasionalmente, ter relação direta com a agressividade, estas em seus conceitos fundamentais não tem a intenção de causar dano ao outro como na violência (A. L. C. OLIVEIRA, 2017). Esta percepção de associar luta a violência é discutida por Mocarzel (2011), que aponta a fuga do ideário de violência do pensamento filosófico oriental, utilizado nas artes marciais, ao possuir e haver uma diferenciação conceitual entre “marciais” e “bélico”. Desta forma, as lutas orientais tem sua base estruturada em filosofias pregadoras de harmonia, saúde, qualidade de vida e paz para os praticantes, se afastando da ligação com o termo violência.

É importante destacar que a percepção aqui discutida e analisada é definida como a construção e entendimento do mundo social por meio das informações e processos obtidos através dos sentidos. Michener *et al.* (2005) apresentam o conceito como algo que influencia a forma como as pessoas atentam e definem os objetos e demais sujeitos que fazem parte do seu ambiente social. É válido destacar que a maneira como percebemos pessoas e coisas é

diferente, sendo que, no primeiro há a incumbência de intenção, ou seja, um movimento dual e recíproco, já que indivíduos podem perceber e serem percebidos, o que não acontece com coisas (RODRIGUES, ASSMAR, JABLONSKI, 2015). Diante do exposto, percebe-se que ao se estudar a percepção de deliberado grupo e fenômeno, pode-se assimilar e verificar diversos fatores cognitivos que influenciam as interpretações e escolhas em relação às suas experiências. Neste sentido, justifica-se a importância de se analisar a percepção, não só para a compreensão dos processos pelos quais os indivíduos influenciam uns aos outros ao formularem suas interpretações, mas também, buscar entender alternativas de enfrentamento ou de intervenções diante à problemática da violência (SENRA; LOURENÇO, 2015).

As distintas definições e percepções atribuídas às lutas, assim como mostra Gonçalves e Silva (2013), tem ampliado sua circulação e apropriação por diversas sociedades e culturas, gerando inúmeros questionamentos na esfera acadêmica, principalmente, internacional, seja em relação aos seus benefícios, a interpretação e sentido dado pelos praticantes sobre a modalidade vivenciada, sua relação com a sociedade e as transformações oriundas da prática. Práticas esta, como significação diversificadas, ganham cada vez mais espaço em academias de ginástica, clubes esportivos, escolas, entre outros ambientes, tornando-se suscetíveis a um complexo e indeterminado processo de transformação, o que possibilita a elas que se manifestem em diferentes contextos sociais. Passando assim por um aperfeiçoamento gradual, transmitindo e mudando de geração em geração ao adaptar às novas realidades e necessidades. E próximo a está discussão, Ueno e Souza (2014) discutem especificamente a esportivização das lutas, que apesar de ter como uma característica fundamental o desenvolvimento de técnicas para sobressair o adversário, assim como as Artes Marciais, são marcadas por princípios de não agressão e respeito ao outro.

Se defender é um conceito básico e diretamente ligado a outro termo, existe a “arte marcial” que faz referência às práticas corporais de sistemas ou técnicas diversas de combate situadas em diferentes contextos sociais, a partir da demanda e elaborações culturais locais (CORREIA; FRANCHINI, 2009). A palavra “arte” remete a uma demanda expressiva e criativa, com elementos a serem incluídos no processo de construção de certas manifestações antropológicas. Já o termo “marcial” faz alusões à dimensão conflituosa das relações humanas, de acordo com o dicionário Michaelis (MARCIAL, 2020) “que diz respeito à guerra; bélico, belicoso, márcio”, ou seja relacionado a guerras e conflitos armados. Assim, temos a inclusão contínua de elementos que ultrapassam a ideia de que o conhecimento de combate seja apenas voltado para o contexto militar. Sendo que, na verdade, a demanda histórica específica das lutas veio da criação e caracterização da pluralidade das suas

diferentes configurações sociais, formas de expressão, repertório técnico e organização cultural. Nesta perspectiva, as lutas e as artes marciais podem ser vistas como construções oriundas e inerentes ao patrimônio cultural dos povos. Podemos considerá-las como atividade de lazer, exercício (visando o aumento da aptidão física), defesa pessoal, prática esportiva, associadas a um determinado estilo de vida e orientadas por valores de sua época (GONÇALVES; SILVA, 2013). Por fim o conceito Luta, possui uma concepção que não se distancia das Artes Marciais ao ser considerada uma forma de manifestar a cultura corporal, possuindo práticas e habilidades construídas no decorrer da história para a sobrevivência e também, para recreações sociais (RUFINO; DARIDO, 2013).

Estas mesmas artes marciais deram origem às técnicas de defesa pessoal, específicas para garantir e assegurar a vida dos indivíduos que as praticam. Foram adaptadas para que as pessoas pudessem defender suas próprias vidas no cotidiano, como no caso da formulação do Krav Maga, objeto de estudo deste trabalho, um sistema de combate corpo a corpo desenvolvido em Israel, por Imi Lichtenfeld. Criado como uma alternativa para defender o quarteirão judeu durante o período de ativismo anti semita, em 1940 (LICHTENSTEIN, 2006), tem o ideal de encontrar um caminho que permitisse qualquer um exercer o direito de defender à própria vida, mesmo em um cenário violento. Assim, o Krav Maga é considerado como defesa pessoal e não uma arte marcial propriamente dita, pois não possui regras ou competições, mas, apenas a técnica visando à legítima defesa em situações de perigo real. Seu foco está em impedir que o ataque atinja o alvo, ou seja, o indivíduo, seu corpo, e, ao mesmo tempo, simplificar e aumentar a força dos movimentos para o contra-ataque, que ocorrerá de acordo com a necessidade e situação. Levando em conta que a defesa pessoal tem como objetivo a interrupção da investida do agressor, as técnicas aprendidas em aula ajudam a vítima a se defender de violência sexual ou física que venham a sofrer, ou para adquirir autocontrole, essencial em situações de violência verbal, onde o objetivo é de não se iniciar um confronto físico, mesmo quando sentimentos de raiva e fúria tomam conta dos pensamentos (LICHTENSTEIN, 2006).

Através do treinamento, a pessoa aprende a controlar melhor seu corpo e seus movimentos. O treinamento estimula a vontade de se superar, não só fisicamente, mas em todos os aspectos do ser humano, ao trabalhar principalmente o corpo. O Krav Maga não diz verdades ou estipula regras, ele estimula e busca a conquista da autoconfiança e autocontrole. Assim sendo, é um conhecimento que pode ser adquirido por qualquer pessoa, independente da sua idade, altura, peso ou gênero (LICHTENSTEIN, 2006). O que logo de início já contradiz o conjunto de pressupostos culturais que posicionam a agressividade e capacidade

de combater como marcadores primários da diferença entre sexos (feminino e masculino), alimentando a frequência e a facilidade com que se perpetua a ideia de que habilidades de combate são intrinsecamente masculinas. A compreensão cultural de que a violência dos homens e a vulnerabilidade das mulheres são inevitáveis, como fatores biológicos, distância as mulheres da prática de qualquer modalidade de luta ou defesa pessoal (ARIF, 2015).

As mulheres muitas vezes não se percebem como capazes de enfrentar fisicamente certos desafios, seja o de levantar um objeto mais pesado, ou de enfrentar a violência de alguém mais forte (COLLINS-DOGRUL; ULRICH 2018). Ao praticar defesa pessoal e não se sentir ameaçada, sobretudo fisicamente, a mulher passa a se sentir capaz e acreditar em si mesma, levando à superação pessoal, através da imposição de objetivos e transposição de barreiras. Além do aspecto do aumento de preparo físico, estas condições levam o aprendiz de defesa pessoal a uma vida mais saudável, física e mental (GUTHRIE, 1997). Adultos, adolescentes e crianças assimilam estes princípios com intensidade, passando a ser parte de sua própria natureza, motivando-os a lutar por seus objetivos, a persistir mesmo encontrando dificuldades e lhes dando equilíbrio diante das situações de perigo. Tudo isto os colocará em posição de autocontrole, emocional e físico, para assim se afastar da violência ou ter condições de se defender, se preciso for, criando assim, a união entre o conhecimento técnico e a capacidade mental (THOMPSON, 2014).

A defesa pessoal, principalmente para as mulheres, tem por objetivo a reprogramação do corpo, a mulher, independentemente de suas crenças (políticas, religiosas, sociais), treinará para absorver um novo “script” para o seu comportamento corporal. Em classes de defesa pessoal, as mulheres aprendem a decidir quando responder fisicamente, aprende que as inseguranças feminilidades que as impediam de responder a agressão devem ser deixadas de lado para dar lugar ao pensamento focado em sobreviver e se proteger (HOLLANDER, 2004). Com elas é desenvolvida uma nova autoimagem, uma nova compreensão do que um corpo feminino é capaz de fazer e assim superar preconceitos e estruturas sociais machistas que as prendiam e limitavam, tanto seus corpos quanto suas mentes. Desta forma, um esquema corporal feminino, construído socialmente, é suplantado por um esquema corporal de luta, ensinando as habilidades de que precisam para prevenir e responder à violência (LICHTENSTEIN, 2006; MCCAUGHEY, 1998; THOMPSON, 2014).

1.6 ESTUDOS INTERNACIONAIS

Classes como estas de defesa pessoal, estão sendo estimuladas e estudadas fora do Brasil, entre elas existe uma distinção quanto a sua atenção a duas dimensões relacionadas da experiência das mulheres (GIDYCH; DARDIS, 2014; HOLLANDER, 2004; LACHENAL, 2014; SENN, 2011; WELDE, 2003).

Primeiro, estes estudos apontam para o foco específico destas aulas que é aprender a lidar e prevenir a violência sexual contra mulheres, incluindo estupro e agressão, embora as lições aprendidas também possam ser aplicáveis a outros tipos de violência. Ademais, as habilidades físicas ensinadas são adequadas para o corpo das mulheres, ou seja, elas tendem a utilizar mais da força da parte inferior do que da parte superior. Segundo, as aulas de autodefesa para mulheres abordam a socialização de gênero e as desigualdades que tornam a autodefesa física e verbal um desafio para muitas mulheres. Tanto, que no estudo da Hollander (2004), por exemplo, a classe analisada incluía um treinamento substancial em assertividade (autodefesa verbal) e discussão de questões psicológicas e emocionais envolvendo tanto a violência contra as mulheres quanto a autodefesa de maneira geral. O que contrasta, de certa forma, tanto com o treinamento em artes marciais habitualmente orientado, quanto com as aulas de autodefesa ordinárias, que podem não reconhecer ou abordar os problemas psicológicos e emocionais das mulheres.

Welde (2003) no seu tempo já discutia o termo vitimização, que foi central em seu programa de defesa pessoal, a autodeclaração de "vítima", constatando que esse pensamento é frequentemente penoso por forçar as pessoas a se verem negativamente, implicando em uma perda de controle, perda de valor e perda de status, já que a sociedade banaliza a vitimização, ao responsabilizar a vítima pelo ocorrido, ignorando a própria ou vendo a vítima como fraca e evitando-a. O estudo argumenta ainda que reconhecer a vitimização é reconhecer uma perda da crença no "mundo justo" e na crença da invulnerabilidade pessoal. No entanto, o rótulo de "vítima" nem sempre é negativo, ao contrário, o estudo ressalta que, ver a si mesma como vítima permitiu à mulheres compartilharem uma questão em comum, gerando uma solidariedade feminista e mais atitudes coletivas para resistência a violência sofrida e presenciada. Por este motivo Welde (2003) declara que não é possível afirmar de forma abrangente, mas que estas mulheres, ao negarem a posição de "vítima" ou mesmo o "papel" social de ser vítima, mas sim, se aproximarem da defesa pessoal, geraria sentimentos de aproximação e empatia entre as mulheres de forma geral, além de atitudes em relação a auto proteção e cuidado com o próximo.

Já Senn (2011) desenvolve um programa de educação e resistência à agressão sexual para mulheres, baseado em ativistas feministas, instrutoras de autodefesa e outros educadores

que enfatizaram a importância do treinamento de autodefesa para mulheres. A autora reforça que a eficácia e a resistência ao estupro para mulheres exigiriam trabalhar e identificar três estágios no processo de agressão sexual: Avaliar, Reconhecer, Agir (AAA). Baseada em um estudo anterior, esse processo dividido nesses momentos possibilitaria as mulheres vivenciarem emocionalmente, cognitivamente e comportamentalmente alternativas para se proteger, ao se depararem com indivíduos do sexo masculino que estão sendo sexualmente coercitivos. Estes estágios dariam a mulher conhecimento necessário para avaliar o risco de uma possível agressão sexual em situações rotineiras e avaliar o comportamento dos homens ao seu redor, além de serem movidas para além do conhecimento, avaliação e solução de problemas, para começar a enfrentar as barreiras que podem encontrar. Reconhecer que um homem que elas conhecem ou gostam, passa a ser uma ameaça a sua vida sexual e integridade física é fundamental para conseguir começar a enfrentar a violência. Para a partir daí, poder se concentrarem e prepararem com conhecimento, disposição emocional, habilidades físicas e conhecimento de defesa pessoal, e assim, quando necessário, utilizarem em uma situação de risco que justificasse.

Gidycz e Dardis (2014) discutem e buscam justificar a implementação massiva de autodefesa feminista e o treinamento de resistência para mulheres em relação a violência. Os autores reforçam a importância do treinamento de autodefesa voltado às mulheres, se diferenciando dos mais tradicionais, muitas vezes oferecidos à polícia, exército ou artes marciais esportivas. Os autores realçam componentes da autodefesa e o treinamento de resistência, ao ensinar-lhes uma variedade de técnicas que permitam às mulheres se conectar com seus corpos e se verem fortes e capazes. Pontuam também uma das principais barreiras que impossibilita a sua implementação e incorporação cultural, a crença sobre masculinidade e feminilidade, que gera um debate e está embutida em nossa sociedade, o estabelecimento destes dois conceitos em relação ao que uma mulher é capaz ou não de fazer, impedindo e desmotivando sua ampla aceitação, ao questionar o papel dela na sociedade. Estas sugestões incluem o aumento do financiamento para autodefesa em larga escala e pesquisas que indiquem resultados sobre resistência ao estupro para examinar a eficácia do programa. Especificamente, eles também ressaltam que seria necessário uma pesquisa que examine o papel dos fatores contextuais, por exemplo, uso de álcool e histórias de vitimização das mulheres, alegando a importância de também se preocupar e atentar às questões externas. Finalmente, o treinamento de autodefesa e o treinamento de resistência devem ser combinados com a intervenção e programas para homens com o objetivo de fornecer efeitos sinérgicos na redução da violência sexual.

Ao mesmo tempo em que Lachenal (2014), abordou e explorou uma realidade específica: mulheres egípcias, na capital, Cairo, que tivessem uma condição financeira acima da média do país, que estivessem praticando defesa pessoal para mulheres e tivessem vivenciado a chamada “Revolução de 25 de Janeiro”, em 2011 e suas consequências. Este evento foi o qual Hosni Mubarak renunciou, após semanas de protestos massivos pedindo a derrubada do sistema, encerrando um reinado de 32 (trinta e dois) anos à frente do Estado egípcio. Desta forma, uma nova e instável era começou, na qual o tema da legitimidade - do poder e da violência - controlava a vida e a realidade do país. Mesmo meses depois que a polícia voltou às ruas do Cairo, a expressão de vulnerabilidade não desapareceu dos discursos destas mulheres. De acordo com o estudo, este período revolucionário aumentou as razões pelas quais as pessoas escolhiam aprender autodefesa e, portanto, alterou a origem social dos participantes e logo depois novos tipos de treinamento, cada vez mais focados na insegurança e na desordem urbana, floresceram no Cairo como uma rápida resposta aos eventos políticos e sociais. A revolução, fez com que esta classe social se sentisse ameaçada e ansiosa quanto a possíveis intrusões em seu mundo social fechado, além de ter preocupações com o risco de perder a própria vida ou seus bens e status. O desenvolvimento lento, mas constante, de cursos de autodefesa para mulheres na paisagem urbana do Cairo pertencia inicialmente às muitas respostas, que a sociedade civil encontrou nos últimos anos para combater a violência urbana e, especificamente para as mulheres, à resposta a violência sexual.

Observa-se através destas pesquisas que, apesar de controverso à utilização da defesa pessoal como mecanismo de prevenção ou superação de um ato de violência, principalmente sexual, os estudos apontam resultados positivos e significativos na aplicação dessa alternativa (HOLLANDER, 2004, 2014; JORDAN, MOSSMAN, 2017, 2018; STANDING *et al.*, 2017; THOMPSON, 2014). As mulheres apresentaram falas e pontos semelhantes em diversos trabalhos, além de peculiaridades advindas das suas experiências e percepções que não devem ser negligenciadas, mas, ainda assim, reforçando o valor e as mudanças decorrentes da prática de defesa pessoal. Neste sentido, para que possamos entender melhor a questão da violência em relação a defesa pessoal na realidade brasileira, torna-se pertinente a inclusão da visão das mulheres da cidade de Juiz de Fora, localidade esta a qual é divulgado e ofertado a prática do Krav Maga, defesa pessoal, para investigar a formulação e interpretação destas mulheres em relação a prática e a realidade da violência a partir das suas compreensões.

2 OBJETIVOS

O objetivo geral deste estudo foi explorar a percepção acerca da violência experienciada ou percebida por mulheres da cidade de Juiz de Fora - MG praticantes de Krav Maga - defesa pessoal, suas percepções sobre esta modalidade e a, possível, relação que elas concebem entre estes elementos. Relacionado a esta discussão, como objetivos específicos, estabeleceu-se os propósitos: (1) compreender tanto do conceito de violência quanto de defesa pessoal a partir da percepção dessas mulheres; (2) assimilar, possíveis, experiências de violência vivenciada por elas na cidade de Juiz de Fora - MG; (3) questionar as sequelas, se existentes, na vida destas mulheres oriundas de situações de violência; (4) os fatores psicossociais que levaram estas mulheres a praticar defesa pessoal, especificamente o Krav Maga; e (5) verificar se houve mudanças na vida destas mulheres decorrentes da prática desta modalidade de defesa pessoal.

3 MÉTODO

Esta pesquisa é caracterizada metodologicamente como um estudo transversal, de caráter exploratório, com cunho qualitativo para avaliar a relação da violência vivida ou observada pelas mulheres, praticantes da defesa pessoal Krav Maga. O recrutamento foi feito pelo pesquisador, o qual compareceu nos locais onde se pratica Krav Maga na cidade de Juiz de Fora – Minas Gerais, sendo eles: Pumping Fight Academia; Centro de Estudo Karate-Do Shotokan; Acquavip Academia Club; Pumping Iron Academia; Pulsar Fitness e Activa Fitness Center. Assim como, a Federação Sul Americana de Krav Maga (FSAKM) e o instrutor chefe de Krav Maga da cidade, Daniel Dellias, cientes e de acordo com as necessidades e objetivos do projeto, contribuíram no contato com as possíveis participantes e divulgaram a pesquisa nas aulas. Concedendo total liberdade para o recrutamento e utilização, se necessário, do tempo de aula das alunas que aceitassem participar para aplicação das entrevistas. Todas as instituições envolvidas ficaram cientes e de acordo com os critérios necessários para aplicação das entrevistas.

Os dados coletados foram obtidos através de uma entrevista semi-estruturada, elaborada seguindo instrumentos de pesquisas anteriores que já avaliaram e fizeram questionamentos semelhantes (HOLLANDER, 2010; BRECKLIN; MIDDENDORF, 2014).

Todas as entrevistas foram realizadas virtualmente através da plataforma Zoom, as quais foram gravadas apenas em áudio para avaliação e análise posterior, fazendo que não houvesse deslocamento das participantes, pois as mesmas foram realizadas individualmente, em horários previamente agendados com as entrevistadas, sendo sempre lembradas da privacidade e sigilo na aplicação do instrumento. As entrevistas foram realizadas respeitando a individualidade de cada participante e suas dificuldades, por exemplo, caso a participante não se sentisse à vontade em responder alguma pergunta, não seria necessário ou, caso, ficasse emocionada demais para continuar, independente do número de respostas dada até o momento, a entrevista seria interrompida ou prolongada de acordo com as necessidades.

3.1 PARTICIPANTES

A população alvo se constituiu de mulheres, acima de dezoito anos, sem idade limite, que praticavam atualmente ou que já tinham praticado anteriormente. Como critério foi definido que as participantes não precisavam ter tido participação mínima de aulas ou graduações dentro do sistema da FSAKM, foram desconsideradas aquelas mulheres que estavam praticando também outras modalidades de lutas/defesa pessoal; assim como foram desconsiderados os resultados daquelas que não responderam, seja por desconforto ou qualquer outro motivo pessoal, mais do que um terço da entrevista.

3.2 PROCEDIMENTO

O contato inicial com as mulheres foi realizado pelo instrutor chefe e demais instrutores da região, também associados a FSAKM, possibilitou obtenção do contato pessoal (número telefônico) das possíveis participantes, para melhor identificação e compartilhamento das informações do estudo e suas necessidades. O agendamento foi feito, de forma individual, e passando todas as orientações necessárias para utilização da plataforma, sempre informando sobre a gravação e a utilização dos dados, de forma sigilosa, na análise posterior. O documento Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi utilizado e entregue como segmento da confirmação para aceitação por parte das mulheres.

No início de cada entrevista, foram dadas explicações básicas sobre a pesquisa, ofereceu-se as mulheres um tempo para lerem o TCLE e foi explicado como funcionaria a entrevista e a gravação da mesma, reforçando a questão do sigilo. Após esse momento foi feita a coleta de dados demográficos (apêndice A), seguido da entrevista semi-estruturada em si (apêndice B) e todo o processo foi sempre conduzido em etapa única e na mesma ordem. Todas as entrevistas foram agendadas e realizadas em duas semanas, as primeiras realizadas serviram como modelos, tanto para testar definitivamente o roteiro da entrevista, tal como para verificar a viabilidade operacional, por ser online e ter a necessidade de efetuar a gravação para análise posterior. Logo na primeira entrevista foi acrescentada uma pergunta ao final, mantida em todas as outras, para buscar questionar e analisar a possível relação que as participantes percebiam justamente entre a violência e a defesa pessoal. Além disto, uma leitura flutuante dos primeiros dados obtidos forneceu uma estimativa inicial dos possíveis resultados do estudo e um conjunto inicial básico de categorias. Sem mais dificuldades ou empecilhos, foi dada sequência e iniciou-se a coleta de dados.

O tratamento dos dados foi realizado através da análise de conteúdo de Bardin *et al.* (2011), que permeia a objetividade e subjetividade, sendo que, dentre as técnicas optou-se pela análise categorial temática. Pela qual, de acordo com consecutivas leituras do material coletado aprofundando-se cada vez, distinguindo proposições e temas, servindo tanto ao objetivo de exploração, como de verificação de hipóteses, buscando particularizar em um primeiro momento os conteúdos principais. Compilando equivalências de sentido e temática, sob uma expressão chave (categoria) que reflita o significado principal, deste modo, seria possível interpretar o conteúdo baseando-se na organização dos dados e nas referências ao contexto, os referindo no trabalho com recortes das falas que fundamentam as conclusões aqui discutidas, comparando ou interpretando a partir de estudos que defendem pontos e questões semelhantes.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 CONTEXTUALIZAÇÃO

A decisão e limitação do estudo para a cidade de Juiz de Fora decorreu do fato ser um estudo que aborda uma temática pioneira no meio acadêmico nacional e, ao ter um caráter exploratório, melhor se enquadraria como as limitações decorrentes de ser uma dissertação de mestrado. Assim como, pelo fato de ser um trabalho de cunho qualitativo, a parcela de mulheres praticantes de Krav Maga na cidade, em torno de 100 (cem), seria suficiente para alcançar um n mínimo de um estudo com esta natureza, ciente de que possivelmente nem todas iriam aceitar participar, o que de fato ocorreu. Após o contato inicial e agendamento das entrevistas, 21 (vinte uma) mulheres aceitaram participar, este valor favoreceu uma maior dedicação e atenção das entrevistas e análise de conteúdo acerca da realidade desta amostra, aprimorando assim o prestígio deste estudo como qualitativo e exploratório, afinal a temática defesa pessoal relacionada à violência contra a mulher, como já argumentado, não foi identificada em outros trabalhos brasileiros.

Algumas características sociodemográficas da amostra são válidas de se ressaltar, como o fato de que a maioria das participantes estava cursando o ensino superior ou já graduadas atuando no mercado de trabalho, com apenas cinco mulheres com formação posterior (pós-graduação, mestre ou doutor), fator este, possivelmente, relacionado a faixa etária identificada, entre 23 e 46 anos, com mais da metade abaixo dos 30 anos, em 2020. Fatores estes que distanciavam-se das amostras e populações estudadas no exterior, onde o foco parecia estar em estudantes de ensino superior que cursavam faculdades que ofereciam o ensino de defesa pessoal; cursos e classes sobre auto proteção ou outras lutas dentro da grade curricular (BALL, MARTIN, 2012; BRECKLIN, MIDDENDORF, 2014; BRECKLIN, ULLMAN, 2004, 2005; CUMMINGS, 1992; GIDY CZ, DARDIS, 2014; GIDY CZ *et al.*, 2006; HOLLANDER, 2010, 2014; ORCHOWSKI *et al.*, 2008; PINCIOTTI, ORCUTT, 2018; SENN *et al.*, 2013, 2015, 2017; SPEIDEL, 2014; WEITLAUF *et al.*, 2000). O que traz o questionamento que se em Juiz de Fora, estendendo a uma indagação nacional, as mulheres tendem a buscar a Defesa Pessoal após a sua formação no ensino superior, sendo este o momento em que elas se encontram mais estáveis financeiramente, uma vez que, quase a metade indicou ganhar pelo menos, em média, três salários mínimos, valor este acima da média nacional da renda *per capita* apresentada por dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística em seu site (AGÊNCIA DE NOTÍCIAS IBGE, 2020), assim como o apresentado apenas para o estado de Minas Gerais. Além disso, na coleta de dados demográficos, outra característica marcante foi que apenas uma participante se declarou parda e outra decidiu não se declarar, todas as outras dezenove mulheres, entre as vinte e uma participantes, se declararam brancas.

4.2 ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

Associado a estas pontuações iniciais, as respostas obtidas com as entrevistas em si, possibilitaram uma análise do conteúdo relacionado às características da amostra; as falas das mulheres acerca da sua realidade e entendimento dos fatores questionados, com estudos estrangeiros, fazendo com que fosse interessante subdividir a parte dos resultados a partir de cada pergunta. Abrindo margem para interpretações e análises individuais de cada temática e categorias, possibilitando uma compressão tanto específica quanto ampla da realidade percebida nas falas. Neste estudo, todos os nomes utilizados, nos trechos de falas citados, são fictícios, respeitando o sigilo das participantes.

4.2.1 Pergunta 1 - “No seu entendimento o que é violência? Dê exemplos.”

A entrevista se inicia com a primeira temática abordada na pesquisa: violência. Buscando compreender qual a visão geral das mulheres sobre a violência, categorizando suas respostas a partir dos tipos de violência anteriormente descritos e estipulados pela Lei Maria da Penha (BRASIL, 2006): Física; Psicológica, Moral, Patrimonial e Sexual. Foi possível perceber que as mulheres possuíam conhecimento dos seus diferentes tipos e formas de expressão, assim como suas manifestações diretas ou indiretas na vida de uma pessoa.

Esta pergunta em sua análise irá tomar os conceitos e assim relacionar os estudos com os resultados encontrados, dito isto, a interpretação mais recorrente nas falas foi de ações que trazem como resultado hematomas, lesões, toques, puxões ou contatos físicos que resultam em danos no corpo, indo ao encontro com a Lei nº 11.360/06 (BRASIL, 2006), que representa a categoria Violência Física como sendo qualquer atitude que atinge a integridade ou saúde do corpo daquele indivíduo. A relação com o contato físico não autorizado que resulte nestes prejuízos foi o mais comentado. Em muitas falas a Violência Física aparecia apenas citada através de exemplo e não o termo em si, sendo apresentada como algo de conhecimento geral e recorrente. Assunto este que Arif (2015) abertamente discute com homens e mulheres sobre suas interpretações e visões sobre respostas físicas (combate) para violência física, por parte de mulheres. Os resultados indicaram que a sensação “desagradável” é indissociável dos sentimentos de vergonha para estas mulheres. O limiar da vergonha e da sensibilidade a ela

são afetados por estruturas de caráter social (julgamentos, cobranças, avaliações), marginalizando a atitude, chegando a ser vista como a pior ação possível. Ao mesmo tempo, o pesquisador sublinhou em relação a esta questão, o uso de um embate físico, se justificaria através da autodefesa para mulheres em brigas, pela ausência de alternativas, o sentimento de injustiça e a probabilidade desta pessoa ser forçada a defender a si mesmo e sua reputação, caso necessário.

Pode ser uma violência alguém **apertar seu braço, te puxar** de uma forma que não tava esperando (Érica).

Violência na **questão física mesmo** [...] a primeira coisa que me vem em mente é a violência física mesmo (Olga).

Então tem a violência física que alguém, sei lá, **machucando, dando “porrada”, empurrando** (Bruna).

Entre os outros tipos, a violência Psicológica se mostrou marcante e presente na maioria das pontuações registradas, em que, mesmo quando não referida diretamente como sendo do campo psicológico, falas sobre violência emocional foram significativas e referências foram feitas a violência verbal. Manifestações essas que remetem a Lei nº11.340 (BRASIL, 2006) e o estudo de Minayo (2013) como qualquer ação que possa fazer dano emocional, humilhações, chantagens, entre outros aspectos que possam desencadear qualquer prejuízo à saúde psicológica de um indivíduo. O estudo ressalta a questão das agressões verbais que buscam aterrorizar ou mesmo isolar aquela pessoa de seu próprio convívio e círculo social, características essas pontuadas de formas subscritas nas falas.

Por meio de verbais, por meio de... é... de você ficar **falando que a pessoa é outra coisa, menosprezando, abaixo a autoestima** da pessoa (Wanessa).

A emocional tipo, sei lá, atingir a pessoa, **manipular a pessoa psicologicamente para conseguir o que eles querem e fazer a gente, contra a nossa vontade**, para fazer o outro feliz, mas sendo que esta ferindo a gente (Bruna).

Não só físico, né, mas **qualquer atitude que influencie a outra pessoa sem o consentimento** ou sem... de forma agressiva mesmo assim (Sofia).

A semelhança da violência Psicológica com a Moral, agora representada nas falas, dificultou a identificação e desmembramento nessas duas categorias. Diferenciação esta nem mesmo identificada nos trabalhos internacionais, apenas em estudos nacionais, destacando o do Câmara Legislativa do Distrito Federal (2008), que aborda diretamente a violência no trabalho e como esta forma tem relação direta com agressões contra a moral. Nos discursos das mulheres foi possível identificar diversas citações do conceito em si e em outra pergunta posterior quando questionadas se já sofreram violência, algumas das entrevistadas descreveram exemplos e situações que se enquadrariam, justamente, na definição da Lei Maria da Penha como condutas, independente de como foram, que causaram calúnia, injúria ou difamação a uma pessoa (BRASIL, 2006). Fica evidente o quanto esta diferenciação de termo e conceitos ainda estão recentes e necessitam melhor investigação e análise, surgindo assim uma demanda e oportunidade para novos estudos da temática ou suas consequências.

Acho que existem diversos tipos de violências, violência psicológica, física, patrimonial, **moral**... várias, né (Márcia).

Ah, acho que violência é tudo aquilo que te agride de qualquer forma, seja ela física, psicológica, **moral** [...] (Fabiola).

Pra mim, a violência é muito ampla, como eu te falei. Eu enxergo mais dessa forma **como traz a Lei Maria da Penha** mesmo, que tem aquelas espécies de violência. E, aí, a gente nem imaginava que existia essa psicológica, era a parte da **violência moral** e é o que mais tá presente atualmente (Rosane).

A Violência Patrimonial, como qualquer conduta que resulte em retenção, subtração de bens, recursos econômicos entre outras características (BRASIL, 2006), esteve pouco presente no reconhecimento das entrevistadas entre os tipos de violência que tinham conhecimento ou que puderam se lembrar no momento que fora realizada a entrevista. Assim como a violência moral anteriormente comentada, esta forma de violência foi pontuada nos discursos em meio a outros tipos, a partir de citações diretas, sem citar exemplos, por duas mulheres com formação em advocacia. O que sugere uma associação direta de que a formação das participantes proporcionou conhecimento para além do senso comum, uma noção jurídica sobre o conceito de violência e sua compreensão da lei. A Violência Patrimonial se mostrou pouco percebida e reconhecida entre as participantes, evidenciando um distanciamento destas mulheres com seus direitos expostos na lei e compreensão de todas as formas com as quais

elas poderiam estar sofrendo. Abrindo margens para o questionamento: será que estas mulheres tem plena noção de que estão sendo, ou não, violentadas?

Acho que existem diversos tipos de violências, violência psicológica, física, **patrimonial**, moral... várias, né (Márcia).

Então, assim, tem diversas formas. Eu tenho a visão mais, é... um pouco legal, assim, dessa, do termo violência, porque eu acho que ela é além de física, moral, **patrimonial** [...] (Rosane).

Por fim, a Violência Sexual, caracterizada como manter ou participar de uma relação sexual não desejada, através de ameaças, coersão ou uso de força (BRASIL, 2006; MINAYO, 2013), esteve presente na fala de apenas uma participante que lembrou do tipo após ter sido caracterizado pelo entrevistador, na leitura do roteiro com a conceituação de violência e seus tipos. Este resultado se contradiz futuramente, na próxima questão, quando é perguntado às mulheres qual destes tipos de violência elas mais tem medo de sofrer e, dezessete, das vinte e uma mulheres evidenciaram ou falaram primeiramente de que esta seria a forma de violência que mais as preocupavam.

[...] a primeira coisa que me vem em mente é a violência física mesmo. Que é mais importante. Quando você citou a **violência sexual** é uma [...] (Olga).

4.2.2 Pergunta 2 - “Dos diferentes tipos de violência, qual você tem mais medo de sofrer?”

Buscando compreender e se aproximar da vivência das participantes, esta pergunta investigava sobre a preocupação das mulheres a respeito da possibilidade de sofrerem determinado tipo de violência (física, sexual, moral, psicológica, patrimonial) e qual dos tipos gerava mais angústia. Comparando e avaliando a realidade desta amostra, em relação ao que foi encontrado na literatura, foi possível perceber na fala das entrevistas que violências do tipo que iam interferir de forma mais visível e trazer um prejuízo corporal, se apresentavam como a possibilidade de maior preocupação, por terem suas vidas alteradas visivelmente, podendo torná-las foco de atenção e comentários. Não obstante, a preocupação com outras formas de violência, como Patrimonial, Moral e Psicológica, também estiveram presentes, apesar de não terem sido tão destacadas quanto as violências Física e Sexual.

Ah... A **violência sexual**, claro, e a **física**. [...] **Moral e Patrimonial**.[...] Então seria **sexual, física e psicológica** seriam as primeiras, que me dão mais medo (Olga).

É que eu acho que a **sexual** é a que engloba mais coisa, né. Eu acho que ela engloba a **física**, a emocional, a **psicológica**. Eu acho que ela é mais completa (Isabela).

Na real eu **tenho medo de todas**, porque... exatamente como mulher, eu sei que eu **estou vulnerável a todos os tipos** de violência (Diana).

Recorrentes falas sobre o medo de ser violentada de alguma forma por serem mulheres, independente da especificação do ato, mostraram como na nossa sociedade existem estruturas de relações desiguais de gênero (patriarcado e machismo) que fomentam relações de dominação, submissão, opressão, que colocam a mulher em uma posição que gera angústia e preocupação com a possibilidade de vir sofrer violência (R. S. D. SILVA, 2017). Independente de como se comportam, as mulheres, fazem parte e sofrem da construção de uma sociedade em que o homem possui formas de poder controladoras e segregadoras, gerando injustiça e desigualdade, em meio a um sistema que atravessa todos os âmbitos sociais, fazendo com que a violência afete pilares da vida social, política e econômica dessas mulheres (R. S. D. SILVA, 2017).

Ser mulher e sofrer violência pode ter uma relação tão direta que, um termo foi desenvolvido e definido para classificar quando um ato de violência realizado contra uma mulher levar a óbito e a causa for o fato dela ser mulher, é declarado na Lei n 13.104/15 feminicídio (BRASIL, 2015). Alves (2019), indo ao encontro com R. S. D. Silva (2017) abordam exatamente esta questão, ao elaborar sobre o domínio que o homem possui ou quer possuir sobre a mulher e como essas posições de poder podem contribuir para propagação de discursos e comportamentos de discriminação e agressividade. Se aproximando dos resultados encontrados nas falas deste estudo, ao deixarem em evidência esta diferença de realidade, este risco mais elevado e estruturalmente construído em nossa sociedade, que gera um medo ainda maior, quase que exclusivo, por parte das mulheres em relação a atos de violência sexual e física.

Mais medo? **Física**. Porque ameaça o meu bem maior que é a minha vida, né, a minha integridade física (Mariane).

Eu acho que **o primeiro seria o sexual**, né, a violência sexual. [...] Logo em seguida a violência física [...] (Sara).

Ah, **sexual**. Não tem como, né. Acho que nenhuma mulher consegue falar outra coisa (Fabiola).

Sexual. [...] Talvez, **a mais invasiva**. Acho que por isso (Márcia).

A percepção elevada do medo de sofrer Violência Sexual pelas mulheres pode vir, como traz Sousa (2017), do constante noticiamento a respeito de casos de estupro em noticiários de jornais, casos compartilhados por mídias sociais e por conhecer a história de alguém próximo ou relativamente próximo que sofreu violência. Ademais, Q. B. M. Oliveira *et al.* (2016) questionam a construção da personalidade dos homens, que desde crianças, a masculinidade é super valorizada em desenvolvimento, tendo como algo intrínseco o embate físico ou a resolução de problemas através de demonstrações de força e poder. Sendo que, tais comportamentos passam a ser praticados posteriormente pelos homens para com suas parceiras de relacionamento, desta forma, a violência Física passa a existir cada vez mais nas relações diárias. É válido destacar que as duas formas de violência não se distanciam, tendo em vista que a violência sexual também possui o contato físico, como algumas mulheres apontam em suas falas. Apresentando sua interpretação da situação, por parte delas, como algo fora de seu controle onde é imposto à força (principalmente física) sobre a mulher e apesar de ser algo possível de se prevenir como: não passar por um local em determinado horário; não vestir certas roupas; não agir ou falar determinadas coisas. A falta de preparo de como reagir em uma situação de violência ainda é apontada como o maior desconforto por parte das entrevistadas.

A física, felizmente, eu moro em um local bom, tem uma certa estrutura, sabe que não é isento, mas tem e **não fico me arriscando demais**. Eu consigo no dia-a-dia pelo menos. Então eu acho que **você fica muito exposta**, porque a sexual pode ser cometida por pessoas que você tá no seu convívio (Wanessa).

Na real eu tenho medo de todas, porque... exatamente como mulher, **eu sei que eu estou vulnerável a todos os tipos de violência**, mas eu confesso que o que me fez entrar no Krav Maga, por exemplo, foi a questão de saber me proteger na rua porque **tenho muito medo de estupro** (Diana).

Tanto a sexual, quanto [...]. de soco e tals. Eu acho que tô **mais fora de nosso controle, no sentido “eu não tenho muito como prevenir”**, claro, eu vou evitar meios ou locais, horários que eu julgo mais

arriscado, mas mesmo assim a gente andando na praia meio dia a gente tá sujeito a isso, né (Gisele).

4.2.3 Pergunta 3 - “Você conhece alguma mulher que já sofreu violência? De qual tipo?”

Adentrando na relações percebidas ou presenciadas por estas mulheres, este questionamento busca dar importância, voz, para outros casos de violência sofrido por mulheres que não se enquadravam nesta pesquisa, mas que também enfrentavam diariamente, essa realidade. Convergindo com a pergunta anterior, a percepção deste quadro geral, assim como qual tipo de violência ocorreu, reforça as inseguranças e medos destas mulheres (SOUSA, 2017). Logo analisando, com a literatura encontrada, a prevalência de atos violentos contra as mulheres, grande parte dos relatos foram descritos como: socos, perseguições de ex-companheiros, abusos sexuais, ações repetidas de sacudir, atirar objetos contra a mulher, exemplos estes que se enquadram diretamente nas categorias de violências anteriormente descritas.

Eu tenho **amigas que foram assediadas** pelos padrasto, sexualmente, essas coisas assim ou ex-namorados da mãe deles, tipo o namorado da mãe. [...] Já vi **violência física** também, de uma amiga próxima, o marido dela, ele sempre **desmentia** ela, [...] **soco** na cara (Bruna).

Mas **violência sexual**, assim, e **física**, eu tenho algumas amigas que já passaram por **relacionamentos abusivos**, já me relataram (Márcia).

Sofreu no relacionamento dela um **abuso mental** [...] (Érica).

Ao avaliar as notificações de violência reconhecida no presente trabalho, a categoria Violência Entre Parceiros Íntimos foi estabelecida, Mascarenhas *et al.* (2020) disponibiliza dados do Sistema de Informação de Agravos e Notificação (SINAN) que apresentam a grande incidência de casos de violência praticada por homens contra mulheres como sendo em sua maioria relatos de abusos físicos, seguidos de psicológicos e, enfim, de cunho sexual, como identificados nas falas. Importante pontuar que este estudo assinalou sobre a prevalência de registros de notificação de violência entre parceiros íntimos enquanto ainda estavam no relacionamento com a violência sendo algo recorrente. Nas falas das entrevistadas é possível encontrar, como apontam os estudos, a violência entre parceiros íntimos envolvendo mais de uma forma, como a física e psicológica, diante de agressões, socos, abuso mental, ou mesmo a

patrimonial, quando comenta-se sobre tomar posse de bens da mulher, além da sexual, que em muitas ocasiões foi apenas citada.

A. P. L. D. Souza *et al.* (2018), destacam a violência física, semelhante ao encontrado na presente pesquisa, como a mais representada. Em seus exemplos adquiridos de entrevistas, soco, puxões de cabelo, chutes e beliscões, tapas, entre outros são os mais citados, assim como no estudo de L. A. S. D. Oliveira e Leal (2016), onde foi constatado resultados semelhantes entre as usuárias de um centro de referência à apoio para mulheres vítimas de violência. Ambos estudos destacam a ideia de que a violência física veio a ocorrer após a psicológica, elaborando a suposição que a frequência e o agravamento dos casos de violência psicológica, acarretam no surgimento e mudança para violência física, acarretando em um efeito de causalidade e sequencial.

Queiroz e Cunha (2018), discutem sobre a violência Psicológica e como ela está presente de forma, muitas vezes, discreta nas relações causando sofrimento, decorrente da maneira que invade e domina a mulher. Ao negar a pessoa e a colocar como objeto, silenciosamente deixa marcas que não visíveis no corpo da vítima, sendo difícil a sua percepção por outrem, principalmente os profissionais de saúde e, às vezes, pela própria vítima (BRANDÃO *et al.*, 2019; GOMES *et al.*, 2012; SEHNEM *et al.*, 2019). Por ser difícil de identificar, como imposições e cobranças, faz com que a mulher permaneça calada, esta questão também é encontrada nas falas que apontam a presença de ameaças, ofensas, constrangimento e humilhações que conhecidos comentaram que sofreram ou as próprias entrevistadas presenciaram.

Conheço uma mulher, que é até amiga minha e morava com o namorado e ele **sempre agredia ela principalmente verbalmente**. [...] Não foi agredida fisicamente, mas ele fez isso do tipo de ficar **rondando**, de ficar mandando **ameaças** e coisas parecidas (Kássia).

Ah, eu tenho uma amiga, mais de uma amiga até, que já sofreu **relacionamento abusivo** [...] toda aquela situação que você se humilha e não percebe que tá se humilhando, você é **humilhada constantemente** e **não percebe** que tá sendo humilhada (Fabiola).

Ela... Sofreu no relacionamento dela um **abuso mental** [...] ele começa a **dizer que ela não serve pra nada**, que ela não, não, **que sem ele ela não pode fazer nada**. É, que quem que vai querer ela nessa situação, porque o único homem da vida dela é ele, né (Érica).

Outrossim, a forma como a violência Sexual é apresentada no estudo de Bezerra *et al.* (2016) e aqui nas falas, representa bem a realidade exposta por mulheres por todo o país. Nesta entrevista diversos casos de mulheres que vinham sofrendo de forma crônica em seus domicílios, se aproximam das discussões do estudo, o qual trás a possibilidade do desenvolvimento e manutenção da obrigatoriedade, por parte das mulheres, a manter a relação por causa da união do casamento. A mesma acaba por se sentir obrigada a ter relações conjugais mesmo sem sua vontade, o que constataria também, como violência sexual. Nas falas, diversas vezes apenas é citado casos vistos nas mídias sociais ou conhecidos que já sofreram violência, mas ainda assim os exemplos apontam para a mesma direção, atos de estupros, humilhação, agressão, que foram sofridos por pessoas de convívio diário, geralmente, como comentado anteriormente, dentro de um relacionamento abusivo.

Sim. Eu já... Eu conheço, né, tenho amigas que sofreram **estupro** (Amara).

Então eu tenho, a sogra da minha irmã sofreu **violência sexual** dentro de casa, lá no Rio (Rio de Janeiro - RJ), eles vieram assaltar e depois fizeram isso também. No trabalho eu já passei por isso de tipo assédio[...] Eu tenho amigas que foram **assedeadas** pelos padrasto, **sexualmente**, essas coisas assim ou ex-namorados da mãe deles, tipo o namorado da mãe (Bruna).

Conheço pessoas que já foram **abusadas sexualmente**, meninas, colegas minhas, é, várias até, várias assim, no contexto, **eu conheço umas três pessoas**, né, que, **que contaram no caso** (Sara).

4.2.4 Pergunta 4 - “Você já sofreu violência? De qual tipo?”

Na tentativa de compreender uma das questões fundamentais almejada para este estudo e conhecer as vivências pessoais das mulheres entrevistadas, esta pergunta aborda a possibilidade de alguma dela já ter sofrido violência, independente do contexto em que estavam ou período de vida, sendo ela de qualquer forma aqui citada ou algum de seus subtipos. A realização desta pergunta resultou em respostas afirmativas de quase todas as entrevistadas que afirmaram já terem, em algum momento de suas vidas, sofrido algum tipo de violência e a descrição de tais eventos. É válido destacar que em algumas respostas, a princípio, as mulheres afirmaram nunca terem sofrido, mas logo seguida relataram situações que são consideradas, sim, como violência. O que reforça a discussão e suposição da

dificuldade de percepção das mulheres do que seria violência e se estão sofrendo ou não. As violências que mais se mostraram presentes nas falas foram a Física e, a Psicológica, em maior magnitude, e a Sexual.

Eu namorei dos meus quinze aos vinte com um cara muito abusivo. E aí, ele fazia muita coisa. Tipo, tinha todo esse lado da **violência psicológica** de **humilhar**, de se ele não ficar comigo, ninguém vai me querer. [...] E **física era pouca, era mais travar o braço**, coisas assim [...] (Isabela).

Exato. Eu já fui **assaltada** em Juiz de Fora [...] Falou que se eu olhasse para trás ele iria atirar na minha cabeça, aquela coisa toda e acabou **roubando o celular e dinheiro** (Kássia).

Mas assim, tipo, já tive problema de uma vez eu estava com o cara, a gente estava bêbado, e ele no momento do ato, ele virou e falou assim: “Estou sem camisinha.” Ai eu falei: “Não vai ter nada. Não gosto. Não quero.” E **ele me forçou, a fazer o ato**, só que eu consegui tirar e tal (Diana).

A presença marcante de algumas falas a respeito de constantes assédios e tentativas de homens coagir as mulheres a satisfazer suas vontades, abordando tanto física quanto psicologicamente não se restringe a este estudo, como Barros e Schraiber (2017) que trazem relatos em seus estudos de mulheres vítimas de violência proferidas por homens, em que a grande maioria das mulheres afirmaram já terem sofrido a Violência Psicológica. O estudo destaca ocorrências que apesar de não serem percebidas pelas mulheres, são percebidas e consideradas pelos homens. Esta maior dificuldade de assimilação por parte das mulheres sobre esse tipo de violência é constatado nas falas, como relatos de cantadas invasivas e assédios sofridos que quase são desconsiderados por parte das mulheres, além de como as destacadas a seguir, que dentre outras, pode ser percebido a sutileza e marca desta violência.

Assim violência... Tem um caso, por exemplo, de **andar na rua e ser assediada o tempo todo**. Isso para mim conta como violência (Diana).

Eu fingia que não, que eu podia fazer o que eu quisesse, mas, no final, eu não fazia nada, **fazia tudo que ele me manipulava**, então aí foi piorando essa situação (Sara).

Não eu nunca sof... assim, violência, acho que **psicológica sim**, porque, de vez em quando, especialmente na minha relação com o **meu pai, é uma pessoa que é meio agressiva com as palavras**, sabe? (Márcia).

Em contrapartida, a categoria Violência Física foi identificada como a segunda mais sofrida. De imediato trazendo um estudo comparativo, C. D. Silva e Gomes (2018) puderam evidenciar resultados semelhantes, nos quais em suas entrevistas as representações em maior grau foram associadas diretamente às situações percebidas ou notificadas como violência física. Destacando nas falas dos estudantes exemplificações como: meio do bater, machucar, agredir, e foi considerada como violência mais grave. Além de relacionarem, os autores apontaram uma facilidade de identificação das pessoas por estarem constantemente expostas aos meios de comunicação onde são apresentados nos programas a violência contra a mulher; representações visuais de violência física com a presença de hematomas, olho roxo, puxões de cabelo, tapas, socos. Esses tipos de agressões nas falas destes estudantes podem ser vistos nas mulheres entrevistadas que apresentaram, dentre outras, as seguintes situações:

Hamm... uma vez no carnaval **um cara me deu quase um mata leão**, porque queria porque queria (beija-lá) e eu tive que dar meus jeitos (Valquíria).

[...] Aí eu não sei o que aconteceu, eu sentei, e aí ele veio e **me deu um soco na minha perna**, e aí inclusive ficou muito roxo, a minha perna ficou muito ruim assim (Sara).

É válido lembrar que a Violência Sexual, apesar de ter o contato físico como, muitas vezes, parte do ato em si, como o estupro, é uma categoria destacada da violência física, como exposto no decreto da lei nº11.360/06 (BRASIL, 2006). A constância de situações relatadas em que as mulheres descreveram terem passado por situações de violência sexual e que não chegaram ao ato em si é representado de diversas formas, eventos e locais. Apesar de nenhuma das mulheres que participaram do estudo ter sofrido a violência sexual com penetração vaginal, não torna essa uma questão menos agressiva ou prejudicial. A respeito desta violência, dados como estes, normalmente, são obtidos a partir da ida das mulheres em locais de atendimento, como hospitais, pronto socorros, delegacias, centros de referência, nos quais é possível reportar a agressão (SANTOS *et al.*, 2017). O que dá ainda mais valor as falas destas mulheres que se dispuseram a compartilhar suas histórias e angústias para que este estudo consiga dar espaço e atenção para este assunto tão atual e de difícil percepção, quanto mais para atuar efetivamente .

Mas isso sempre rola de **colega também no trabalho que fica agarrando de um jeito ou outro**, que você fica meio... Mas eu sempre levo na brincadeira como se não entendesse nada e sempre me saí tranquila (Bruna).

Na autoescola, tinha um instrutor que era, era homem, né, e aí ele, todas as vezes, em várias aulas, ele **colocava a mão no meu joelho, ele colocava a mão no meu rosto, passava a mão no meu cabelo** (Rosane).

O meu foi **infância**, uma **pessoa da família**. E aí ele me obrigava a **masturbar**, e aí eu não sabia o que que era [...] porque eu era criança, não entendia (Amara).

E apesar de ser notório e divulgado tais locais de denúncia, ficou claro nas falas de que mesmo as que alegaram terem sofrido algum tipo de violência sexual, não relataram terem feito denúncia após esses acontecimentos, dados estes semelhantes aos que foram coletados e apresentados em outros estudos (BARROS; SCHRAIBER, 2017; COSTA *et al.*, 2015; MORAIS; OLIVEIRA, 2019; ROSA *et al.*, 2018). A continuidade deste e outros tipos de violência é devido à ocultação e o silêncio de suas ocorrências, tendo em vista a importância de romper este silêncio e se falar sobre trazendo à tona estes casos, a compreensão e incentivo a denunciar torna-se crucial (SANTOS *et al.*, 2017).

Por fim, sobre a violência Patrimonial, visto que mesmo pouco presente nos discursos, seu impacto na vida das mulheres que a sofrem é significativo e tão prejudicial quanto qualquer outra forma. Pereira *et al.* (2013) trazem em seu estudo falas de mulheres que sofreram violência patrimonial, mas que não tiveram percepção desta violência enquanto a viviam, posteriormente e conseqüentemente, sofreram com perdas de bens, objetos com valores sentimentais, negação (por parte dos parceiros) em pagar pensão, desencadeando repercussões negativas em suas vidas tanto financeira quanto psicológicas. O controle financeiro esteve presente nas falas de duas entrevistadas, sendo que esta violência contribuiu para a dependência financeira, durante um certo período de tempo, entre outros fatores, na perda do emprego.

[...] **Eu tava desempregada e a gente foi morar junto**, então acabou que ele ficou de segurar a barra, inicialmente, então ficou essa questão desde, é, arcar com a parte financeira e aí logo em seguida eu consegui um emprego um tempo depois, mas só que tudo que acontecia ele sempre era... **Com o tom de que eu era, de que eu devia ele** (Sara).

Me fez vender meu carro, pra eu ficar, né, cuidando dele. Ele pegou meu nome e **fez inúmeros investimentos no meu nome**, né, eu era muito rica e nem sabia. [...] E aí eu resolvi abandonar aquilo e poder voltar, aí tive que voltar pra casa dos meus pais, perdi meu emprego, eu dava aula numa faculdade, eu era professora, eu tinha um emprego num plantão de UTI neonatal que era um sonho, que eu sempre trabalhei, né (Érica).

4.2.5 Pergunta 5 - “Você diria que possui sequelas/consequências por ter sofrido essa violência? De que tipo?”

A sucessão a estes , anteriormente citados, e aos demais tipos de violências, indicam como isto pode desencadear problemas de variados tipos e graus na vida das vítimas, resultando em consequências e sequelas. Ao se aprofundar na temática, a possibilidade de abrir espaço para a compreensão dos eventuais e diversificados danos que decorrem destes atos, torna-se fundamental para compreender a associação estabelecida por estas mulheres da violência com a defesa pessoal. Apesar de, como visto na pergunta anterior, das mulheres entrevistadas poucas terem sofrido alguma violência que as incapacitou fisicamente de alguma forma, outras consequências puderam ser notadas, majoritariamente no quesito de consequência Psicológica. Mesmo não necessariamente por terem sofrido alguma violência, mas a consciência de relatos de conhecidos, como perguntado anteriormente e a existência da possibilidade de virem a sofrer, é possível enquadrar tais colocações como consequências negativas da violência, o medo e a angústia, dois fatores psicoemocionais, desestabilizantes e prejudiciais.

Você realmente tá **sempre insegura**, você sempre, se você estiver em um lugar, com muitas pessoas estranhas, você já olha... Com **medo**, tanto da parte material, de roupa, essas coisas, quanto mesmo de um assédio, **de uma violência sexual** (Wanessa).

Eu acho que **eu era uma pessoa que cresceu com medo**, muito medo das coisas né [...] (Olga).

Walker (1992) mostra como a mulher que sofreu violência, principalmente violência física, demonstra traumas como o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), com presença de pensamentos e sentimentos negativos que remetem a experiência vivida. Sendo que, além destes fatores, ansiedade, confusões cognitivas, déficits na atenção e falta de concentração também podem estar presentes. Ademais, indica prejuízos nos quesitos do desenvolvimento físico, cognitivo, social, moral e emocional, assim como percebido nas entrevistas realizadas, como o medo de sair sozinha, evitar usar certas vestimentas ou não se sentir segura. Semelhante e além, Magalhães (2017) apresenta como estes tipos de consequências estão presente em mulheres que experimentam episódios de violência, mas também com aquelas que sofrem ao conjecturar a possibilidade de vir a sofrer. No estudo referido, a presença de insônia, pânico, enxaquecas, depressão, vazio, tristeza, medo,

insegurança também fazem parte das possibilidades de sintomas e estes pontos vão no mesmo sentido dos encontrados nas falas das entrevistadas:

Eu acho que... novamente, por ser mulher, eu acho que a gente tem um contexto bem diferenciado, assim, bem particular. Porque **a gente sente que a ameaça está sempre ali, né, no fato até de sair de casa, quando tá um pouco mais escuro, quando a rua tá um pouco mais vazia**, deserta (Cleusa).

Mas durante muito tempo eu fiquei, vamos dizer assim, com certo **receio**. Eu saía na rua um pouco mais assim, qualquer movimento mais rápido de alguém correndo, ou alguma coisa assim, **eu olhava assustada e tudo** (Josimar).

Então, por muito tempo eu fiquei indo para faculdade com meu namorado, na época, **não consegui ir a pé**, porque (o assalto) foi na porta da minha casa, então ali na porta da minha casa era um ambiente que, para mim, **era de segurança**. Eu já estava em casa, eu já estava no meu aconchego do lar e eu **fiquei um tempo sem querer sair de casa, sem querer ir para aula**. Eu estava fazendo vestibular nesse período, passei na faculdade e, mas tinha que ir, então algumas vezes meu namorado me acompanhou a pé, eu morava pertinho, mas o que mudou de comportamento é que fico mais em estado de alerta. **Eu olho muito mais pro lado, eu olho para ver se tem alguém atravessando a rua**. Questão de horário também, não que o horário influencie, porque hoje meio dia, no calçadão, tem gente sendo assaltada, então para mim isso interfere muito mais. Mas no dia era um domingo à noite, domingo a rua já é mais vazia, mais a noite então... Esses comportamentos mudaram um pouquinho sim, com certeza (Kássia).

Vê-se, desta forma, como as consequências Psicológicas estão constantemente presentes em decorrência dos diferentes tipos de violência que podem ser cometidas de tal forma que desencadeiam, não somente medos ou inseguranças, mas conseguir prosseguir com atividades diárias, relacionamentos, entre outras ações. Dependendo da situação e violência as consequências vão além, chegando a limitações como de andar na rua, poder andar em determinados locais ou em certas horas do dia, como citados nas falas acima. Importante comentar, todavia, que nenhuma das mulheres entrevistadas afirmaram terem adquirido alguma consequência ou seqüela grande do âmbito físico, como perda de função motora. Entretanto como apontado no tópico da pergunta anterior, algumas relataram terem sofrido agressões físicas e tornaram-se em hematomas na pele, com roxos, e dores.

4.2.6 Pergunta 6 - “O que você entende como defesa pessoal?”

Esta representa a mudança de temática dentro da entrevista e ao mesmo tempo a aproximação e questionamento inicial do conceito de defesa pessoal para estas mulheres. Para assim relacionar e identificar as suas representações, sejam elas pessoais, sociais ou culturais, bem como o real significado do uso deste conhecimento, a relação com a prática em si e as mudanças decorrentes, tanto físicas quanto psicológicas decorrentes. A princípio foi identificado uma proximidade muito grande nas falas das participantes ao deixarem claro que, na sua visão, o objetivo elementar da defesa pessoal seria de assegurar a própria vida, e esta é a primeira categoria aqui estabelecida, da Auto-proteção.

É **você aprender a se defender** com os meios que você tem e você, você, assim, tentar se defender a qualquer custo. Pra mim, defesa pessoal é isso. Você utilizar qualquer coisa que você tem em mãos pra, pra **defender sua vida**, que é seu bem mais precioso [...] (Rosane).

Sair de uma situação em que ponha a gente em perigo, por exemplo, né, que a gente consiga, é, falando em agressão mesmo, física, que você, é... Sozinho, ou então por si mesma consiga, de alguma forma, **desviar dessa, desse tipo de, de perigo** [...] (Dolores).

Isto pode parecer óbvio para muitas pessoas, mas para estas mulheres e tantas outras, envolve quebrar barreiras de preconceito social (de mulheres praticarem luta, artes marciais e/ou defesa pessoal) e o próprio medo de se machucarem ao praticarem (COLLINS-DOGRUL; ULRICH, 2018; HOLLANDER, 2009). Buscar se defender através do Krav Maga, ou qualquer outra modalidade de defesa pessoal, envolve mais do que aprender técnicas de combate e preparo físico, mas compreender que seu objetivo é de assegurar a própria vida, que você está em uma situação de perigo e que seu propósito e pensamento devem ser de encontrar a melhor forma de se proteger das ameaças impostas (LICHTENSTEIN, 2006). Para Rouse e Slutsky (2014), a maneira pela qual as mulheres passaram a empoderar seus corpos através do aprendizado da defesa pessoal foi importante para lutar contra ataques violentos de estranhos, privações políticas e a violência familiar, que há tempos ocorre em nossa sociedade. Por meio de um treinamento da legítima defesa, estas foram munidas com as habilidades físicas necessárias para se defenderem de agressões ou auto eficácia suficiente para enfrentar seus medos. Além disto, os autores reforçam a ideia de que o treinamento também serviu como uma forma de protesto, fornecendo-lhes técnicas de proteção contra abusos, dentro ou fora de casa. Para os autores era esperado que ao desafiar

literal e figurativamente a estrutura de poder patriarcal que as impedia de reivindicar seus direitos, seria possível alcançar maior igualdade como cidadãos e seres humanos.

É eu sentir que posso fazer alguma coisa em relação a aquela situação. Eu sentir que eu posso agir de forma ativa mesmo, sabe? **De conseguir proteger o meu bem, que é a minha vida, meu corpo.** Então eu acho que é isso, eu conseguir proteger o que eu mais priorizo (Kássia).

Defesa pessoal, assim, todo o termo, logo me remete a uma defesa. Então, assim, qualquer coisa que, por exemplo, que eu tiver que **usar em legítima defesa dentro de uma situação de perigo**, eu vou tá totalmente protegida pelo jurídico (Rosane).

Hollander (2016) discute no seu trabalho exatamente a importância da prática de uma modalidade de defesa pessoal, pois é comum a crítica e pressuposição que o treinamento de autodefesa envolve apenas habilidades físicas, como socos ou chutes, o que não é necessariamente verdade de acordo com Lichtenstein (2006), porém esta questão, a princípio, se tornou uma categoria: a defesa Contra Agressão Física. Na visão destas mulheres este seria um grande medo, sofrer violência física, logo a defesa pessoal serviria, sim, o objetivo de aprimorar a parte física, trabalhando com elaborados movimentos e técnicas que buscassem cobrir a maior área possível e tornar os movimentos rápidos e instintivos para se defenderem. Bloqueando ou desviando, para assim, se preciso for, aumentar a potência dos golpes, buscando atingir os pontos sensíveis do corpo humano do agressor, neutralizando-o, independente do seu tamanho interrompendo a ameaça. Metodologia essa que eliminaria um dos receios, incorporados como uma das principais, a dificuldade de se iniciar a prática - a diferença de tamanhos, comum entre homens e mulheres (HOLLANDER, 2010). Os golpes, desenvolvidos com base nas leis da física - de corpos e massas - utilizam da transferência de peso e força da explosão do movimento para imprimir um resultado mais eficaz que incapacite a ofensiva, o que eliminaria essa diferença (LICHTENSTEIN, 2006).

Eu penso mais na parte física mesmo, porque a minha maior preocupação é a violência física. Concretizar o meu objetivo, se eu me defendo, eu **posso dizer que eu me defendo, sabendo defesa pessoal mesmo**, no sentido de arte marcial, [...], **para mim defesa pessoal é a parte física** (Olga).

Alguma forma de... de a gente **conseguir se defender mesmo**, de uma ameaça, de um perigo, de, é ter mecanismos, os instrumentos, ferramentas (Cleusa).

Vinculado a questão física categorizamos outra questão, a do Auto-Controle Corporal. O que para estas mulheres se traduz em a capacidade de conseguir realizar movimentos e técnicas de defesa para que pudessem estar preparadas para ameaças reais. Jordan e Mossman (2018) em seus estudos apontam claramente os ganhos de meninas de diversas idades que participaram da pesquisa e deram exemplos não apenas de movimentos físicos que aprenderam, mas também de descobrir o poder de sua própria voz e como ela poderia ser usada para assustar e denunciar um agressor e/ou gritar por socorro. Este aprendizado é fundamental, visto que muitas vezes a omissão e o medo de reagir fazem com que a pessoa não consiga se desvencilhar daquela situação e resulte por sofrer violência. A supressão da voz e a submissão podem ser a diferença entre sofrer ou não violência, assim é válido ressaltar que muitas meninas e mulheres necessitam de educação e suporte para conseguirem reconhecer a amplitude e valor dos próprios comportamentos, reforçando ou entendendo o que está no seu controle, como se defender (HOLLANDER, 2004).

Primeiro como você consegue **controlar o seu corpo** e que tipo de ponto fraco o seu oponente **pode ter para você consegue sair de uma situação** (Wanessa).

Eu entendo como defesa pessoal **qualquer habilidade que te proteja**, ou te acrescente alguma vantagem no momento de... De luta (Sara).

Analisando as falas destas mulheres foi possível categorizar e identificar pontos em comuns e importantes para além da parte física que a prática proporciona ou pode proporcionar. Primeiramente a categoria Independência, a possibilidade de alcançar mais autonomia, seja dentro de relacionamentos amorosos ou familiares ou no contexto urbano e social. Categoria esta que reforçou a ideia de que a prática de defesa pessoal proporciona mudanças para além da questão física.

Defesa pessoal para mim é algo que **me trás uma segurança**, então é algo que **me da independência**, que **me dá mais autoconfiança**, [...]. Então para mim defesa pessoal é uma coisa que me faz **me sentir segura** (Diana).

É você **conseguir se defender**, né, você conseguir ter as ferramentas, é, pra conseguir em um ato desse ou em alguma situação que te exponha ao risco você **conseguir tomar uma providência**, **ter uma reação que vá te proteger**, de uma determinada forma (Sofia).

É não depender de outra pessoa pra te defender se você tiver em algum tipo de risco (Márcia).

Sherman e Cohen (2006) discutem exatamente a ideia de que as pessoas são motivadas a proteger a integridade percebida e o valor de si mesmas, a motivação para isto vem da relação do indivíduo com o contexto e as consequências desta relação na sua realidade. Se sentir ameaçado, ter medo, inseguranças, são fatores que fazem as pessoas se questionarem e a buscarem alternativas para se proteger, como câmeras de segurança, carros blindados, janelas gradeadas, ou no caso, aulas de defesa pessoal. Os autores elaboram o conceito ao afirmar que as pessoas são tendenciosas em suas avaliações de realidade como ameaçadoras, porque ser uma "pessoa saudável" é uma parte importante de como elas se veem, além de ser uma construção social. Fazer uma mudança de comportamento em uma direção positiva carrega o fardo de reconhecer que ela, a pessoa, ou o contexto em que vive não são funcionais, saudáveis. Deste modo, pode-se dizer que a mudança na percepção e atitude, dessas mulheres, para buscar meios de se proteger, condizem com a consciência desta possibilidade, riscos, e a eficiência desta mudança, a utilização da prática defesa pessoal para se proteger. Evidências estas percebidas nas entrevistas, como a última categoria estabelecida: Insight.

Eu acho que eles ensinam não somente você se defender fisicamente, a **partir do momento que você se vê capaz de se defender fisicamente, você abre seu leque de raciocínio, você vê que é capaz também de se defender moralmente, intelectualmente**, entendeu? (Josimar).

Porque a defesa pessoal te ajuda não no sentido também só da violência física, mas de você **ter o psicólogo de enfrentar**, se for outros tipos de violência. Até na luta psicológica você já tem aquela **preparo de saber que, se caso eu precisar eu vou saber me defender** (Emanuelle).

Não é uma coisa que eu vou usar pra bater nos outros, eu vou usar na hora que eu estiver realmente em perigo, [...] te treina pra você ter aquela reação na hora que você estiver, tipo, mais desesperada [...] te treina com uma espécie de metodologia de você **reagir num método meio que automático**, pra justamente te salvar a vida num momento mais precioso, crucial, você tem ali que é pra você salvar a sua vida (Amara).

Pinciotti e Orcutt (2018) em seus estudos apontaram que a prática de defesa pessoal foi determinante e efetiva em histórias de trauma sexual ao longo da vida, proporcionando mudanças de autoeficácia após a conclusão de um curso de autodefesa, as mulheres experimentaram aumentos significativos nas atividades, interpessoal e autoeficácia. Retomando as colocações de Hollander (2016) que reforça a ideia de que a prática de defesa

peçoal traz benefícios importantes para a auto eficácia, aprimoramento pessoal e autocuidado, pois além de soluções de longo prazo estabelecidas por instituições e governos, para a mudança da sociedade, precisamos urgentemente de estratégias de curto prazo que possam se implementadas imediatamente para prevenir as agressões, principalmente sexuais que acontecem diariamente, constantemente (CERQUEIRA *et al.*, 2019).

Assim, é preciso dizer que ensinar apenas chutes e socos é incompleto, da mesma forma, apenas dizer as mulheres que elas tem o direito de serem tratadas com respeito seria insuficiente, pois a violência vem do meio, é externa, você sofre violência, logo está para além do controle pessoal, o que faz com que adquirir o conhecimento de uma alternativa que está ao seu controle, torna-se importante para o combate a questões como a violência. É a combinação de habilidades práticas ensinadas pela defesa pessoal, acompanhado por diálogos e discussões dirigidas a aumentar a autoestima e a confiança das mulheres, que unidas, podem, aumentar a autoeficácia e autoproteção das mesmas (JORDAN; MOSSMAN, 2017).

4.2.7 Pergunta 7 - “O que te levou a praticar defesa pessoal, Krav Maga? E o que te motiva continuar praticando?”

Esta pergunta, primordial a este estudo, foi feita com o intuito de entender os porquês destas mulheres buscarem quebrar paradigmas sociais e enfrentar preconceitos para praticar esta modalidade de defesa pessoal. Quais são as expectativas e objetivos que elas têm com o Krav Maga e o que essa prática gerou em suas vidas para contribuir na continuação e dedicação a mesma. A primeira categoria aqui descrita se refere Aprender a se Defender, ponto dito diretamente com maior frequência, dezessete vezes, das vinte e uma entrevistadas, para ser exato.

Eu estava **me sentindo muito desprotegida. Não dá para depender da polícia.** Não para você depender do outro, de entrar em um prédio. Entendeu? **Não dá para contar com outros sempre.** Então eu quis fazer algo por mim (Kássia).

Não é a força, é a técnica. É o que me mais me chamou atenção, entendeu? E além de eu também como, de defesa contra grupo, contra pessoas armadas entendeu? Eu achei que é **uma técnica que me deu uma, um leque maior de opções** (Josimar).

Porque tipo você pode fazer **exercício físico** e ao mesmo tempo é uma coisa que, tipo **uma arte que a gente aprende para se defender, ou**

também ajudar os outros, a defender outras pessoas também (Bruna).

Então a primeira coisa que eu queria realmente, é... **Ser capaz de me defender**, tipo, eu sempre via esses noticiários, mulher foi estuprada e assassinada depois, e eu ficava pensando “poxa, será que se ela soubesse fazer alguma coisa para sair daquela situação” (Olga).

Krav Maga englobava tudo o que eu gostaria, que era **o condicionamento físico, um convívio social** que me trouxesse **qualidade de vida e mental**, uma sanidade mental e **uma ferramenta que eu poderia utilizar** na minha vida (Gisele).

Esta categoria e sua reiteração no resultado deixam claro que a principal motivação e percepção destas mulheres, está em obter uma alternativa possível e disponível para se defender. Através da própria capacidade física e mental evitar ou lidar com possíveis situações de violência, resultado este semelhante ao do estudo de Hollander (2010). Além disso aproxima também do trabalho de Brecklin e Ullman (2004), um dos poucos estudos que mencionam os motivos das mulheres para praticar defesa pessoal, estes declaram explicitamente que a maioria se matricula por causa de experiências anteriores de violência ou medo de violência futura. Entretanto na análise de conteúdo destes, uma minoria de mulheres fizeram esta correlação direta (de estarem buscando a defesa pessoal para se defender por terem sofrido violência explícita no passado) e apesar de ainda que existente, ficou evidente pelas falas que a maior motivação encontrada estava baseada no medo de possíveis e futuras situações de violência e a auto percepção de falta de preparo, conhecimento e capacidade física, se caso viesse a ocorrer.

O que me levou a praticar uma defesa pessoal foram esses episódios que te falei (**ter sofrido um assalto**). E a ter escolhido o Krav Maga em si, é que **me identifiquei com a técnica**, eu achei é... bem direta. Eu me senti mais capaz [...] **Não é a força, é a técnica** (Josimar).

Eu acho importante para mulher, ela tá mais suscetível né, em todos os ambientes. No meu caso foi **no ambiente de trabalho**, mas pode ser **na rua né?** Assalto, tudo no geral (Emanuelle).

Porque eu fui abordada duas vezes, mas nenhuma das duas vezes tive nada levado. E essa (evento em que o amigo foi assaltado em sua frente) foi a primeira vez que eu vi alguém, sendo, tipo... Perdendo alguma coisa sabe? [...] eu entendi ali que eu tinha que ter um tom mais, sabe tipo, saber, **saber lidar com a situação**, porque se eu estivesse sozinha e se aquilo acontecesse comigo e não sei se o cara iria só me assaltar, se o cara iria fazer mais alguma coisa comigo. Daí eu pensei “eu preciso aprender a sair dessas situações!” e o Krav Maga é muito assim: é a sua vida [...] (Diana).

A próxima categoria está relacionada diretamente à primeira, classificada como o Medo por Ser Mulher, como o próprio nome já diz esta foi identificada em diversas falas como situações e percepções que elas consideram estar relacionadas a riscos e questões geradas puramente por serem mulheres. O medo de sofrer violência é dito em diversas formas e motivos, além de estar em todas as falas das mulheres entrevistadas, porém quase metade fez uma correlação direta com o fato de serem mulheres correm riscos (e terem medos) para além dos normalmente identificados por homens (ENGEL, 2020). O Femicídio, o homicídio praticado contra a mulher em decorrência do fato de ela ser mulher (misoginia e menosprezo pela condição feminina ou discriminação de gênero) é real (BRASIL, 2015), diversos casos são notificados e reportados diariamente nas mídias e internet. O número de casos são elevados no Brasil (CERQUEIRA *et al.*, 2019; FBSP, 2019) e com isto o medo daquelas que sofreram ou não deste mal também cresce, a insegurança toma conta e faz com que as pessoas busquem alternativas para tentar amenizar os riscos e evitar se possível situações de violência.

Eu sempre quis me sentir menos indefesa diante do mundo, porque “mulher não pode sair sozinha, até muito tarde...”. A gente fica com medo. As pessoas te falam “Ah, você não deveria fazer isso”, “Isso é perigoso”, “Não vai pegar Uber sozinha”, várias coisas que você tem que fazer, porque, se não, você não vai viver e eu acho que... **eu busquei fazer pra me sentir um pouco mais segura**, assim, e também porque eu não sabia me defender de nenhum jeito (Márcia).

Ainda mais num mundo que a gente vive hoje, que a gente não tá, assim, ileso a nada que possa acontecer e... cada vez mais, eu vejo como é difícil, por exemplo, **têm determinados medos que eu tenho, por ser mulher**, que eu acredito que outra pessoa, um homem não teria. Por exemplo, ir caminhar, numa via São Pedro (avenida principal do Bairro São Pedro em Juiz de Fora - MG), oito horas da manhã, amanhã. Isso é uma coisa que tenho medo de fazer. Oito horas da manhã não vai ter ninguém (Rosane).

Por conta desse medo mesmo de andar na rua à noite, alguns bairros que eu costumava passar e eles eram bairros que às vezes aconteciam assaltos e, por exemplo, **mulher eu associava também à violência sexual e aí eu tinha esse receio** (Sofia).

Congruente a questão de sentir medo, a próxima categoria designada como Independência diz respeito à forma como estas mulheres identificaram que iriam alcançar esse objetivo, de se tornar mais autônomas ao praticar o Krav Maga. Quando se trata de violência contra a mulher um dilema recorrente é a questão da liberdade, seja de vestir o que sente vontade a sair para onde e quando quiser, como a limitação gerada a partir dos medos em

relação ao convívio social, principalmente no ambiente urbano. Assunto este debatido em diversas áreas do conhecimento, como Rouse e Slutsky, (2014) que trazem uma abordagem da sociologia histórica e discutem a questão das mulheres do movimento sufragista fortalecerem seus corpos e defenderam a ideia de que todas as mulheres são fisicamente capazes de se defender. Além de que, deveriam aprender autodefesa não apenas para se proteger fisicamente, mas também para se instruírem psicológica e politicamente para as batalhas que enfrentariam tanto na ambiente público, quanto privado. Resistindo à opressão por meio de marchas e greves de fome, empoderando seus corpos para lutar contra a agressão, sexismo e privação. Ideias estas que se relacionam com as respostas das mulheres desta pesquisa ao deixarem claro que estão utilizando da defesa pessoal como uma alternativa para lutar contra formas de opressão, sejam elas físicas ou relacionadas aos construtos sociais de gênero que diminuam e desfavorecem as mulheres diariamente.

Eu sabendo da importância, né, de defesa nessa sociedade violenta que eu cresci, né, que eu presenciei. Então eu sabia que tinha uma utilidade que **poderia ser útil pra toda a minha vida, né, uma ferramenta ali** e, ao mesmo tempo, unir esses outros desejos que eu tinha (Gisele).

Porque eu dou aula à noite então voltava sempre a pé **sozinha**,[...]. Então eu me sentia sozinha... E eu pensei, se acontecer alguma coisa aqui, eu posso às vezes desviar, **eu atravesso a rua quando vejo algo suspeito**, mesmo se a pessoa atravessar junto comigo eu continuo e **o que eu posso fazer em relação a isso?** (Kássia)

Então a primeira coisa que eu queria realmente, é... **Ser capaz de me defender**, tipo, eu sempre via esses noticiários, mulher foi estuprada e assassinada depois, e eu ficava pensando “poxa, **será que se ela soubesse fazer alguma coisa para sair daquela situação**”, porque fica parecendo que você entregou a sua vida à toa, parece até que é fácil matar uma pessoa (Olga).

Para além do medo, insegurança e a própria questão da violência, foram identificadas mais quatro categorias: Atividade Física; Satisfação Técnica (com a modalidade); Ambiente Acolhedor e Curiosidade. Todas estas assinaladas no estudo de Hollander (2010), a qual discute e traz a ideia de que o principal motivo, abarcando os outros, seria a motivação social. Por meio de conexões com outras pessoas - como pessoas de referência, notícias e indicações de amigos - as mulheres chegariam às aulas de defesa pessoal. Ela ressalta que o incentivo e o depoimento de outras pessoas poderiam ajudar as mulheres a enfrentar as barreiras, sejam elas pessoais ou sociais, para se matricular na modalidade. O que se relaciona com a categoria Ambiente Acolhedor, a qual foi relatada por algumas mulheres como algo que as ajudou a

superar suas inseguranças e a continuar praticando, apesar das dificuldades físicas decorrentes do avanço técnico do Krav Maga em relação sua capacidade corporal.

Fui fazer a aula, né, pra ver se gostava. **Uma das coisas que motivou a ficar foi que o pessoal foi muito receptivo** também, então eu já falei assim “Nossa, que...” **eu não senti que eles se sentiam superiores**. Achei isso muito bacana. Falei “Nossa. Então eles vão... não vão ser aquela pessoa que “Ah, que é faixa branca, eu não vou conversar com ela”, eles vão me incluir (Patrícia).

E o contato com as pessoas que fazem também. **Você vê que são pessoas que estão ali pra te ajudar**. Não é... não tem essa intenção de competição, igual algumas outras lutas têm. Né? É sempre é uma questão de tentar ajudar ao outro mesmo. E, aí, eu gosto desse clima, assim, além de tudo, eu acho que **o clima do Krav Maga também é muito propício pra união, pra harmonia e ajudar o outro também a melhorar** (Rosane).

Já a Satisfação Técnica foi considerada o conjunto de falas que se refere à qualidade metodológica da modalidade. Lichtenstein (2006) deixa bem claro que o objetivo do Krav Maga é de ser pragmático, eficiente e com utilização máxima do próprio corpo e autocontrole emocional para aplicar movimentos e golpes precisos. Sendo assim uma resposta no mesmo nível da ameaça, sem ultrapassar o limiar entre defesa pessoal e agressor, garantindo assim o seu direito. O que possibilita o indivíduo (independente da altura, peso, sexo e idade) responder a, principalmente, ameaças físicas com controle e exatidão. Característica esta, identificada nas falas e apreciada pelas mulheres como a vantagem e diferencial do Krav Maga em relação às outras opções, como Aikido ou Muay Thai comumente utilizadas para defesa pessoal.

Então assim, todo movimento do **Krav Maga você tem a sua força, mas você tem a física**, então por isso que **qualquer um pode praticar**, porque pode ser homem, pode ser mulher, e eu consigo sair de um homem e eu consigo sair de uma mulher, se eu não consigo numa um, um método eu consigo de outro. E, assim, eu tenho **várias formas de sair de determinada situação** (Amara).

Me identifiquei com a técnica, eu achei é... **bem direta. Eu me senti mais capaz**, como pega em pontos vitais, não importa se eu sou, sei lá, se eu tenho 50 kg contra um homem de 80 kg, eu sei que eu vou, que sou capaz de fazer alguma coisa. Não é a força, é a técnica (Josimar).

Por trás deste conjunto de pensamentos, ainda, de acordo com Hollander (2010) e percebido nas falas das entrevistadas, estaria uma busca por auto aprimoramento. Seja ele

físico, o que enquadra na categoria Atividade Física, na qual estas mulheres indicam querer alcançar novas habilidades corporais, aumento da flexibilidade e massa muscular, assim como desenvolver sua capacidade reativa e reflexos. Ou psicoemocional, atribuído na categoria Curiosidade, no que se refere ao interesse gerado através de conversas e notícias que exemplificam ou ilustram as vantagens alegadas ao se praticar defesa pessoal. De acordo com as entrevistas foi percebido que conceber as possibilidades adjuntas da prática do Krav Maga (todas estas anteriormente citadas) causa interessante e cativa estas mulheres, o que geraria nelas uma motivação para experimentar e vivenciar, ao menos, uma aula de defesa pessoal.

O que me motivou não foi a violência em si, **foi essa matéria do Fantástico que eu vi**, que eu falei “**Mulher pode**”, entendeu? Assim, mulher consegue fazer isso e passou umas mulheres fazendo e conseguindo derrubar homens e não sei o que. E eu falei “Ah, eu gostei disso” (Valquíria).

E aí me interessei, **aí eu entrei pra ver como é que era**, e aí eu vi exatamente isso que você falou (referência ao trecho lido na entrevista), né, **forma de me defender, independente do tamanho**, da pessoa que for agredir, **do sexo**, tudo mais. E... Como eu acho que assim, principalmente, **nós, mulheres, estamos sempre assim, mais vulneráveis** a esse tipo de agressão, seja ela qual for, **eu acho que pra mim é importante você ter uma noção** (Dolores).

O Krav Maga englobava tudo o que eu gostaria, que era o condicionamento físico, um convívio social que me trouxesse qualidade de vida e mental, uma sanidade mental e uma ferramenta que eu poderia utilizar na minha vida (Gisele).

4.2.8 Pergunta 8 - “A prática de Krav Maga mudou algo na sua vida? Seja fatores físicos ou psicológicos/emocionais.”

Nesta pergunta foram identificadas três categorias de alterações significativas por parte das mulheres que engloba três aspectos importantes e trabalhados no Krav Maga: o emocional; o comportamento e o condicionamento físico. Todas as categorias descritas na discussão desta pergunta foram identificadas e comparadas ao trabalho de Hollander (2004), que também utilizou de uma entrevista para obter os resultados, o que incluía perguntas sobre experiências anteriores, medo, crenças, percepções sobre violência, além disso, perguntou sobre as experiências das mulheres nas aulas de defesa pessoal e sobre as experiências que tiveram de perigo e violência desde o início da prática.

[...] A questão da **autoestima** de saber se colocar, de saber que tem seu valor na sociedade, mais do que isso, **ter certeza que de alguma forma você sabe se defender** (Josimar).

A **confiança**, a gente ganha uma confiança de **se sentir capaz**, se caso tiver mesmo uma situação real de ameaça física, você se sentir capaz de **conseguir se defender**, dá uma confiança muito boa (Emanuelle).

Nunca precisei usar, né, mas com certeza psicologicamente **me sinto muito mais segura**, estar nos lugares sem estar com tanto medo, independente do horário, independente do local [...] (Márcia).

A primeira categoria diz respeito às mudanças Psicoemocionais, principalmente, com a questão da autoeficácia e autoestima, sendo que ambas foram percebidas pelas entrevistadas como mais elevadas depois de terem começado a praticar defesa pessoal, assim como no trabalho de Hollander. Nas falas, termos como auto-estima, confiança e segurança são os mais utilizados para exemplificar as mudanças cognitivas e emocionais que elas perceberam. Das vinte e uma mulheres entrevistadas, dezenove responderam que obtiveram alterações semelhantes aos exemplos abaixo. Sendo que as duas participantes que não citaram esta categoria possuíam menos de um mês de prática, todas as outras possuíam mais meses de dedicação ou pelo menos uma das graduações possíveis dentro do Krav Maga (o que faz com que tenham pelo menos oito meses de prática, requisito mínimo para se tentar o primeiro teste de graduação).

Eu passei a **observar mais o ambiente** que eu estou [...] a parte do Krav Maga me ajudou mais foi postura. **De andar na rua**. De procurar **me defender, defender as pessoas que eu amo**, e por aí (Olga).

Perceber o ambiente ao seu redor, não ter mais medo de, assim, às vezes você sente uma coisa meio estranha à noite. Você tá andando sozinha aí você vê, às vezes, um homem. Antes eu costumava ficar bem mais intimidada, com medo, sabe, aí ia andando rápido e tudo o mais. Aí, agora, **eu já consigo ficar mais calma**, entender, olhar pra pessoa (Cleusa).

O treinamento de defesa pessoal modifica não apenas o cognitivo em relação a si mesmo, mas também como nos relacionamos com os outros e o ambiente. As percepções e a atenção mudam, criando um estado de vigília e foco, transformações essas que agrupadas foram consideradas como a categoria Comportamental. No estudo de Hollander (2004), conecta diretamente estas mudanças nas suas práticas diárias como o propósito de prevenir ou evitar situações de risco. Seja de precauções simples e de bom senso, como trancar as portas

com mais frequência, prestar atenção no ambiente (dentro ou, principalmente, fora de casa) ou mesmo a postura perante homens conhecidos ou estranhos.

Em questão físicas me ajudou a ficar mais “fit”, a ficar com mais resistência, [...] me motivou a malhar, a fazer treino funcional e essas coisas, para eu ficar mais, em forma, para poder até, enfim, executar a parte do Krav Maga melhor. Então já foi um incentivo nesse sentido, incentivo a correr atrás, a fazer mais exercício e tal. A ter mais disposição (Bruna).

Além das alterações subjetivas ligadas a prática é preciso mencionar e categorizar a parte Física, as mudanças decorrentes da realização de um exercício físico. Apesar de algumas mulheres relataram já possuírem condicionamento físico previamente, tantas outras afirmaram que esta modalidade contribuiu, muito, para desenvolver novas habilidades, até então desconhecidas sobre o próprio corpo. Sem contar, como mencionado anteriormente, a confiança no próprio corpo de ultrapassar certos limites corporais e cumprir com as necessidades vindas da atividade aumentou sua dedicação a prática e com isto os resultados físicos. Hollander (2004) ressalta que o fator confiança é fundamental, pois de nada adianta ter habilidades de proteção física altamente desenvolvidas, se a mulher não tiver o preparo mental e um nível de autoestima suficiente que a possibilite usar esta capacidade para lidar com situações de risco. Por fim, atento a uma fala marcante sobre um obstáculo pessoal em relação a prática do Krav Maga e a categoria da parte física:

Em relação a preparo físico, a **importância do preparo físico**, é, principalmente no, no quesito de ver que eu sou capaz de fazer coisas. Com o câncer, eu enfrento algumas, várias dificuldades em não poder fazer um tanto de atividade física, que eu sou mastectomizada, minhas costas, a musculatura, ela tá na frente, então assim, um tanto de coisas eu não faço. E isso não impediu de fazer. Então o **Krav Maga**, de todas as outras atividades que eu procurei, e, assim, dado que eu, no caso, não é uma pessoa sem instrução, sem oportunidade de procurar inúmeras atividades, **foi a única atividade onde eu me senti acolhida, onde eu encontrei alguém que falasse assim “você consegue fazer isso? Você consegue enfiar o dedo no olho de alguém, você consegue morder? Então você consegue fazer alguma coisa” (Mariane).**

4.2.9 Pergunta 9 - “Você indicaria ou indicou a prática de defesa pessoal para alguém? Porquê?”

O objetivo desta pergunta foi ser direta e com o intuito de identificar as motivações que estas mulheres alegam para recomendar a prática para outras. Entender quais as vantagens e benefícios elas constatarem adquirir pela prática e porque isso seria de valor para outras mulheres. A princípio é válido ressaltar que todas responderam positivamente para a primeira pergunta, afirmando que já indicaram e/ou indicariam para outras mulheres a prática.

Eu indico porque gera confiança, acho que essa é a parte psicológica que treinar Krav Maga me deu. E também porque eu **acho que seria bom as pessoas, todas, terem a capacidade de se defenderem** em caso de uma agressão, de uma violência urbana (Olga).

Sim. Indicaria com certeza. [...] Porque eu **acho que todas as mulheres deveriam de se sentir assim, mais seguras de andar na rua**, de andar, de estar em ambientes que a gente considera naturalmente inseguro, sei lá, festa, dentro de carro mesmo à noite, de madrugada, em lugares considerados perigosos, na presença de homens (Cleusa).

Eu... Indicaria, e já indiquei, [...] **porque a gente sofre muito com... Com assédio e com medo**, né, a gente vive com medo, então, eu acho que é uma maneira, tipo assim, **de se sentir um pouco mais segura** (Fabiola).

Sim [...] porque justamente o que eu falei, **aumenta muito a autoestima**, [...] então a gente acaba **treinando o controle**, a gente acaba treinando outras partes nossas, cérebro, que a gente no dia a dia não faz. Então a **gente fica menos reativo, a gente escolhe a hora de ser reativo**, na hora que precisa de ser reativo, na hora que precisa de ter explosão, então, assim, eu acho muito importante isso e muitas pessoas não tem isso, então eu sempre indico (Amara).

Os resultados aqui encontrados estão alinhados com os das entrevistas existentes no estudo de Brecklin e Middendorf (2014), que analisou o papel da interação do grupo em aulas de defesa pessoal para mulheres e os benefícios oriundos dessa interação entre as participantes e a relação com as aulas em si. As respostas indicaram que os grupos cujos membros vivenciaram proximidade e vínculo, tendem a ter um melhor desempenho, mais confiança em si mesmos e acabaram sendo mais dedicados ao grupo como um todo. Além de que a percepção de uma ameaça em comum, seus riscos e potenciais favoreceu a conexão entre os membros, assim como o vínculo com seus colegas em uma atmosfera, descrita como, divertida confortável e segura, respostas e termos muito semelhantes às deste estudo. As participantes também citaram que ver a capacidade e realizações de outras mulheres aumentava sua confiança nelas mesmas. Com isso, fica evidente que a divulgação e aproximação dessa modalidade com o público feminino se torna imprescindível para

manutenção e estabelecimento de pensamentos progressistas que aproximem as mulheres da defesa pessoal. Aumentando o número de praticantes, levando a uma reação em cadeia de incentivo e valorização da modalidade e assim ser possível alcançar os benefícios e mudanças significativas que podem contribuir para sua segurança e confiança (HOLLANDER, 2014; JORDAN; MOSSMAN, 2017; THOMPSON, 2014).

Uma coisa que eu **sempre comento com as minhas amigas**, falo inclusive isso, como foi importante para mim, como mudou a minha visão, [...], **principalmente para mulher que tá mais suscetível a violência, então eu acho importante** (Emanuelle).

Nossa, sim, eu falo pra todas as minhas amigas pra fazerem. “Vamos fazer Krav Maga”, porque, **além de ser uma coisa que eu acho divertida**, assim, eu acho muito legal e... enfim, **muita coisa nova pra aprender, coisa que eu nem sabia que meu corpo conseguiria fazer, sabe?** (Márcia).

4.2.10 Pergunta 10 - “Você poderia compartilhar alguma vivência em que o uso ou o conhecimento de defesa pessoal fez diferença na sua vida?”

Nesta o questionamento estava exatamente na utilização da defesa pessoal em situações de risco e se, utilizando, houve algum benefício ou alteração no resultado previsto (sofrer a violência). Diversos estudos, anteriormente citados, pesquisaram justamente as repercussões da utilização de uma modalidade de defesa pessoal em momentos de violência e, apesar de não serem conclusivos e predizer universalmente o valor da aplicação, todos apontam que ao empregar técnicas de defesa pessoal em situações de violência contra as mulheres, na maioria dos casos, conseguiram ou evitar ou diminuir os prejuízos decorrentes dos eventos (HOLLANDER, 2004; JORDAN; MOSSMAN, 2018; STANDING *et al.*, 2017).

O trabalho que se destacou dentre os demais e que serve de exemplo seria o de Hollander (2014) que captou participantes em um Programa de Estudos sobre Mulheres e Gênero em uma universidade estadual no noroeste do Pacífico, nos EUA. Sendo que 117 mulheres que aceitaram participar praticavam o curso de defesa pessoal e outras 169 que não haviam feito aulas de defesa pessoal foram recrutadas em aulas regulares. Como resultado os autores apontaram que as mulheres na aula de autodefesa relataram significativamente menos agressões sexuais durante o ano subsequente do que as mulheres matriculadas em outras aulas nesta mesma universidade. Sendo que, esta diferença foi constatada pelo fato de que as praticantes de defesa pessoal utilizaram de técnicas e conhecimentos para evitar e fugir

efetivamente de situações de risco de violência. Relataram também aumento significativo de auto confiança, alegando que poderiam se defender contra um ataque de um estranho, conhecido ou íntimo, além de favorecer a probabilidade destas mulheres reconhecerem e relatarem uma experiência sexual indesejada como agressão sexual.

[...] **são duas coisas que eu, estou constantemente aprendendo, mas que nunca quero usar. Uma é o Krav Maga e o outro é primeiro socorros**, que a gente da área da saúde também tem que ter conhecimento básico de primeiro socorros. [...] **nunca passei por nada que eu tivesse que efetivamente usar não**, graças a Deus né? (Josimar).

Bom, **por enquanto eu não tive que usar** ele para nada, para me defender de ninguém, mas só o fato de saber que eu sei, [...] **eu to preparada, eu sei o que fazer** (Olga).

Não, nunca precisei usar nenhuma técnica mesmo não, de ter que me defender né? Mas essa vivência né, de se sentir, como comentei, **de se sentir mais confiante, se caso eu precisar, eu vou saber alguma técnica, isso já te trazer um pouco mais de tranquilidade** (Emanuelle).

Todas as mulheres que participaram deste estudo relataram que nunca tiveram que utilizar do Krav Maga, da defesa pessoal, para lidar com uma situação de violência. Apesar de relatarem terem passados por situações de assédio ou desconforto, em nenhum dos eventos, de acordo com as mesmas, chegou a ser necessário a utilização de técnicas de defesa corporal. Ainda assim inúmeras relataram terem obtidos benefícios e mudanças significativas em suas vidas que contribuíram para evitar situações de risco e domínio de suas reações.

Eu diria que fez diferença, mas na questão pessoal, na questão psicológica, [...]. **Eu to usando muito Krav Maga para trabalhar a minha mente**, porque a gente fica em quarentena a gente fica meio doido, [...], **eu to usando o Krav Maga meio como um atividade física para me acalmar**, porque ou a gente fica muito tempo parado e a gente tem muito problema familiar por conta disso, então ai... (Diana).

Tipo, se eu sair de um elevador com um homem, só você e o homem, às vezes tem gente que fica olhando pra você, reparando e antes a gente ficava, tipo, “Ai, meu Deus. Que abra logo a porta”. Eu saio dessa situação com medo, porque a gente fica com medo. A gente é condicionado por toda sociedade, enfim. Embora a gente nunca, eu nunca tenha sofrido violência, **eu tenho medo das situações**, assim. E até porque eu sou pequena, em fim. E **com o Krav Maga eu aprendi que o tamanho não importa tanto assim ou não muito, eu consigo estar nas situações de uma forma mais segura** [...] (Márcia).

Aí tinha um homem muito grande, grandão assim, de altura e grandão mesmo forte e ele tava esperando o elevador junto comigo. Só nós dois, assim, e ele tava me intimidando um pouco. **Eu tava sentindo uns olhares estranhos, uma aproximação [...]** eu acho que em outras situações eu teria fingido que esqueci alguma coisa no carro, voltado, algo assim, **porque eu realmente fiquei com medo. Mas, eu não fiz isso. Eu fiquei, mantive a postura [...]** me senti mais confiante (Cleusa).

Relatos estes que reforçam os resultados de estudos como o já citado Hollander (2014), ao indicarem justamente as 3 categorias identificadas nas respostas em relação as mudanças oriundas da prática: Mudanças Comportamentais (ampliação do ato de observar o ambiente; evitar certos locais anteriormente conhecidos como arriscados; postura corporal); Aprimoramento Físico (aprimoramento da capacidade de reação; reflexo e ganho de massa muscular) e Reestruturação Psicológica (aumento da confiança, segurança e atenção). Efeitos estes muito próximos também aos da pesquisa de Orchowski *et al.* (2008), a qual foi desenvolvido a eficácia de uma versão revisada de um programa de redução de risco de agressão sexual e autodefesa para mulheres universitárias. Os resultados apresentados indicaram que o protocolo foi eficaz em aumentar o uso de comportamentos de autoproteção, comunicação sexual assertiva e autoeficácia, conseguindo assim resistir a situações no relacionamento potencialmente ameaçadoras. Fica evidente que a participação de atividades que propagam as técnicas e o conhecimento de habilidades autodefensivas podem ajudar as mulheres a superarem as barreiras psicológicas que tornam difícil para as estas reconhecerem que estão em uma situação risco, seja com parceiros íntimos ou, no caso do estudo citado, desconhecidos. Avaliando o nível de risco envolvido, para assim desenvolver uma estratégia de resposta eficiente e deste modo reagir de maneira adequada.

4.2.11 Pergunta 11 - “Qual a relação que você enxerga entre a violência contra a mulher e a defesa pessoal?”

Por fim, foi elaborada um questionamento para compreender, a partir de tudo o que foi abordado, à partir da percepção e vivências próprias ou de histórias e notícias recordadas. Como as participantes relacionavam a possibilidade de uso do Krav Maga, como um meio de defesa pessoal, diante das diárias ameaças e o risco de sofrerem violência em diferentes contextos e de diferentes formas. Além disso, busca identificar se as mulheres conseguem

perceber possíveis transformações que a defesa pessoal possibilita às praticantes, sendo possível destacar algumas falas que abarcam sobre esses pontos almejados:

Eu acho que, hoje em dia, por causa do [...] fácil acesso as comunicação, as leituras, as pessoas estão ficando um pouco mais ciente do que deve ser feito. [...] **O principal motivo seria mesmo saber se defender, hoje em dia a mulher está mais ciente do que deve ser feito.** Tanto é que a gente vê assim, aumentou bastante né, o caso de denúncia, antigamente não tinha, não que não houvesse a agressão, tinha um preconceito, um medo aí atrás, né? (Josimar).

Eu acho que [...] com a violência contra a mulher acho que tem tudo haver, porque assim se a mulher tá mais segura, **se a mulher consegue se defender e dar esse susto**, porque geralmente a mulher é uma pessoa mais frágil, **então o agressor nunca vai ficar esperando uma reação dessa de uma mulher, porque sempre acham que a gente é um pobre coitada, indefeso** (Bruna).

Infelizmente, a gente ainda sofre muito, é, e, **na maioria das vezes, a gente tem uma certa desvantagem física**, né, então a mulher ela é mais facilmente agredida [...]. (Brigas) são situações que põem a mulher mais vulnerável, e **aí eu acho que a defesa pessoal, principalmente pras mulheres, é, eu acho que é essencial**, essencial assim (Dolores).

Aglutinando e relacionando tudo que foi identificado, categorizado e discutido até este momento, Rouse e Slutsky (2014) como um modelo de estudo deste conjunto de fatores, discute a concretização atrás da defesa pessoal como uma forma das mulheres desenvolverem habilidades físicas e torná-las capazes de se defenderem de ataques e ameaças que fazem parte da vida cotidiana. Além disso eles apresentam uma autora Hancock (1905), que décadas atrás já destacava o uso e incentivo da prática de artes marciais, compreendidas quanto uma forma de defesa pessoal, como forma de fortalecimento do corpo e expressão do novo lugar da mulher na sociedade. A relação que as mulheres entrevistadas fizeram sobre a percepção da fragilidade vista socialmente como presente nas mulheres, que possuem, por assim dizer, uma desvantagem física, e a oportunidade de realizarem aulas de defesa pessoal para desnivelar a diferença de forças entre homens e mulheres em uma agressão é apontado pelos autores através de documentos jornalísticos como importante para diminuição da apreensão de ameaças de violência física e, também, sexual.

Na sociedade a mulher ainda é vista como algo frágil. É... e o Krav Maga me faz sentir mais forte nesse sentido e **mais tranquila**, né, que apesar de eu ser grupo de risco eu vou ter ferramentas pra reagir,

se for necessário, e resguardar minha vida, né, que é o que mais importa (Gisele).

Eu já vi situações, assim, que, quando **eu fazia estágio** [...] Diversas vezes quando ela contava, falava assim, **quando o crime relatava e ela contava o que aconteceu, eu vi** que se elas tivessem, **se elas tivessem um pouco de conhecimento de defesa pessoal**, é... **poderia ter conseguido evitar** ou então, pelo menos, amenizar tudo que aconteceu, entendeu? (Rosane).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realidade da violência é um problema de saúde pública e acarreta em inúmeros danos na vida das vítimas (KRUG *et al.*, 2002). A falta de preparo para poder lidar com um caso de violência pelos profissionais da saúde e a não estrutura de uma rede eficiente acabam por colaborar com o aumento dos casos e a manutenção de sequelas e prejuízos nas vidas das mulheres, o que traz ainda mais danos em todos os âmbitos da vida das vítimas, do trabalho a própria a família (BRANDÃO *et al.*, 2019; GOMES *et al.*, 2012; SEHNEM *et al.*, 2019). As falas das entrevistadas ao serem questionadas sobre qual violência tem mais medo de sofrer, indicam uma forte relação com dados encontrados no 13º Anuário Brasileiro de Segurança Pública (FBSP, 2019), documento esse que aponta o alto índice de violência física contra a mulher, tendo como uma das principais consequência a letalidade do ato. Ademais, o Atlas da Violência (CERQUEIRA *et al.*, 2019) deixa em vista, assim como no Anuário, o aumento de homicídios ocorridos, que tem relação direta com uma maior procura por postos de saúde pública, na busca de suporte e assistência no processo de reabilitação após terem sofrido violência. (VIEIRA, 2019).

Diversas outras pesquisas sobre a ocorrência da violência no Brasil indicam a presença superior de mulheres de baixa escolaridade e renda financeira, assim como etnia preta ou outras não brancas, como elementos a serem considerados como de risco, agravantes para se sofrer violência (ANACLETO *et al.*, 2009; CORTEZ *et al.*, 2005; GADONI-COSTA *et al.*, 2011; KRUG *et al.*, 2002; C. A. B. OLIVEIRA *et al.* 2019). Contrariando estes resultados, nesta pesquisa a maioria das mulheres, se consideram brancas, possuíam renda mensal média de três salários mínimos, além de graduação superior ou em algum nível mais elevado, apresentaram, em relações aos estudos citados, índices abaixo de casos graves de violência. O que reforçaria os parâmetros apresentados na literatura e nesta pesquisa como, sim, agravantes

de relatos de casos de violência, sendo que mulheres brancas e com condição financeira e acadêmica mais elevadas, não estão enquadradas nestes grupos que considerados de risco (CERQUEIRA *et al.*, 2019; FBSP, 2019).

Assim como os dados sobre os profissionais que atendem as ocorrências de violência (em hospitais, postos de saúde, entre outros) e realizam a notificação compulsória ao perceberem hematomas, lesões físicas, dentre outros sinais de violência física (ARBOIT *et al.*, 2017), não condizem com a demanda de cuidados e casos de violência apresentados diariamente. Outro elemento, a mídia, pode contribuir em uma maior percepção da violência física por parte das mulheres como a mais presente, como exposto nos trechos das falas das entrevistadas. Contribuindo com as inseguranças e medos destas mulheres ao cogitarem e atribuírem, com possibilidades reais, de serem a próxima vítima (JESUS, 2020; C. D. SILVA; GOMES, 2018). Com isso a dificuldade e o receio de reportar situações de violência só aumentam e, assim, tantas e tantas mulheres sofrem caladas, não conseguem enfrentar suas realidades e acabam acumulados perdas, danos e prejuízos em todos os âmbitos das suas vidas.

Os dados encontrados nesta pesquisa, entretanto, mostram pelas vozes destas mulheres, que a prática de defesa pessoal pode desenvolver habilidades e competências que possibilitariam as mesmas responderem e, possivelmente, evitarem sofrerem violência, consequentemente sequelas e prejuízos (JORDAN, MOSSMAN, 2017; SINCLAIR *et al.*, 2013). O aumento da autoconfiança, autoestima e segurança para quem a pratica são os principais fatores psicoemocionais relacionados e identificados pelas mulheres, contribuindo para que estas mulheres consigam reportar casos de violência percebidos ou sofridos (GUTHRIE, 1997; HOLLANDER, 2004, 2018; JORDAN; MOSSMAN, 2017). Além do aprimoramento da capacidade física, elemento este que as mesmas mulheres reconheceram terem pouco desenvolvido e ser algo deficitário, mas agora possível de reverter, para assim se sentirem capazes, retomando a ideia da obtenção de confiança, para enfrentar as ameaças externas (MCDANIEL, 1993).

É interessante destacar que, apesar das mulheres entrevistadas praticarem e terem relatado melhorias no âmbitos comportamental, psicoemocional e aperfeiçoamento físico, o medo de uma situação se concretizar ainda está presente nas falas delas. Da mesma maneira em que este medo é o principal elemento motivacional para estas mulheres praticarem a defesa pessoal, no caso, o Krav Maga, para lidar com os diferentes contextos e relações de risco (BRECKLIN, ULLMAN, 2004; HOLLANDER, 2010; MCDANIEL, 1993). Isto se torna compreensível na medida que os dados, como fornecidos pelo FBSP (2019), apontam

uma alta na quantidade de crimes cometidos contra as mulheres que resultam em desfechos fatais. Em contrapartida o Krav Maga oferece exatamente os meios para se evitar ou enfrentar atos de violência que podem levar a esses resultados, através de técnicas e um conhecimento focado em proteger o seu bem mais precioso: a própria vida (LICHTENSTEIN, 2006).

As mulheres muitas vezes não se percebem como capazes de enfrentar fisicamente certos desafios, seja o de levantar um objeto mais pesado ou de enfrentar a violência vinda de alguém aparentemente mais forte. Ao praticar defesa pessoal e não se sentir ameaçada, sobretudo fisicamente, a mulher passa a se sentir capaz e acreditar em si mesma, levando à superação pessoal, através da superação de objetivos e barreiras, sejam elas sociais e/ou culturais (GUTHRIE, 1997; MCDANIEL, 1993). Além do aspecto do aumento de preparo físico, já mencionado, estas condições levam um aprendiz de defesa pessoal a uma vida mais saudável, física e mental (GUTHRIE, 1997). Ficando evidente, nos estudos aqui citados (HOLLANDER, 2004, 2014; JORDAN, MOSSMAN, 2017, 2018; STANDING *et al.*, 2017; THOMPSON, 2014) e nas falas dessas mulheres, que a participação de atividades, como a defesa pessoal, que propagam técnicas e o conhecimento de habilidades autodefensivas podem ajudar as mulheres a superarem bloqueios psicológicos que tornam difícil para estas reconhecerem que estão em uma situação risco, seja, principalmente, com parceiros íntimos ou desconhecidos.

Assim, apesar de ser uma amostra das mulheres brasileiras ou mesmo das praticantes de Krav Maga, vinculadas a FSAKM, a pesquisa conseguiu apontar diferentes ganhos através da prática da defesa pessoal para a segurança da mulher. O desenvolvimento de autocontrole, autoestima e confiança, assim como condicionamento físico, como já mencionados, são fatores proporcionados, de acordo com as mulheres, pelo ambiente acolhedor; as técnicas ensinadas; a filosofia e o objetivo da defesa pessoal, em preservar seu bem mais precioso: sua vida (FRASER; RUSSELL, 2000; GUTHRIE, 1997). Entretanto, é importante destacar que para melhor entender esta temática e relação são necessários novos estudos, principalmente nacionais, para atender e entender a nossa realidade, assim como intervenções mais abrangentes, se aproximando deste contexto até agora pouco trabalhado e compreendido. Ainda existem muitos preconceitos baseados em senso comum e estruturas culturais rígidas e arbitrarias, de caráter machista, que dificultam o acesso das mulheres à defesa pessoal, como um todo (FOLLO, 2012; ROUSE, SLUTSKY, 2014). É preciso reconhecer que este assunto envolve não apenas as mulheres, as vítimas, mas homens, que, como nos fatos aqui expostos e nos estudos descritos, se apresentam como fomentadores de tantos atos de violência, e possuem, desta forma, influências e responsabilidade sobre o assunto principal, a violência. O

propósito principal da discussão sobre violência contra a mulher deve ser de atingir e transformar a origem do problema, discutir para assim questionar e romper com padrões de pensamentos e comportamentos que contribuem na disseminação de tantas histórias de dor e sofrimento oriundas destes atos de violência. Todavia, por ora, esta estratégia, a prática de defesa pessoal, apresenta disponibilizar maior segurança e eficácia para proteção das mulheres em situações de emergência e risco de sofrerem violência, principalmente física.

E a relação que eu vejo entre as duas é que a defesa pessoal é **o único recurso contra a violência, o único recurso contra talvez, o mais, com resposta mais imediata**, digamos assim, **contra violência sexual**. Porque assim, para evitar a agressão, deve ter uma educação para homens e mulheres desde o início, mas é uma coisa que demanda muito tempo, então **para uma solução imediata agora, a defesa pessoal é o que tem**. Não que ela seja dispensável depois, acho que vai ser sempre necessário (Olga).

REFERÊNCIAS

- ADORNO, S. Exclusão socioeconômica e violência urbana. **Sociologias**, Porto Alegre, n. 8, p. 84-135, Dec. 2002.
- AGÊNCIA IBGE NOTÍCIAS. **IBGE divulga o rendimento domiciliar per capita 2019**. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releas/26956-ibge-divulga-o-rendimento-domiciliar-per-capita-2019>. Acesso em: 29 out. 2020.
- ALVES, A. M. Agredidas, mutiladas e condenadas a morte: reflexões sobre a violência contra mulheres na amazônia paraense. **Revista Agenda Social**, v. 12, n. 1, p. 109-119, 2019.
- ANACLETO, A. J., NJAINE, K., LONGO, G. Z., BOING, A. F., & PERES, K. G. Prevalência e fatores associados à violência entre parceiros íntimos: um estudo de base populacional em Lages, Santa Catarina, Brasil, 2007. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 4, p. 800-808, 2009.
- ARAUJO, M. DE F. Gênero e violência contra a mulher: o perigoso jogo de poder e dominação. **Psicol. Am. Lat.**, México, n. 14, p. 0-0. Out. 2008.
- ARBOIT, J.; PADOIN, S. M. D. M.; VIEIRA, L. B.; PAULA, C. C. D.; COSTA, M. C. D.; CORTES, L. F. Atenção à saúde de mulheres em situação de violência: desarticulação dos profissionais em rede. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 51, e03207, Abr. 2017.
- ARIF, E. "Fighting Is Not Pretty": Interpreting the Experience of Self-Defense in Girls' Fights. **Girlhood Studies**, v. 8, n. 1, p. 126-140, 2015.
- AVELINO, V. P.; MELGAÇO BARBOSA, Y. Direitos Humanos e violência contra mulher: realidade ou utopia?. **Oikos: Família e Sociedade em Debate**, [S. l.], v. 31, n. 2, p. 313 - 334, Ago. 2020.
- AZEVEDO, M. A.; GUERRA, V. DE A. Violência doméstica na infância e na adolescência. In: **Violência doméstica na infância e na adolescência**. São Paulo Robe, p. 126. 1995.
- BALL, K.; MARTIN, J. Self-defense training and traditional martial arts: Influences on self-efficacy and fear related to sexual victimization. **Sport, Exercise, and Performance Psychology**, v. 1, n. 2, p. 135, 2012.
- BAPTISTA, R. R. DE O. **Você e teus filhos vão morrer de fome: a violência patrimonial e a permanência da mulher no relacionamento abusivo**. 2020. 120 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2020
- BARDIN, L.; Pinheiro, A. Análise de Conteúdo/Laurence Bardin; Tradução Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro. **São Paulo: Edições**, v. 70, 2011.

BARROS, C. R. dos S.; SCHRAIBER, L. B. Violência por parceiro íntimo no relato de mulheres e de homens usuários de unidades básicas. **Revista de Saúde Pública**, v. 51, p. 7, 2017.

BERNARDINO, Í. D. M.; BARBOSA, K. G. N.; NÓBREGA, L. M. D.; CAVALCANTE, G. M. S.; FERREIRA, E. F.; D'AVILA, S. Violência contra mulheres em diferentes estágios do ciclo de vida no Brasil: um estudo exploratório. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 19, p. 740-752, 2016.

BEZERRA, J. DA F.; DA SILVA, R. M.; CAVALCANTI, L. F.; DO NASCIMENTO, J. L.; VIEIRA, L. J. E. DE S. & MOREIRA, G. A. R. Conceitos, causas e repercussões da violência sexual contra a mulher na ótica de profissionais de saúde. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 29, n. 1, p. 51-59, 2016.

BRANDÃO, B. C. DA S.; ARAÚJO, L. A., LIMA, T. DE F.; SILVA, T. S., & OLIVEIRA, M. R. Violência direcionada às mulheres e política de saúde: avanços legais e desafios para sua efetivação. In: **Congresso Brasileiro de Assistentes Sociais 2019**. Vol. 16, No. 1. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Assistência a Saúde. **Política nacional de redução da morbimortalidade por acidentes e violências: portaria MS/GM n 737 de 16/5/01 publicada no DOU n 96 seção 1E, de 18/05/01**. 2. ed. Brasil, Ministério da Saúde (2001).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Violência intrafamiliar: orientações para a prática em serviço**. Série Cadernos de Atenção Básica; n. 8 - Série A. Normas e Manuais Técnicos; n. 131. Brasília. 2002. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd05_19.pdf. Acesso em: 12 out. 2020.

BRASIL. **Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006**. Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, nos termos do § 8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra as Mulheres e da Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher; dispõe sobre a criação dos Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher; altera o Código de Processo Penal, o Código Penal e a Lei de Execução Penal; e dá outras providências. Brasília: Congresso Nacional, 7 ago. 2006. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm. Acesso em: 05 set. 2020.

BRASIL. **Lei nº 13.104, de 9 de março de 2015**. Altera o art. 121 do Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940 - Código Penal, para prever o feminicídio como circunstância qualificadora do crime de homicídio, e o art. 1º da Lei nº 8.072, de 25 de julho de 1990, para incluir o feminicídio no rol dos crimes hediondos. Brasília: Congresso Nacional, 9 mar. 2015. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/113104.htm. Acesso em: 24 set. 2020.

BRECKLIN, L. R.; MIDDENDORF, R. K. The group dynamics of women's self-defense training. **Violence against women**, v. 20, n. 3, p. 326-342, 2014.

BRECKLIN, L. R.; ULLMAN, S. E. Correlates of postassault self-defense/assertiveness training participation for sexual assault survivors. **Psychology of Women Quarterly**, v. 28, n. 2, p. 147-158, 2004.

BRECKLIN, L. R.; ULLMAN, S. E. Self-defense or assertiveness training and women's responses to sexual attacks. **Journal of interpersonal violence**, v. 20, n. 6, p. 738-762, 2005.

CÂMARA LEGISLATIVA DO DISTRITO FEDERAL. Núcleo de Estudos e Ações sobre Violência no Trabalho. **Violência no Trabalho: reflexões, conceitos e orientações**. Brasília: CLDF. 2008.

CERQUEIRA, D. R. DE C. et al. Atlas da violência 2019. 2019.

COLLINS-DOGRUL, J.; ULRICH, J. R. Fighting stereotypes: Public discourse about women in combat. **Armed Forces & Society**, v. 44, n. 3, p. 436-459, 2018.

CORREIA, W. R. Educação Física Escolar e Artes Marciais: entre o combate e o debate. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 29, n. 2, p. 337-344, 2015.

CORREIA, W. R.; FRANCHINI, E.. Produção acadêmica em lutas, artes marciais e esportes de combate. **Motriz. Journal of Physical Education. UNESP**, p. 01-09, 2010.

CORTEZ, M. B.; PADOVANI, R. da C.; WILLIAMS, L. C. de A. Terapia de grupo cognitivo-comportamental com agressores conjugais. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 22, n. 1, p. 13-21, 2005.

COSTA, M. S.; SERAFIM, M. L. F.; NASCIMENTO, A. R. S. do. Violência contra a mulher: descrição das denúncias em um Centro de Referência de Atendimento à Mulher de Cajazeiras, Paraíba, 2010 a 2012. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 24, p. 551-558, 2015.

CRUZ, J. M. La victimización por violencia urbana: niveles y factores asociados en ciudades de América Latina y España. **Revista panamericana de salud pública**, v. 5, p. 259-267, 1999.

CRUZ, S. H. da; AZEVEDO, M. R.; GONÇALVES, H. Vitimização por violência urbana em uma cidade de médio porte do sul do Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 14, p. 15-26, 2011.

CUMMINGS, N. Self-defense training for college women. **Journal of American College Health**, v. 40, n. 4, p. 183-188, 1992.

DELZIOVO, C. R., COELHO, E. B. S., D'ORSI, E., & LINDNER, S. R. Violência sexual contra a mulher e o atendimento no setor saúde em Santa Catarina–Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 1687-1696, 2018.

DI MARTINO, V.; HOEL, H.; COOPER, C. L. Preventing violence and harassment in the workplace (European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions). **Luxemburg: Office for Official Publications of the European Communities**, 2003.

ENGEL, C. L. A violência contra a mulher. *In: Fontoura, N. et al (orgs.) Beijing +20: avanços e desafios no Brasil contemporâneo*. Brasília: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea). 2020, p. 159-216. Disponível em: https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/livros/livros/201111_livro_beijing_20_book_web.pdf. Acesso em: 15 out. 2020.

FRASER, K. L.; RUSSELL, G. M. The role of the group in acquiring self-defense skills: Results of a qualitative study. **Small Group Research**, v. 31, n. 4, p. 397-423, 2000.

FREITAS, M. L.; FARINELLI, C. A. As consequências psicossociais da violência sexual. **Revista Em Pauta: teoria social e realidade contemporânea**, v. 14, n. 37, 2016.

FOLLO, G. A literature review of women and the martial arts: Where are we right now?. **Sociology Compass**, v. 6, n. 9, p. 707-717, 2012.

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA – FBSP. **Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2019**. 2019. Acesso em: 11 set. 2020. Disponível em: <http://www.forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2019/09/Anuario-2019-FINAL-v3.pdf>

GADONI-COSTA, L. M.; ZUCATTI, A. P. N.; DELL'AGLIO, D. D. Violência contra a mulher: levantamento dos casos atendidos no setor de psicologia de uma delegacia para a mulher. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 28, n. 2, p. 219-227, 2011.

GIDYCH, C. A.; DARDIS, C. M. Feminist self-defense and resistance training for college students: A critical review and recommendations for the future. **Trauma, Violence, & Abuse**, v. 15, n. 4, p. 322-333, 2014.

GIDYCH, C. A., RICH, C. L., ORCHOWSKI, L., KING, C., & MILLER, A. K. The evaluation of a sexual assault self-defense and risk-reduction program for college women: A prospective study. **Psychology of Women Quarterly**, v. 30, n. 2, p. 173-186, 2006.

GIFFIN, K. Violência de gênero, sexualidade e saúde. **Cadernos de saúde pública**, v. 10, p. S146-S155, 1994.

GOMES, N., ERDMANN, A. L., HIGASHI, G. D. C., CUNHA, K. S., MOTA, R. S., & DINIZ, N. M. F. Preparo de enfermeiros e médicos para o cuidado à mulher em situação de violência conjugal. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 26, n. 3, 2012.

GONÇALVES, A. V. L., & SILVA, M. R. S. D. Artes marciais e lutas: uma análise da produção de saberes no campo discursivo da educação física brasileira. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 35, n. 3, p. 657-671, 2013.

GROSSI, M. P. Identidade de gênero e sexualidade. **Antropologia em primeira mão**. Florianópolis. UFSC/Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, nº 26, p. 29-46. 1998.

GUTHRIE, S. R. Defending the self: Martial arts and women's self-esteem. **Women in sport and physical activity journal**, v. 6, n. 1, p. 1-28, 1997.

HOLLANDER, J. A. "I can take care of myself" the impact of self-defense training on women's lives. **Violence Against Women**, v. 10, n. 3, p. 205-235, 2004.

HOLLANDER, J. A. The roots of resistance to women's self-defense. **Violence against women**, v. 15, n. 5, p. 574-594, 2009.

HOLLANDER, J. A. Why do women take self-defense classes?. **Violence Against Women**, v. 16, n. 4, p. 459-478, 2010.

HOLLANDER, J. A. Does self-defense training prevent sexual violence against women?. **Violence Against Women**, v. 20, n. 3, p. 252-269, 2014.

HOLLANDER, J. A. The importance of self-defense training for sexual violence prevention. **Feminism & Psychology**, v. 26, n. 2, p. 207-226, 2016.

HOLLANDER, J. A. Women's self-defense and sexual assault resistance: The state of the field. **Sociology Compass**, v. 12, n. 8, p. e12597, 2018.

JESUS, R. A violência contra a mulher na mídia televisiva brasileira. **Entropia**, v. 4, n. 07, p. 126-143, 2020.

JONG, L. C.; SADALA, M. L. A.; TANAKA, A. C. D.'A.. Desistindo da denúncia ao agressor: relato de mulheres vítimas de violência doméstica. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 42, n. 4, p. 744-751, 2008.

JORDAN, J.; MOSSMAN, E. "Don't ever give up!" Resisting victimhood through self-defense. **Journal of interpersonal violence**, p. 0886260517744760, 2017.

JORDAN, J.; MOSSMAN, E.. "Back off buddy, this is my body, not yours": empowering girls through self-defense. **Violence against women**, v. 24, n. 13, p. 1591-1613, 2018.

KRUG E. G., DAHLGERG L.L., MERCY J. A., ZWI A. B., & LOZANO R. **Relatório Mundial sobre Violência e Saúde**. Organização Mundial de Saúde. Genebra. 2002.

LACHENAL, P. Beauty, the Beast, and the Baseball Bat: Ethnography of Self-Defense Training for Upper-Class Women in Revolutionary Cairo (Egypt). **Comparative Sociology**, v. 13, n. 1, p. 58-77, 2014.

LICHTENSTEIN, K. **Krav magá: a filosofia da defesa Israelense**. Imago, 2006.

LOURENÇO, L. M.; COSTA, D. P. Violência entre Parceiros Íntimos e as Implicações para a Saúde da Mulher. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 13, n. 1, p. 1-18, 2020.

LOURENÇO, L. M., SILVA, G. R., RODRIGUES, T. P., & CARVALHO, D. P. Um estudo das crenças no que concerne ao consumo/tráfico de drogas enquanto causa da violência/agressividade. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 1, n. 1, 2007.

MAGALHÃES, S. M. T. **A violência doméstica e suas consequências para a saúde da mulher**. 2017. 137f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2017.

MARTINS, J. C. **Determinantes da violência doméstica contra a mulher no Brasil**. 2017. Dissertação (Mestrado em Economia Aplicada) - Universidade Federal de Viçosa, Viçosa. 2017.

MASCARENHAS, M. D. M., TOMAZ, G. R., MENESES, G. M. S. D., RODRIGUES, M. T. P., PEREIRA, V. O. D. M., & CORASSA, R. B. Análise das notificações de violência por parceiro íntimo contra mulheres, Brasil, 2011-2017. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, p. e200007. SUPL. 1, 2020.

MCCAUGHEY, M. The fighting spirit: Women's self-defense training and the discourse of sexed embodiment. **Gender & Society**, v. 12, n. 3, p. 277-300, 1998.

MCDANIEL, P. Self-defense training and women's fear of crime. In: **Women's Studies International Forum**. Pergamon. p. 37-45. 1993

MELO, A. C. M.; SILVA, G. D. M. da; GARCIA, L. P. Mortalidade de homens jovens por agressões no Brasil, 2010-2014: estudo ecológico. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, p. e00168316, 2017.

MARCIAL. In: Michaelis On-line. São Paulo: Melhoramentos, 2020. Disponível em: <<http://michaelis.uol.com.br/busca?r=0&f=0&t=0&palavra=marcial>>. Acesso em: 12/11/2020.

MICHENER, H. A.; DELAMATER, J. D.; MYERS, D. J. Atitudes. **Psicologia Social**. Dissertação (Mestrado em Administração). Associação Escola Superior de Propaganda e Marketing. Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. 2005.

MINAYO, M. C. de S. Violência social sob a perspectiva da saúde pública. **Cadernos de saúde pública**, v. 10, p. S7-S18, 1994.

MINAYO, M. C. de S. Conceitos, teorias e tipologias de violência: a violência faz mal à saúde. **Impactos da Violência na Saúde**, p. 21-42. 2013

MOCARZEL, R. C. DA S. **Artes marciais e jovens: violência ou valores educacionais? Um estudo de caso de um estilo de kung-fu**. 2011. Dissertação (Mestrado em Ciências da Atividade Física) - Programa de Pós-Graduação *Strictu Senso*, Universidade Salgado de Oliveira, Niterói. 2011.

OLIVEIRA, L. T.; MORAIS, L. S. VIOLÊNCIA DOMÉSTICA CONTRA A MULHER E SUAS CONSEQUÊNCIAS PSÍQUICAS PARA A VÍTIMA. In: **Anais Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar & Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar**. 2019.

MOREIRA, V.; BORIS, G. D. J. B.; VENÂNCIO, N. O estigma da violência sofrida por mulheres na relação com seus parceiros íntimos. **Psicologia & sociedade**, v. 23, n. 2, p. 398-406, 2011.

MOREIRA, S. D. N. T., GALVÃO, L. L. L. F., MELO, C. O. M., & AZEVEDO, G. D. D. Violência física contra a mulher na perspectiva de profissionais de saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 42, n. 6, p. 1053-1059, 2008.

MOTA, S. R.; DA SILVA, O. P. P. VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E SUAS CONSEQUÊNCIAS PSICOEMOCIONAIS. **Revista Eletrônica Casa de Makunaima**, v. 2, n. 03, p. 104-113, 2019.

NARVAZ, Martha Giudice; KOLLER, Sílvia Helena. Mulheres vítimas de violência doméstica: compreendendo subjetividades assujeitadas. **Psico**, v. 37, n. 1, p. 8, 2006.

NUNES, M. C. A.; LIMA, R. F. F.; MORAIS, N. A. de. Violência sexual contra mulheres: um estudo comparativo entre vítimas adolescentes e adultas. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 37, n. 4, p. 956-969, 2017.

OLIVEIRA, A. L. C. **Lutas e capoeira no ensino médio: possibilidades de prazer na Educação Física escolar**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Especialização em Artes Marciais, Esportes de Combate e Lutas) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza. 2017.

OLIVEIRA, C. A. B. D., ALENCAR, L. N. D., CARDENA, R. R., MOREIRA, K. F. A., PEREIRA, P. P. D. S., & FERNANDES, D. E. R. Perfil da vítima e características da violência contra a mulher no estado de Rondônia-Brasil. **Revista Cuidarte**, v. 10, n. 1, 2019.

OLIVEIRA, Q. B. M., ASSIS, S. G. D., NJAINE, K., & PIRES, T. D. O. Violência física perpetrada por ciúmes no namoro de adolescentes: um recorte de gênero em dez capitais brasileiras. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 32, n. 3, 2016.

OLIVEIRA, L. A. S. de; LEAL, S. M. C. Mulheres em situação de violência que buscaram apoio no centro de referência Geny Lehnen/RS. **Enferm. foco (Brasília)**, p. 78-82, 2016.

OLIVEIRA, R. P. de; NUNES, M. de O. Violência relacionada ao trabalho: uma proposta conceitual. **Saúde e Sociedade**, v. 17, n. 4, p. 22-34, 2008.

OLIVEIRA, C. B. F.; TORRES, E. N. S.; TORRES, Osmar. Vidas negras: Um panorama sobre os dados de encarceramento e homicídios de jovens negros no Brasil. **Revista Trama Interdisciplinar**, v. 9, n. 1, p. 86-106, 2018.

OKABE, I.; FONSECA, R. M. G. S. da. Violência contra a mulher: contribuições e limitações do sistema de informação. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 43, n. 2, p. 453-458, jun. 2009.

ORCHOWSKI, L. M.; GIDYCH, C. A.; RAFFLE, H. Evaluation of a sexual assault risk reduction and self-defense program: A prospective analysis of a revised protocol. **Psychology of Women Quarterly**, v. 32, n. 2, p. 204-218, 2008.

PEDROSA, C. M.; SPINK, M. J. P. A violência contra mulher no cotidiano dos serviços de saúde: desafios para a formação médica. **Saúde e Sociedade**, v. 20, p. 124-135, 2011.

PEREIRA, R. D. C. B. R., LORETO, M. D. D. S. DE., TEIXEIRA, K. M. D., & SOUSA, J. M. M. DE. O fenômeno da violência patrimonial contra a mulher: percepções das vítimas. **Oikos: Revista Brasileira de Economia Doméstica**, Viçosa, v. 24, n. 1, p. 207-236, 2013.

PINCIOTTI, C. M.; ORCUTT, H. K. Rape aggression defense: Unique self-efficacy benefits for survivors of sexual trauma. **Violence against women**, v. 24, n. 5, p. 528-544, 2018.

QUEIROZ, R. A. DE.; CUNHA, T. A. R. A violência psicológica sofrida pelas mulheres: invisibilidade e memória. **Revista Nupem**, v. 10, n. 20, p. 86-95, 2018.

RODRIGUES, A.; ASSMAR, E. M. L.; JABLONSKI, B. **Psicologia Social**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

ROSA, J. P. DE F.; OLIVEIRA, M. M., OLIVEIRA FILHO, M. M., FERNANDES, C. E., & OLIVEIRA, E. Violência sexual na região do ABC Paulista: retrato de 142 casos. **ABCS Health Sciences**, v. 43, n. 1, 2018.

ROUSE, W.; SLUTSKY, B.. Empowering the physical and political self: Women and the practice of self-defense, 1890-1920. **The Journal of the Gilded Age and Progressive Era**, p. 470-499, 2014.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C.. Possíveis diálogos entre a educação física escolar e o conteúdo das lutas na perspectiva da cultura corporal. **Conexões**, v. 11, n. 1, p. 144-170, 2013.

SAFFIOTI, H. I. B.; Contribuições feministas para o estudo da violência de gênero. **Cadernos pagu**, n. 16, p. 115-136, 2001.

SAFFIOTI, H. I. B.; ALMEIDA, S. S. de. Violência de gênero: poder e impotência. In: **Violência de gênero: poder e impotência**. p. 218-218.1995.

SANTI, L. N. de; NAKANO, A. M. S.; LETTIERE, A. Percepção de mulheres em situação de violência sobre o suporte e apoio recebido em seu contexto social. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 19, n. 3, p. 417-424, 2010.

SANTOS, D. D. B.; ESTRELLA, F.; STRECK, G. L.W. Enfrentamento a violência sexual e doméstica. In: **Anais do Congresso Latino-Americano de Gênero e Religião**. p. 144-153. 2017.

SEHNEM, G. D., LOPES, E. B., TIER, C. G., RIBEIRO, A. C., MACIEL, V. D. Q. S., & CASTILHOS, L. Violência contra as mulheres: atuação da enfermeira na atenção primária à saúde. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 9, p. 62, 2019.

SENN, C. Y. An imperfect feminist journey: Reflections on the process to develop an effective sexual assault resistance programme for university women. **Feminism & Psychology**, v. 21, n. 1, p. 121-137, 2011.

SENN, C. Y., ELIASZIW, M., BARATA, P. C., THURSTON, W. E., NEWBY-CLARK, I. R., RADTKE, H. L., & HOB DEN, K. L. Sexual assault resistance education for university women: study protocol for a randomized controlled trial (SARE trial). **BMC women's health**, v. 13, n. 1, p. 1-13, 2013.

SENN, C. Y., ELIASZIW, M., BARATA, P. C., THURSTON, W. E., NEWBY-CLARK, I. R., RADTKE, H. L., & HOB DEN, K. L. Efficacy of a sexual assault resistance program for university women. **New England journal of medicine**, v. 372, n. 24, p. 2326-2335, 2015.

SENN, C. Y., ELIASZIW, M., HOB DEN, K. L., NEWBY-CLARK, I. R., BARATA, P. C., RADTKE, H. L., & THURSTON, W. E. Secondary and 2-year outcomes of a sexual assault resistance program for university women. **Psychology of women quarterly**, v. 41, n. 2, p. 147-162, 2017.

SENRA, L. X.; LOURENÇO, L. M. Aportes teóricos sobre o fenômeno da violência. **Lourenço, LM & Senra, LX Violência e agressividade—perspectivas psicossociais e educacionais. Curitiba-PR: Juruá Psicologia**, 2015.

SHERMAN, D. K.; COHEN, G. L. The psychology of self-defense: Self-affirmation theory. **Advances in experimental social psychology**, v. 38, p. 183-242, 2006.

SILVA, R. S. da. **“Liberdade é quando não temos mais medo”**: análise da violência contra a mulher. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

SILVA, C. D.; GOMES, V. L. DE O. Violência contra a mulher: dimensões representacionais de discentes de enfermagem. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 8, 2018.

SILVA, B. F. A., QUEIROZ, B. L., MARINHO, F. C., PEREIRA, F. N. A., & CISALPINO, P. Violência urbana e política pública de prevenção: avaliação do Programa Fica Vivo! no estado de Minas Gerais, Brasil. **Revista Brasileira de Estudos de População**, v. 35, n. 2, 2018.

SINCLAIR, J., SINCLAIR, L., OTIENO, E., MULINGE, M., KAPPAHN, C., & GOLDEN, N. H. A self-defense program reduces the incidence of sexual assault in Kenyan adolescent girls. **Journal of Adolescent Health**, v. 53, n. 3, p. 374-380, 2013.

SOARES, L. W. **Assédio moral no trabalho e interações socioprofissionais: "ou você interage do jeito deles ou vai ser humilhado até não agüentar mais"**. 2006. 180f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade de Brasília, Brasília, 2006.

SOUSA, R. F. de. Cultura do estupro: prática e incitação à violência sexual contra mulheres. **Revista Estudos Feministas**, v. 25, n. 1, p. 9-29, 2017.

SOUZA, W. V. F.; FELICIANO, C. A. Mapeamento dos crimes de ódio contra LGBT: uma leitura socioespacial da violência entre os anos de 2017 e 2018. **Geografia em Atos (Online)**, v. 1, n. 16, p. 121-140, 2020.

SOUZA, A. P. L. D., LIRA, M. O. D. S. C., CARVALHO, M. D. F. A. A., VIEIRA, M. C. A., CAMPOS, F. V. A., BARBOSA, K. M. G., & JUSTINO, T. M. V. Imagem corporal de mulheres que sofreram violência física. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. 2276-2282, 2018.

SOUZA, M. B.; SILVA, M. S.; DE ABREU, G. S. Violência doméstica entre parceiros íntimos: questões culturais e sociais acerca dos homens autores de violência. **ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA**, v. 11, n. 38, p. 388-407, 2017.

SOUZA, F. M. D., VALENCIA, E., DAHL, C., & CAVALCANTI, M. T. A Violência urbana e suas consequências em um centro de atenção psicossocial na zona norte do município do Rio de Janeiro. **Saúde e Sociedade**, v. 20, p. 363-376, 2011.

SPEIDEL, L. Exploring the intersection of race and gender in self-defense training. **Violence against women**, v. 20, n. 3, p. 309-325, 2014.

STANDING, K.; PARKER, S.; BISTA, S. 'It's breaking quite big social taboos' violence against women and girls and self-defense training in Nepal. *In: Women's studies international forum*. Pergamon, v. 64, p. 51-58, 2017.

SWAN, S. C.; SNOW, D. L. The development of a theory of women's use of violence in intimate relationships. **Violence against women**, v. 12, n. 11, p. 1026-1045, 2006.

THOMPSON, M. E. Empowering self-defense training. **Violence Against Women**, v. 20, n. 3, p. 351-359, 2014.

UENO, V. L. F.; DE SOUSA, M. F. Agressividade, violência e budo: tema da educação física em uma escola estadual em Goiânia. **Pensar a Prática**, v. 17, n. 4, p. [14], 2014.

VIEIRA, J. C. F. **Violência doméstica e familiar contra a mulher**: características e consequências. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Graduação em Direito) - Faculdade de Direito, Universidade do Sul de Santa Catarina, Araranguá, 2019.

WALKER, L. E. A. Battered women syndrome and self-defense. **Notre Dame JL Ethics & Pub. Pol'y**, v. 6, p. 321, 1992.

WEITLAUF, J. C.; SMITH, R. E.; CERVONE, D. Generalization effects of coping-skills training: Influence of self-defense training on women's efficacy beliefs, assertiveness, and aggression. **Journal of Applied Psychology**, v. 85, n. 4, p. 625, 2000.

DE WELDE, K. Getting physical: Subverting gender through self-defense. **Journal of Contemporary Ethnography**, v. 32, n. 3, p. 247-278, 2003.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. **Understanding and addressing violence against women: Health consequences**. [s.l.]. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77431/WHO_RHR_12.43_eng.pdf?sequence=1. Acesso em: 12 de outubro de 2020.

ZALESKI, M., PINSKY, I., LARANJEIRA, R., RAMISETTY-MIKLER, S., & CAETANO, R. Violência entre parceiros íntimos e consumo de álcool. **Revista de Saúde Pública**, v. 44, p. 53-59, 2010.

APÊNDICE A - Questionário de Dados Demográficos**QUESTIONÁRIO DEMOGRÁFICO****Código:**

Nome:

2. Data de Nascimento:	3. Etnia:
4. Estado Civil:	5. Escolaridade:
6. Profissão:	7. Renda:
8. Trabalho (Bairro):	9. Moradia (Bairro):

10. A quanto tempo mora em Juiz de Fora:
11. A onde você prática/praticou defesa pessoal, Krav Maga:
12. Por quanto tempo pratica/praticou:

APÊNDICE B - Entrevista Semi-estruturada

Roteiro de Entrevista Semi-estruturada

Entrevista com mulheres praticantes de defesa pessoal, Krav Maga

A violência na nossa sociedade se apresenta e é interpretada de diversas formas e intensidades de indivíduo para indivíduo. Nesse sentido a presente pesquisa tem o objetivo de discutir sobre a experiência e a visão das mulheres da cidade de Juiz de Fora/MG, praticantes de defesa pessoal, Krav Maga. Para entender, por intermédio do levantamento de fatores psicossociais, suas percepções a respeito da violência vivida direta ou indiretamente.

1. No seu entendimento o que é violência? Dê exemplos.

Conheça algumas formas de agressões que são consideradas violência: Violência física (tapas, socos, atirar objetos, sacudir, apertar os braços, estrangulamento, queimaduras); Violência psicológica (ameaças, perseguição, constrangimento, humilhação, manipulação, chantagem, limitação do direito de ir e vir); Violência sexual (estupro, obrigar a fazer atos sexuais que causam desconforto ou repulsa, impedir o uso de anticoncepcionais ou forçar a mulher a abortar, forçar matrimônio, gravidez ou prostituição); Violência patrimonial (Furto, extorsão ou dano, controlar o dinheiro, deixar de pagar pensão, estelionato, privar de bens, valores ou recursos econômicos) ou Violência Moral (rebaixar, manchar a reputação, expor a vida íntima, distorcer e omitir fatos para pôr em dúvida a memória e sanidade da mulher). Sabendo disso...

2. Dos diferentes tipos de violência, qual você tem mais medo de sofrer?

3. Você conhece alguma mulher que já sofreu violência? De qual tipo?

4. Você já sofreu violência? De qual tipo?

5. Você diria que possui sequelas/consequências por ter sofrido essa violência? De que tipo?

6. O que você entende como defesa pessoal?

Krav Maga, como um tipo de defesa pessoal, tem o objetivo garantir a sobrevivência do indivíduo, mantê-lo a salvo neutralizando qualquer ameaça, utilizando todos meios disponíveis, independente de sexo, idade ou porte físico, a capacidade de se defender contra qualquer tipo de agressão: armada ou desarmada, contra um ou vários agressores, em pé ou no chão. Compreendendo isso...

7) O que te levou a praticar defesa pessoal, Krav Maga? E o que te motiva continuar praticando?

- 8) A prática de Krav Maga mudou algo na sua vida? Seja fatores físicos ou psicológicos/emocionais.**
- 9) Você indicaria ou indicou a prática de defesa pessoal para alguém? Porquê?**
- 10) Você poderia compartilhar alguma vivência em que o uso ou o conhecimento de defesa pessoal fez diferença na sua vida?**
- 11) Qual a relação que você enxerga entre a violência contra a mulher e a defesa pessoal?**



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Relação entre violência contra mulher e a prática de defesa pessoal: explorando o universo do Krav Maga

Pesquisador: FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 11717819.9.0000.5147

Instituição Proponente: Programa de Pós Graduação em Psicologia (UFJF)

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.422.063

Apresentação do Projeto:

Apresentação do projeto está clara, detalhada de forma objetiva, descreve as bases científicas que justificam o estudo, estando de acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS 466/12 de 2012, item III.

Objetivo da Pesquisa:

Os Objetivos da pesquisa estão claros bem delineados, apresenta clareza e compatibilidade com a proposta, tendo adequação da metodologia aos objetivos pretendido, de acordo com as atribuições definidas na Norma Operacional CNS 001 de 2013, item 3.4.1 - 4.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos e benefícios descritos em conformidade com a natureza e propósitos da pesquisa. O risco que o projeto apresenta é caracterizado como risco mínimo e benefícios esperados estão adequadamente descritos. A avaliação dos Riscos e Benefícios está de acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS 466/12 de 2012, itens III; III.2 e V.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto está bem estruturado, delineado e fundamentado, sustenta os objetivos do estudo em sua metodologia de forma clara e objetiva, e se apresenta em consonância com os princípios éticos norteadores da ética na pesquisa científica envolvendo seres humanos elencados na resolução 466/12 do CNS e com a Norma Operacional Nº 001/2013 CNS.

Endereço: JOSE LOURENCO KELMER S/N

Bairro: SAO PEDRO

CEP: 36.036-900

UF: MG

Município: JUIZ DE FORA

Telefone: (32)2102-3788

Fax: (32)1102-3788

E-mail: cep.propesq@ufjf.edu.br



Continuação do Parecer: 3.422.063

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O protocolo de pesquisa está em configuração adequada, apresenta FOLHA DE ROSTO devidamente preenchida, com o título em português, identifica o patrocinador pela pesquisa, estando de acordo com as atribuições definidas na Norma Operacional CNS 001 de 2013 item 3.3 letra a; e 3.4.1 item 16. Apresenta o TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO em linguagem clara para compreensão dos participantes, apresenta justificativa e objetivo, campo para identificação do participante, descreve de forma suficiente os procedimentos, informa que uma das vias do TCLE será entregue aos participantes, assegura a liberdade do participante recusar ou retirar o consentimento sem penalidades, garante sigilo e anonimato, explicita riscos e desconfortos esperados, ressarcimento com as despesas, indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa, contato do pesquisador e do CEP e informa que os dados da pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador pelo período de cinco anos, de acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS 466 de 2012, itens: IV letra b; IV.3 letras a,b,d,e,f,g e h; IV. 5 letra d e XI.2 letra f. Apresenta o INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS de forma pertinente aos objetivos delineados e preserva os participantes da pesquisa. O Pesquisador apresenta titulação e experiência compatível com o projeto de pesquisa, estando de acordo com as atribuições definidas no Manual Operacional para CPes. Apresenta DECLARAÇÃO de infraestrutura e de concordância com a realização da pesquisa de acordo com as atribuições definidas na Norma Operacional CNS 001 de 2013 item 3.3 letra h.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Diante do exposto, o projeto está aprovado, pois está de acordo com os princípios éticos norteadores da ética em pesquisa estabelecido na Res. 466/12 CNS e com a Norma Operacional N° 001/2013 CNS. Data Prevista para término da pesquisa: julho de 2020.

Considerações Finais a critério do CEP:

Diante do exposto, o Comitê de Ética em Pesquisa CEP/UFJF, de acordo com as atribuições definidas na Res. CNS 466/12 e com a Norma Operacional N°001/2013 CNS, manifesta-se pela APROVAÇÃO do protocolo de pesquisa proposto. Vale lembrar ao pesquisador responsável pelo projeto, o compromisso de envio ao CEP de relatórios parciais e/ou total de sua pesquisa informando o andamento da mesma, comunicando também eventos adversos e eventuais modificações no protocolo.

Endereço: JOSE LOURENCO KELMER S/N
Bairro: SAO PEDRO **CEP:** 36.036-900
UF: MG **Município:** JUIZ DE FORA
Telefone: (32)2102-3788 **Fax:** (32)1102-3788 **E-mail:** cep.propesq@ufjf.edu.br



Continuação do Parecer: 3.422.063

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1333521.pdf	21/05/2019 22:42:36		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Declaracao_seis.pdf	21/05/2019 22:39:40	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Declaracao_cinco.pdf	21/05/2019 22:39:34	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Declaracao_quatro.pdf	21/05/2019 22:39:27	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Declaracao_tres.pdf	21/05/2019 22:39:18	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Declaracao_dois.pdf	21/05/2019 22:39:11	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Declaracao_um.pdf	21/05/2019 22:38:57	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.docx	21/05/2019 22:37:38	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Outros	entrevista.pdf	11/04/2019 18:00:59	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto.pdf	11/04/2019 16:55:10	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
Outros	Sigilo.pdf	11/04/2019 16:50:32	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	11/04/2019 16:41:35	FELIPE ALMEIDA DIAS MENDES	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: JOSE LOURENCO KELMER S/N
Bairro: SÃO PEDRO **CEP:** 36.036-900
UF: MG **Município:** JUIZ DE FORA
Telefone: (32)2102-3788 **Fax:** (32)1102-3788 **E-mail:** cep.propesq@ufjf.edu.br



Continuação do Parecer: 3.422.063

JUIZ DE FORA, 28 de Junho de 2019

Assinado por:
Jubel Barreto
(Coordenador(a))

Endereço: JOSE LOURENCO KELMER S/N
Bairro: SAO PEDRO **CEP:** 36.036-900
UF: MG **Município:** JUIZ DE FORA
Telefone: (32)2102-3788 **Fax:** (32)1102-3788 **E-mail:** cep.propesq@ufjf.edu.br