

**A MAIORIA DAS MULHERES
VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA
SOFRE CALADA.
PODE SER POR VERGONHA,
MEDO OU POR NÃO SABER
A QUEM PEDIR AJUDA.**

Não são apenas os hematomas que identificam situações de violência. Fique atenta aos sinais de agressão não declarada, que também podem ser um pedido silencioso de ajuda:

- Relatar acidentes com frequência;
- Apresentar lesões incompatíveis com os relatos de acidentes;
- Ter hematomas, queimaduras, contusões e fraturas;
- Sofrer humilhações diante de familiares e amigos;
- Ter a liberdade restringida, ser proibida de trabalhar, estudar e sair de casa;
- Relatar dores de diversas naturezas;
- Isolamento, mudanças frequentes de emprego ou de endereço;
- Baixa autoestima, insônia, medo e sentimento de culpa;
- Depressão e transtornos alimentares.

*O medo
não
vai nos
calar!*

**EM SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA CONTRA
MULHER LIGUE PARA:**

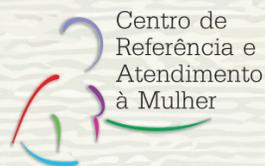
DISQUE DENÚNCIA 181

POLÍCIA MILITAR 190

POLÍCIA CIVIL 197

LIGUE 180

**DENUNCIE
A VIOLÊNCIA
CONTRA A
MULHER.**



PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO
Secretaria da Família
e Desenvolvimento Social