Occupational Health & Safety Council of Ontario (OHSCO)
SÉRIE SOBRE PREVENÇÃO DE VIOLÊNCIA NO TRABALHO

A Violência Doméstica Não Acaba Quando Você Sai para o Trabalho:

Como Obter Ajuda ou Apoiar um Colega que Precisa de Ajuda

OHSCO
Occupational Health & Safety Council of Ontario

Se está a sofrer de abuso em casa ou no trabalho, você não está só. Quer você seja uma vítima ou um colega preocupado, as pessoas no seu local de trabalho e na sua comunidade podem ajudar. Este folheto descreve os sinais de risco de violência doméstica e os passos que você pode tomar para pedir a ajuda que precisa ou para oferecer apoio a alguém no seu local de trabalho.

Violência doméstica

A violência doméstica é um padrão de comportamento utilizado por uma pessoa para controlar ou exercer poder sobre outra com a qual mantém ou manteve um relacionamento íntimo. Tal padrão de comportamento pode incluir violência física, intimidação sexual, emocional e psicológica, abuso verbal, perseguição e o uso de meios tecnológicos para assediar ou controlar.

Quem são as vítimas de violência doméstica?

Qualquer pessoa pode ser vítima de violência doméstica, seja de que idade, raça, religião, orientação sexual, estatuto financeiro ou educativo. O agressor pode ser um esposo actual ou antigo ou um parceiro íntimo, um familiar ou um amigo.

A violência doméstica pode ocorrer entre:

- parceiros íntimos actuais ou antigos;
- adultos ou adolescentes;
- pessoas de todas as vertentes raciais, económicas, educacionais e religiosas;
- pessoas em relações heterossexuais ou homossexuais que:
  - vivam juntas ou separadas,
  - sejam casadas ou solteiras,
  - estejam numa relação de longo ou curto prazo.

Os homens também podem ser vítimas de violência doméstica, porém as mulheres representam a esmagadora maioria das vítimas.

A violência doméstica é comum?

Entre os anos de 2002 e 2007, Ontário examinou 230 casos de mortes relacionadas com a violência doméstica (142 mulheres, 23 crianças e 65 homens).

- A maioria das mortes nos homens foi causada pelo suicídio do agressor após ter matado ou ter tentado matar o parceiro ou o antigo parceiro.
- As vítimas foram mulheres em 92% dos casos, e os agressores foram homens em 92% dos casos.
- O factor de risco mais comum nos homicídios domésticos é a separação actual ou iminente.

O Relatório Anual do Comité do Médico Legista de Ontário para a Revisão de Mortes por Violência Doméstica realça que, na maioria dos casos, as vítimas foram do sexo feminino e os agressores foram do sexo masculino. Por esta razão, este folheto usa “ela” quando se refere a vítimas e “ele” quando se refere a agressores.

Sinais de risco de violência doméstica*

Se observou um destes comportamentos, ou se você praticou algum deles, talvez seja hora de agir:

Agressor

- Ele injuria-a.
- Só ele é que fala e domina as conversas.
- Ele vigia-a constantemente, mesmo no local de trabalho.
- Ele insinua que é a vítima e age como se estivesse deprimido.
- Ele tenta mantê-la afastada da família e dos amigos.
- Ele age como se fosse o dono dela.
- Ele mente e exagera para dar boa imagem de si próprio.
- Ele acredita que é superior e mais importante que qualquer outro em casa.

Vítima

- Ela justifica-se e apresenta desculpas pelo agressor, ou por vezes torna-se agressiva e irritada.
- Ela fica nervosa quando o agressor está por perto.
- Ela está mais vezes doente e falta ao trabalho.
- Ela tenta cobrir as feridas.
- Ela inventa desculpas na última da hora quando cancela ou adia encontros com amigos ou familiares.
- Ela tenta evitar amigos e familiares na rua.
- Ela aparenta estar triste, solitária, afastada e receosa.
- Ela usa drogas ou álcool para lidar com a situação.

*Nota: As pesquisas acerca dos sinais de perigo e factores de risco relacionadas com a violência doméstica têm se concentrado nos agressores de sexo masculino e nas vítimas de sexo feminino. Não se sabe se os mesmos sinais de risco também se aplicam no caso do agressor ser do sexo feminino e a vítima do sexo masculino, ou no caso do agressor e da vítima serem do mesmo sexo.

Sinais de alto risco

O perigo pode ser maior se o/a:

Agressor

- Tem acesso a ela e aos seus filhos.
- Tem acesso a armas de fogo.
- Tem um historial de abuso contra ela ou outros.
- Ameaçou feri-la ou matá-la se ela o deixasse, dizendo coisas como, "Se não te posso ter, ninguém te terá."
- Ameaça ferir os seus filhos, os seus animais de estimação ou a sua propriedade.
- Ameaçou cometer suicídio.
- Bateu-lhe ou tentou sufocá-la.
- Está a passar por mudanças significativas na vida (ex. trabalho, separação, depressão).
- Está convencido de que ela está a encontrar-se com outro.
- Culpa-a por arruinar a sua vida.
- Não procura ajuda para o seu comportamento.
- Observa as atividades dela, ouve as conversas telefónicas dela, lê o correio electrónico dela, e segue-a.
- Tem dificuldades em manter um trabalho fixo.
- Usa drogas ou bebe todos os dias.
- Tem pouco ou nenhum respeito pela lei.

Vítima

- Acabou de se separar ou tem planos para sair de casa.
- Receia pela sua própria vida e pela segurança dos seus filhos.
- Está a lutar pela custódia dos seus filhos, ou tem filhos de uma relação anterior.
- Está envolvida noutra relação.
- Tem feridas que esconde dos outros.
- Não tem acesso ao telefone fora do local de trabalho.
- Enfrenta outros obstáculos (ex. não fala a língua, não é residente oficial do Canadá, habita num local remoto, etc.)
- Não tem família nem amigos fora do trabalho.

Muitas das mortes relacionadas com violência doméstica em Ontário occorreram quando a relação estava a terminar ou logo após a separação. Se você tem um parceiro íntimo abusivo e se recentemente se separou ou está a pensar em fazê-lo, peça ajuda. Fale com alguém de confiança.

Leve a perseguição a sério. A perseguição foi identificada como um dos factores primários de risco para a tentativa de homicídio aos parceiros íntimos do sexo feminino. Mesmo que você tenha uma ordem de restrição, nada pode garantir que o agressor a cumpra. Informe a polícia e o seu patrão se está a ser perseguida ou se uma ordem de restrição foi violada.

Como a violência doméstica pode afectar local de trabalho

A violência doméstica não acaba quando você sai para o trabalho. Ela pode ir com você para o trabalho, ou ali continuar se o agressor trabalhar na mesma empresa.

Aqui estão alguns métodos que os agressores usam para controlar você fora de sua casa.

Tentativas de impedir que você se desloque ao local de trabalho ou que procure trabalho, como:

- Interfere com o transporte ao esconder ou roubar as chaves do seu carro ou dinheiro para transportes públicos.
- Esconde ou rouba os seus cartões de identificação.
- Ameaça com a sua deportação no caso de a ter patrocinado.
- Não comparece para cuidar dos filhos.
- Tenta contê-la fisicamente.

Interfere consigo quando está no local de trabalho:

- Telefona-lhe constantemente e envia-lhe muito correio eletrónico.
- Persegue-a e vigia-a.
- Aparece no local de trabalho e incomoda os colegas de trabalho com perguntas acerca de si (onde você está, com quem está, quando voltará, etc.).
- Mente aos colegas de trabalho (você está doente, está fora da cidade, está em casa com um filho doente, etc.).
- Ameaça os colegas de trabalho ("Se não me dizes, eu...").
- Abusa verbalmente dos seus colegas de trabalho.
- Tem comportamentos ciumentos e controladores acerca das suas relações com outros colegas de trabalho.
- Destrói a sua propriedade ou a propriedade da empresa.
- Causa agravo físico a si e aos seus colegas de trabalho.

Lembre-se de que tanto as vítimas como os seus colegas de trabalho podem ser atingidos por este comportamento.

Nem sempre é fácil reconhecer os comportamentos, métodos e sinais de violência doméstica, mesmo que você viva com esta situação. O abuso doméstico é muito mais do que violência física, e as vítimas que se encontram em relações abusivas consistentemente relatam que a situação piora com o tempo.

Como ajudar um colega

Aqui estão algumas sugestões para apoiar a **vítima:**

- Comunique-lhe as suas observações e assegure-a de que você está preocupado. Diga-lhe que acredita nela e que o que se passa não é culpa dela.
- Se ela de imediato recusa-se a contar-lhe acerca do abuso, você pode dizer-lhe delicadamente: "Tenho notado que andas irritada e estou preocupado com a tua segurança. Quero que saibas que quando estiveres preparada, estarei aqui para ti." Seja paciente; ela abrir-se-á consigo a seu tempo.
- Informe-a de que você está preocupado com a segurança dela e dos seus filhos e que há ajuda disponível. O abuso não desaparece; ele aumenta com o tempo.
- Ouça tudo o que ela lhe diz sem a julgar, tendo o cuidado de mostrar preocupação e apoio e não sugerir ações que poderia tomar.
- Incentive-a a não confrontar o seu companheiro se ela tem intenção de o deixar. A sua segurança deve ser assegurada.
- Avise-a de que você ou ela mesma pode telefonar para a linha de apoio Assaulted Women's Helpline, o um local de refúgio da sua área, ou, numa emergência, a polícia. Ofereça o seu apoio para quando ela decidir falar com o seu patrão.

Aqui estão algumas sugestões para apoiar o **agressor:**

- Escolha o local e a hora certas para discutir o assunto a fundo.
- Dirija-se a ele quando ele estiver calmo.
- Seja directo e claro acerca daquilo que tem observado e realce que o seu comportamento não é apropriado.
- Diga-lhe que o seu comportamento é da sua responsabilidade. Evite fazer comentários que o julguem como pessoa. Não valide as suas tentativas de culpar os outros pelo seu comportamento.
- Avise-o de que o seu comportamento tem que mudar e de que ele pode procurar apoio através do Programa de Assistência ao Trabalhador ou através do aconselhamento comunitário.
- Informe-o de que você está preocupado com a segurança da companheira dele e dos seus filhos.
- Nunca discuta com ele acerca das suas ações abusivas, nem intervenha fisicamente. Entenda que uma abordagem que leve a discussões ou confrontos pode piorar a situação e aumentar o risco para a vítima.
- Informe o seu supervisor ou patrão de que você suspeita que um dos seus colegas está a ser abusivo.
- Chame a polícia se pensa que a segurança da vítima está em risco.
- **Mantenha-se sempre seguro. Não se intrometa numa agressão. Chame a polícia em caso de emergência.**

Os colegas podem ajudar a vítima de uma maneira melhor se mantiverem a sua confiança, guardando a confidencialidade e expressando preocupação pela sua segurança. Dialogue com ela, diga-lhe que acredita nela e incentive-a a procurar ajuda.

Falar com o agressor pode ser difícil. Você pode recear que a sua violência se vire contra si e os seus colegas de trabalho. Porém, certifique-se de que não está a ignorar o comportamento do agressor, porque, ao não tomar medidas, pode piorar a situação. A polícia e os conselheiros estão treinados para responder à violência. Peça ajuda se está preocupado com a segurança de alguém.

Pedir a ajuda do seu patrão

A segurança do trabalhador é uma prioridade para a sua entidade patronal. Ao trabalhar em conjunto consigo, o seu patrão pode minimizar o risco de violência.

A sua entidade patronal está preparada para ajudar. O seu patrão deve manter a confidencialidade sempre que possível mas deve também tomar algumas medidas para proteger a si e aos seus colegas de trabalho. Aqui estão algumas das medidas que você pode tomar:

- Peça ajuda à sua entidade patronal na elaboração de um plano de segurança que leve em consideração as suas necessidades no local de trabalho.
- Mantenha o seu patrão informado de todas as ameaças e ações abusivas.
- Peça para que os telefonemas para você sejam filtrados ou para mudar o seu número de telefone e/ou ter o endereço electrónico do seu agressor bloqueado.
- Peça para usufruir de estacionamento prioritário junto ao prédio ou de acompanhantes de e para os transportes públicos ou o seu veículo.
- Peça para ser realocada e que o seu novo local de trabalho não seja revelado.
- Explore planos alternativos de trabalho (ex. modifique o seu horário de trabalho) para que a sua localização seja menos previsível.
- Entregue uma foto recente ou uma descrição detalhada do agressor ao/à segurança/recepção para que ele possa ser identificado.

Uma vez que a entidade patronal é informada de que a violência doméstica entrou ou pode entrar no local de trabalho, esta deve tomar medidas para proteger todos os trabalhadores, incluindo a vítima.

Outras coisas que pode fazer para aumentar a sua segurança:

- Obtenha serviços de aconselhamento através do Plano de Assistência ao Trabalhador, de terapeutas comunitários, do local de refúgio da sua área ou da linha de apoio Assaulted Women's Helpline.
- Mantenha um registro de todos os incidentes de abuso (incluindo datas, o que foi dito e/ou feito, quem testemunhou) e guarde todas as mensagens ameaçadoras de voz e de correio electrónico.
- Mencione o seu local de trabalho nas ordens de restrição e de proteção; informe a sua entidade patronal e entregue-lhe cópias dessas ordens.

Para mais informação, consulte o folheto intitulado *A Violência Doméstica Não Acaba Quando o Seu Funcionário Chega ao Local de Trabalho: O Que a Entidade Patronal Precisa de Saber Para Ajudar.*

A sua segurança é essencial. Se está preocupado com a sua segurança ou com a segurança dos que o rodeiam, contacte a polícia.

Medidas de Segurança Adicionais

Peça ajuda. Obter apoio é importante se você ou um colega está a sofrer abusos. Se pensa que não pode contar a ninguém do seu local de trabalho acerca da sua situação, telefone para o seu Programa de Assistência ao Trabalhador para aconselhamento. Você pode ainda contactar o local de refúgio da sua área para obter assistência com aconselhamento emocional, planejamento de segurança, abrigo e aconselhamento legal.

Outra opção é a linha de apoio Assaulted Women's Helpline, aberta 24 horas por dia: **1-866-863-0511** e **1-866-863-7868** para surdos-mudos. Eles podem ainda ajudar a elaborar um plano de segurança, a encontrar abrigo num local de refúgio para mulheres, ou encaminhá-la a outros serviços na sua comunidade. Este serviço é anónimo e confidencial e o número de telefone não aparece na sua factura de telefone. Os serviços estão disponíveis em 154 línguas.

Se você é um colega preocupado, a linha de apoio também o pode apoiar. Eles discutirão consigo os sinais de abuso e dar-lhe-ão conselhos práticos para ajudar. Você pode também obter mais informação através do portal www.NeighboursFriendsandFamilies.on.ca. Este portal electrónico explica como ajudar mulheres em risco de abuso, como falar com os homens que são abusivos e como elaborar um plano de segurança

Para mais informações acerca dos serviços de Assaulted Women's Helpline, visite: www.awhl.org.

Se está preocupado com a sua segurança imediata, contacte a polícia.

Todas as pessoas en Ontário, incluindo profissionais que trabalham com crianças, devem comunicar prontamente à Sociedade de Proteção das Crianças (Children's Aid Society ou CAS) quando têm suspeição fundamentada de que uma criança está ou pode estar em necessidade de proteção. Se tem preocupações, contacte a Sociedade de Proteção das Crianças local. Você pode fornecer-lhes informação sem ter de se identificar. Eles dir-lhe-ão se você tem que preencher um relatório formal.

Este folheto foi elaborado em parceria com o Governo de Ontário, o Ontario Women's Directorate e o Occupational Health and Safety Council of Ontario, com a colaboração do Centre for Research and Education on Violence Against Women and Children.

- **Available in English**
- **Disponible en français**
- **Disponible en español**
- 有簡体中文版
- 有繁體中文版

Fevereiro de 2010

Product # PH-BVI00-P-100329-TOR-002