**Combate à violência contra as mulheres**

​Sabe-se que a violência contra a mulher é um problema recorrente, e que precisa de um engajamento de toda a sociedade para enfrentá-lo e dar o devido amparo às vítimas. Em 2023, aproximadamente 28% das mulheres brasileiras com 16 anos ou mais sofreram algum tipo de violência física ou agressão. De acordo com os dados divulgados em pesquisa do [Fórum Brasileiro de Segurança Pública](https://forumseguranca.org.br/).

Saiba como proceder em diversas situações:

Em caso de urgência ou emergência, que exijam atuação policial imediata, ligue 190.

Para fazer denúncias de qualquer violação de direitos das mulheres, ligue para a Central de Atendimento à Mulher, no 180 ou procure a Delegacia das mulheres de sua cidade.

Caso precise de suporte judicial e você não possui recursos financeiros, procure a defensoria pública de sua comarca;

Em algumas cidades há casa de apoio às vítimas, que podem ser procuradas na prefeitura municipal.

Também o Superior Tribunal de Justiça dispõe de uma Ouvidoria das Mulheres, criada em 2022 para receber manifestações de mulheres sobre questões relativas à igualdade de gênero, participação feminina e violência contra a mulher.

Ainda é possível as pessoas interessadas em encaminhar sugestões, elogios, denúncias ou reclamações através do *email* (ouvidoria@stj.jus.br), ligar para o Disque-Cidadania (61 3319-8888), mandar uma carta (Ouvidoria do STJ – SAFS, quadra 6, lote 1, Trecho III, CEP 70095-900, Brasília/DF) ou utilizar um formulário eletrônico.

Portanto se você é vítima ou conhece quem precisa de Precisa de ajuda, busque o apoio estatal ou de um profissional qualificado para lhe orientar.

Por Carlos Alberto Matias de Abreu, advogado OAB 233479, Fone:34999370795, email:carlosabreu56adv@gmail.com

