

## **A Violência Doméstica Contra Mulheres: Contribuição da Terapia Cognitivo-Comportamental na Intervenção**

*Grasiela Borges Martins<sup>1</sup>, Natalia Kelle da Silva Nobre<sup>2</sup>, Maria das Graças Teles Martins<sup>3</sup>*

**Resumo:** A violência doméstica contra a mulher é definida como ocorrendo dentro de casa e sendo praticada por companheiros ou ex-parceiro íntimo, considera-se um problema mundial e de saúde pública com base na desigualdade de gênero. O objetivo do artigo é analisar a violência doméstica, o sofrimento psíquico em mulheres vítimas e as contribuições da terapia cognitivo-comportamental na intervenção psicoterapêutica. Consistiu-se em pesquisa bibliográfica e exploratória. Os materiais utilizados são livros, dissertações, periódicos e artigos científicos disponíveis nas bases de dados da Scientific Electronic Library Online (SciELO), Revistas Eletrônicas em Psicologia (Pepsic), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) publicadas no período de 2014 a 2020. Afirma-se que a violência causa transtornos psicopatológicos às vítimas, comprometendo sua autoestima e apresentando sintomas de depressão, pensamentos, tentativas de suicídio e estresse pós-traumático. Portanto, a terapia cognitivo-comportamental apresenta métodos e técnicas para auxiliar essas mulheres, contribuindo para seu empoderamento e redução dos sintomas.

**Palavras-chave:** Violência Doméstica. Mulher. Saúde mental. Psicologia. Terapia cognitiva comportamental.

## **Domestic Violence Against Women: Contribution of Cognitive-Behavioral Therapy to Intervention**

**Abstract:** Domestic violence against women has been defined as occurring at home and being practiced by partners or former intimate partners, it's been considered a worldwide and public health problem based on gender inequality. This paper aims to analyze domestic violence, psychological distress in women caused, and the contributions of cognitive-behavioral therapy to psychotherapeutic intervention. It consisted of bibliographical and exploratory research. This is achieved by books, essays, newspapers, and scientific papers available in the databases of the Scientific Electronic Library Online (SciELO), Electronic Magazine in Psychology (Pepsic), Virtual Health Library (VHL) published in the period 2014-2020. It has been confirmed that violence causes psychopathological disorders to the victims, compromising their self-esteem and factors of depression, thinking, suicidal thoughts, and post-traumatic stress. Therefore, cognitive-behavioral therapy presents methods and techniques for these women, contributing to their empowerment and reduction of symptoms.

**Keywords:** Domestic Violence; Woman; Mental health; Psychology; Cognitive behavioral therapy.

---

<sup>1</sup>Acadêmicas do Curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade Estácio de Macapá. [grasiella.martins20@gmail.com](mailto:grasiella.martins20@gmail.com)

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade Estácio de Macapá. [natalianobre200@gmail.com](mailto:natalianobre200@gmail.com)

<sup>3</sup>Professora orientadora, Mc. em Saúde Coletiva (UNIFESP) e Ciências da Educação (ULHT-Portugal), Docente da Faculdade Estácio de Macapá. [mgtmartins@gmail.com](mailto:mgtmartins@gmail.com)

## Introdução

Primeiramente, o presente artigo tem como finalidade apresentar as análises da violência doméstica, o sofrimento psicológico causado em mulheres vítimas e as contribuições da terapia cognitivo-comportamental na intervenção psicoterapêutica.

A violência doméstica contra mulheres é um fenômeno de proporção global no qual abrange: as classes sociais e culturais; etnias e religiões; aliás, é um problema de saúde pública desde a década de 1990. Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que 30% das mulheres no continente americano sofreram violências físicas ou sexuais praticadas pelos parceiros (OPAS/OMS, 2015). Levando em conta esse aspecto, tal violência define-se por ocorrer dentro do lar e ser praticada por companheiros ou ex-parceiros íntimos.

Diante dessa realidade, a violência doméstica causa nas vítimas, distúrbios psicopatológicos como, o comprometimento da autoestima ocasionando sintomas de depressão, pensamentos e tentativas de suicídio e estresse pós-traumático (Fontes, Diniz, 2017). Acarretando dessa forma prejuízos na vida dessas mulheres de curto ou longo prazo, interferindo tanto no seu convívio familiar, como social, as tornando mais vulnerável a violência em seus diversos aspectos.

Nota-se que, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) criada na década de 60 por Aaron Beck é conhecida por ser uma psicoterapia estruturada, diretiva, voltada para o momento presente e direcionada para soluções de problemas; ademais, atua na modificação de pensamentos e comportamentos disfuncionais do cliente (Beck, 2014). Isto é, esta abordagem vem ganhando espaço na ciência e se tornando uma das formas de terapia mais eficazes atualmente (GREEMBERGER; PADESKY, 2017).

Tem-se como hipótese que a violência doméstica em mulheres pode provocar sofrimento psicológico, conseqüentemente, agravar-se de forma psicopatológica, a saber: ideação suicida, depressão, ansiedade e estresse pós-traumático. Considera-se que a psicoterapia cognitivo-comportamental poderá contribuir na intervenção psicoterapêutica do tratamento para reduzir os prejuízos psicológicos e amenizar o sofrimento.

Outrossim, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) revela que, os indivíduos atribuem significados aos acontecimentos, às pessoas, aos sentimentos e demais áreas de sua vida; por consequência, os tais comportam-se estabelecendo hipóteses sobre si próprios, o mundo e o futuro. Em outras palavras, o propósito da TCC é: fornecer estratégias e técnicas focadas na ressignificação de eventos traumáticos; reduzir sintomas de ansiedade, depressão e

transtorno de estresse pós-traumático (TEPT); conforme esclarece Petersen et al (2019), sendo capaz de corrigir percepções, pensamentos e crenças disfuncionais; logo, resultando na melhora emocional e comportamental das vítimas.

Por conseguinte, o interesse no tema exposto, justifica-se devido ao crescimento da violência doméstica no Brasil, cujos casos ocorreram no estado do Amapá em 2019. Além disso, foi realizado uma pesquisa na Delegacia da Mulher constatando que, no período de outubro a novembro, aconteceram 03 casos de feminicídio, e durante a pandemia do novo Coronavírus (2020) aumentou exponencialmente o número de mulheres agredidas no Brasil.

Desse modo, a discussão do artigo é de suma importância, mediante a valorização da vida da vítima, ao crescimento de mulheres agredidas no Brasil, inclusive, atualmente. Por isso, tal alerta social orienta sobre tais locais de agressões e consequências, isto é: os impactos na saúde mental; os comportamentos violentos que podem ocorrer dentro do lar; e possíveis formas de tratamento às vítimas através da terapia cognitivo-comportamental.

Em suma, busca-se responder às seguintes questões-problemas: Quais sofrimentos psicológicos são causados pela violência doméstica em mulheres e de que forma a terapia cognitivo-comportamental contribui nessa intervenção? Assim, foi analisado vários tipos de violências que podem ser executados às vítimas, destacando a presença de fatores emocionais e psicológicos em mulheres vítimas de violência doméstica e, por fim, apresentar as contribuições da terapia cognitivo-comportamental, seus métodos e técnicas de intervenção, junto às mulheres vítimas de violência.

## **Metodologia**

Este artigo destaca-se por apresentar uma metodologia de pesquisa bibliográfica e exploratória em que Gil (2017) descreve a pesquisa bibliográfica como modalidade de pesquisa que busca explorar o problema a partir de materiais já publicados, por outro lado, a pesquisa exploratória proporciona maior familiaridade com o problema, visando melhor construção de hipótese. Os materiais utilizados para este estudo consistem em livros, dissertações, revistas e artigos científicos disponíveis em banco de dados da Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos eletrônicos em Psicologia (Pepsic), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), publicados no período de 2014 a 2020, porém pode ter sido utilizado dados de anos anteriores a data exposta por se tratar de historicidade ou assunto relevante.

Sendo assim, foi utilizado como palavras chaves “Violência Doméstica”, “Mulher”, “Terapia Cognitivo-Comportamental”, “Saúde Mental” e “Psicologia”; e descartado materiais que não se envolvessem na temática em questão. Por não conter manipulação com seres humanos, não é utilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

## **Resultados e discussão**

### **Violência doméstica em mulheres**

Segundo as Nações Unidas, define-se violência doméstica contra a mulher: “qualquer ato de violência de gênero que resulte ou possa resultar em danos físicos, sexuais ou psicológicos às mulheres, incluindo ameaças de tais atos, coerção ou privação arbitrária de direitos de liberdade, que ocorram na vida pública ou privada” (OMS, 2017). Resultando como privação do direito e liberdade da mulher quanto à tomada de decisão e direito de escolha, tornando desta forma submissa aos desejos e vontade do parceiro.

Outrossim, a violência doméstica contra mulheres abrange 30% da população da América Latina, sendo praticada por parceiros ou ex-parceiros íntimos. No Brasil, de acordo com dados do Senado Federal (2019), entre os anos de 2011 a 2019 o índice de mulheres agredidas subiu de 13% para 37%, representando um aumento de 284% dos casos, no entanto, destaca-se que a cada 4 minutos uma mulher é agredida no Brasil (MARTINS, NASCIMENTO, 2017).

Nota-se que de acordo com os dados do Jornal do Brasil (2020) durante a pandemia da Covid-19 no qual foi imposto o isolamento social para prevenir o contágio, intensificou as relações que já eram desiguais e desrespeitosas; as consequências provocaram o aumento de 22,2% de casos de feminicídio no país. Ademais, por estarem nas suas casas junto do agressor, percebeu-se uma diminuição no número de denúncias para o 180, acredita-se que houve uma possível coerção às vítimas.

Desse modo, verifica-se um alto índice de violência a mulher mediante aos papéis de gênero, dependência financeira, emocional e questões culturais; ocasionando nas mulheres a não procurarem a devida ajuda profissional, logo, mantendo o caso em oculto de amigos e familiares durante a pandemia; agravando a vulnerabilidade das vítimas diante do agressor.

Percebe-se que, a violência contra a mulher é um problema de dimensões mundiais, podendo ser entendido como qualquer ato violento baseado na desigualdade de gênero, que

resulte ou possa resultar em dano físico, psicológico, sexual ou patrimonial para a mulher conforme assevera Silva & Oliveira (2015). Na desigualdade de gênero, o poder se manifesta de maneira sutil e invisível, acarretando malefícios através das manifestações da violência, ocorrendo com as mais variadas classes sociais, etnias, culturas e religiões, na qual se mantém a opressão feminina (COSTA, MADEIRA, SILVEIRA, 2012 apud ZANATTA, FARIA, 2018).

Em outras palavras, é possível verificar que qualquer mulher está sujeita a passar por violência doméstica, por ser uma questão enraizada na cultura e na história da sociedade, algumas vezes podemos verificar em falas das próprias mulheres conteúdos machistas. E conforme ressalta Mota (2017, pag. 32), “os valores que reproduzem a violência são consoantes também com a lógica individualista e moralista, na qual se dissemina a produção de adoecimento e, dessa forma, a reprodução de uma cultura machista e de desrespeito às mulheres”.

Nesse sentido, tal autora reforça a existência da desigualdade de gênero como reforçador do aumento da violência doméstica.

Levando em conta o aumento e prevalência situacionais de violência contra a mulher, em 2006, foi sancionada a Lei 11.340, conhecida como Lei Maria da Penha. Esta Lei busca coibir e prevenir a violência doméstica e familiar contra as mulheres e as protege dos agressores, apresentando punições aos mesmos; ela define no art. 5º a violência doméstica contra a mulher como:

(...) qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial: I- no âmbito da unidade doméstica (...) II- no âmbito da família (...) III- em qualquer relação íntima de afeto, na qual o agressor conviva ou tenha convivido com a ofendida, independentemente de coabitação (BRASIL, 2006).

Complementando, registra-se que existem inúmeras definições de violência contra a mulher e a maioria dos autores corroboram a mesma visão.

A Lei 11.340/2006 no Art. 7º descreve cinco tipos de violência doméstica, familiar contra a mulher, sendo elas:

Violência física: entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da vítima. Violência patrimonial: é qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de objetos (...) Violência sexual: é quando o agressor obriga a vítima a manter, presenciar ou participar de uma relação sexual indesejada (...) Violência moral: conduta que caracterize calúnia, difamação ou injúria e por último a violência psicológica: caracterizado por conduta que causa dano emocional e diminuição da autoestima (...) humilhação, desvalorização, xingamentos, gritos... (BRASIL, 2006).

Com relação a violência psicológica, esta é a mais silenciosa e até mesmo a mais difícil de ser identificada. Na maioria dos casos, é a primeira que o agressor comete, anulando a vontade e a autonomia da vítima, dando início, assim, às demais agressões (FONTES, DINIZ 2017).

Ressalte-se a importância de abordar a violência doméstica contra mulher por ser uma violação dos direitos humanos e está relacionado a questões de poder, gênero e privação de liberdade; incluindo as situações epidêmicas ao número de tais agressões, ocasionam prejuízos à vítima, isto é: saúde e bem-estar nas relações afetivas familiares e sociais.

### **Fatores emocionais e psicológicos em mulheres vítimas de violência doméstica**

Percebe-se que a situação de violência doméstica contra a mulher causa estado de vulnerabilidade, danos à saúde mental e emocional; afetando sua qualidade de vida, bem-estar, consequentemente prejudica seus relacionamentos familiares e sociais, por se apresentar cada vez mais reprimida e psicologicamente abalada.

Ademais, o estado psicológico das vítimas de violência doméstica se reflete através dos aspectos como sintomatologia depressiva, pensamentos e comportamentos autodestrutivos, isolamento social, e um quadro de estresse pós-traumático (FONTES, DINIZ 2017), além de se manter por um período em estado de choque, pois a vítima pode se manter nesse estado por horas ou dias após a agressão.

Destaca-se também que a exposição à violência pode prejudicar a autonomia e ocasionar sentimentos de incompetência, insegurança, baixa autoestima e perda do valor próprio. A mulher nesta situação apresenta dificuldade para sair da relação e para impedir os maus tratos, até mesmo para denunciar ou falar com alguém sobre isso, dessa forma agrava as sintomatologias depressivas, internalizando a culpa pela agressão sofrida (PETERSEN; et al., 2019).

Nota-se que a violência doméstica contra mulher pode contribuir para o surgimento de ideação suicida, pois o medo o desamparo, a desesperança, experiências infelizes, episódios de choro, frustração e a angústia levam as mulheres a quererem acabar com o sofrimento, tirando a própria vida (CORREIA; et al., 2014).

As características do comportamento suicida é a rigidez do pensamento, ambivalência e impulsividade (...) as vítimas verificam que a única solução para o problema é tirar a própria vida, e com isto mantém o pensamento ambivalente entre o desejo de viver

e de dar fim a dor psíquica (...) diante as situações de conflito agir por impulsividade sem a premeditação do ato. (CORREIA; et al., 2018, p 222-223).

Por outro lado, conforme Dias, et al. (2018) a violência doméstica é geradora de ansiedade e medo, quando os sintomas se tornam mais frequentes podem desencadear o Transtorno de Estresse pós-traumático (TEPT), que de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V, 2014) é, vivenciar os sintomas do evento traumático após o ocorrido, em forma de lembranças angustiantes, flashbacks, pesadelos, manter fuga das situações que lembrem o trauma e até mesmo o isolamento social.

No estudo realizado em Campina Grande, com 11 mulheres entre a faixa etária de 20 a 68 anos, demonstrou nos discursos expostos que, as mulheres apresentam um pensamento generalista sobre novos relacionamentos e evitam sair de casa, por premeditaram a agressão, ou seja, ficam sempre em alerta ou vigília, acreditam que os homens são todos iguais, e que seus atos ou de outras pessoas, podem desencadear novas agressões, contribuindo para o desenvolvimento da TEPT (GUIMARÃES; et al., 2018).

Portanto, a violência doméstica causa graves danos à saúde mental das mulheres, desenvolvem emoções como: irritabilidade, medo, insegurança, tristeza, solidão, raiva, falta de motivação e dificuldade nos relacionamentos íntimos e sociais, algumas vezes comprometendo a vida profissional e familiar afetiva.

### **Contribuições da terapia cognitivo-comportamental, métodos e técnicas de intervenções, junto às mulheres vítimas de violência**

Conforme exposto, a violência doméstica contribui para que as mulheres apresentem sentimentos negativos de si mesmo, pouca esperança sobre relacionamentos futuros, baixa autoestima e autodepreciação, além de poder desenvolver psicopatologias graves. Sendo assim, a TCC, criada em 1960, por Aaron Beck, apresenta evidências empíricas de efetividade para a redução de sintomas de transtornos associados à exposição a violência doméstica (PETERSON et al., 2019).

Percebe-se que a terapia cognitivo-comportamental é indicada para a demanda da violência doméstica por ser uma “psicoterapia estruturada, de curta duração, voltada para o momento presente, direcionada para a solução de problemas atuais e a modificação de pensamentos e comportamentos disfuncionais” conforme destaca Beck (2014). De acordo com a abordagem, às vítimas de violência doméstica aprendem a avaliar seus pensamentos de forma

mais realista e adaptativa, obtendo uma melhora no estado emocional e conseqüentemente no comportamento.

A psicoterapia parte do princípio que diz que, não são os acontecimentos em si que definem como a pessoa se sente, e sim a forma como se interpretam as situações, este esclarecimento ajuda as mulheres a compreenderem a situação e reconhecerem os pensamentos disfuncionais. Podendo fazer assim, uma avaliação dos acontecimentos externo e interno, que conduz a uma reação fisiológica (emoção), e produz um comportamento desadaptativo que reforça o pensamento inicial do sujeito (WRIGHT, BASCO, THASE 2018).

A TCC dispõe de diferentes técnicas e a mais utilizada no atendimento às vítimas é a descoberta guiada que conforme Wright et., (2018), ajuda a verificar os pensamentos automáticos, que são os pensamentos que surgem de forma rápida e involuntária, a partir do momento que a cliente identifica os pensamentos automáticos o terapeuta ensina a usar o Registro de Pensamentos Disfuncionais (RPD), que é uma técnica utilizada para automonitoramento e identificação de erros cognitivos. Ao aliar as duas técnicas o terapeuta auxilia a vítima a identificar conteúdos cognitivos severos e inflexíveis, colocando-os como suspeitas e não como verdades absolutas, realizando assim o exame de evidências.

Beck (2014) diz que para a identificação de crenças intermediárias ou nucleares é utilizado a técnica seta descendente, que ajuda a identificar um pensamento automático fundamental, no qual o terapeuta supõe que este pensamento seja verdadeiro, e então questiona sobre o significado desta cognição para a cliente.

Dessa forma, esta técnica é importante para que a vítima verifique o que pensa de si mesmo e o que lhe mantém nesse ciclo de violência, revelando assim sua autoimagem.

Na medida em que as vítimas atribuem significado aos acontecimentos de violência, e a si mesmo, despertando suas emoções, é possível fazer a reestruturação cognitiva, ou seja, verificar uma forma mais adaptativa para enfrentar a situação de violência.

A psicoeducação é um procedimento que ajuda as vítimas a tomar consciência da situação e identificar o tipo de violência sofrida, os danos que isto lhe causa e que a mesma é amparada por lei. De acordo com Jesus, Lima (2019):

O psicólogo através de miniaulas, prescrição de exercício na sessão, pode fazer recomendação de leituras (principalmente a Lei Maria da Penha e outras literaturas acerca da violência contra mulheres) durante o processo terapêutico. A paciente que compreende bem o seu problema, as conseqüências e o processo de tratamento tem maior probabilidade de tornar-se mais empoderada. (JESUS, LIMA, 2019)



Posteriormente, quando a mulher se sentir mais segura e confiante pode ser ensinada a técnica de assertividade, que consiste em uma comunicação equilibrada entre ser passivo e agressivo, na qual a pessoa se defende sem atacar a outra (GREEMBERGER; PADESKY, 2017). Orienta-se a importância do treino em terapia, de como se posicionar no relacionamento, expressando seus pensamentos, vontades e o que não está lhe agradando na convivência.

Verificando-se que as mulheres vítimas de violência doméstica apresentam humor deprimido, é benéfico utilizar a ativação comportamental, no qual irá estimular a mulher a verificar atividades que goste e que a mesma realize por um período de tempo, com finalidade de melhorar o humor e beneficiar o bem-estar. (BECK, 2014).

Dias et al. (2018), fala que para as sintomatologias ansiosas, é ensinada ao cliente algumas técnicas de relaxamento como: respiração diafragmática, relaxamento muscular progressivo e meditação. Estes exercícios de respiração e relaxamento agem com efeito tranquilizador levando-a a oxigenar o cérebro e voltar a ter uma percepção mais realista da situação que a cerca, e também controlar a ansiedade. Em casos de TEPT, é realizada uma dessensibilização sistemática que consiste em expor a vítima de forma gradual a situação temida, através das imagens mentais, que ajudam a cliente a relembrar a situação de violência, para entrar em contato com os pensamentos e sentimentos que tiveram quando os eventos ocorreram aliada às técnicas de relaxamento.

Partindo do ponto de vista que espelha uma realidade, destaca-se um estudo de caso realizado por Habigzang, Petersen, Maciel (2019) no qual foi verificado nos casos mencionados que na 6ª sessão de psicoterapia realizada pelos autores, foi proposto para as mulheres que elas relembassem os eventos traumáticos e após a exposição gradual, substituíssem essas lembranças por uma imagem mental positiva. Segue abaixo o fragmento da sessão.

Denise (nome fictício) relatou a seguinte imagem negativa: “ele estava bêbado e me bateu na frente do homem que corta a grama. Eu fugi para a casa de uma amiga. De noite me chamaram, dizendo que ele tinha arrebatado a minha porta” (Sic), substituindo-a pela seguinte situação positiva: “estou pensando no nascimento do meu segundo neto. São boas sensações. É uma ótima lembrança ter visto meu neto mais velho feliz e ansioso para conhecer o irmãozinho” (Sic) (HABIGZANG et., 2019, pág 256).

Nesta técnica o terapeuta auxilia a vítima a se expor a estímulos provocadores de ansiedade e em seguida faz uma reestruturação cognitiva a fim de ressignificar o evento traumático (Wright et., 2018). Contribuindo para que a vítima tenha um maior controle sobre as lembranças relacionadas a situações de violência, para aprendizagem de comportamentos funcionais e controle das emoções ansiosas.

Ainda nesta análise é possível realizar com a vítima o cartão de enfrentamento que é uma estratégia criada durante a terapia, para que a vítima consiga lidar com pensamentos intrusivos e situações de conflitos (WRIGHT et., 2018)

Segue abaixo o momento em que Denise preparou seus cartões de enfrentamento.

Denise escolheu as seguintes estratégias para os momentos em que as memórias negativas surgirem: “posso lembrar-me de abrir as gavetinhas de imagens, pensar e planejar coisas para o futuro, conversar comigo mesma, fazer artesanato e organizar as coisas para a casa. Sair, ver e comprar materiais para o artesanato” (Sic) (HABIGZANG et., 2019, pág. 256).

Estes pensamentos ajudarão a lidar com situações futuras em que a vítima volte a ter lembranças angustiantes ou situações conflituosas.

Portanto, os exemplos citados demonstram as características do tratamento interventivo da TCC para as vítimas de violência doméstica. Fornecendo ferramentas que contribuem para identificar, avaliar a realidade de suas cognições e modificar crenças disfuncionais, lembranças ou situações vivenciadas, a fim de considerá-las prejudiciais ao seu desempenho positivo, e assim verificar outras estratégias para lidar com a relação conjugal, ajudando na assertividade, tomada de decisão e melhorando seu estado de humor.

## Conclusões

De acordo com os materiais analisados, reflete a realidade da violência doméstica como um problema de saúde pública e está baseado na desigualdade de gênero. E pode ocasionar problemas emocionais e psicológicos, afetando a vida social, profissional e familiar das vítimas.

Acrescenta-se que, a terapia cognitivo-comportamental através dos seus métodos e técnicas contribui na redução de sintomas, ressignificação de memórias traumáticas, resolução de problemas e conseqüentemente melhora da qualidade de vida de mulheres vítimas de violência.

Após as coletas de dados da literatura foi verificado que há poucos estudos de caso relacionado aos atendimentos psicoterápicos em mulheres vítimas de violência doméstica. E que ainda não há estudos acerca dos impactos causados pelo isolamento social da COVID-19 sobre o aumento da violência doméstica no Brasil, sendo um assunto novo a ser debatido e estudado por profissionais que lidam direta ou indiretamente com essa demanda.

Além disso, ressalta-se a importância do acolhimento às vítimas de violência doméstica, pois com base nas literaturas, identificou-se o quanto as redes de atendimento às mulheres precisam estar preparadas para ajudá-las a sair de tal situação agressiva.

Conforme aqui discutido, o estudo acerca da violência contra a mulher, foi perceptível o quão abrangente é o contexto de violência doméstica; mesmo focando unicamente em mulheres, há muitas questões a serem aprofundadas acerca da saúde mental de mulheres vítimas de violência doméstica.

Por outro lado, os profissionais de psicologia, em especial na abordagem da terapia cognitivo-comportamental, possuem um rico conteúdo teórico e técnicas com eficácias comprovadas que podem contribuir para intervenção dessas demandas e para com a sociedade no combate a reprodução da cultura machista contra as mulheres e desconstrução das crenças sociais, culturais, familiares e individual.

Portanto, nota-se que este estudo respondeu às questões levantadas e poderá contribuir a nível científico, social e acadêmico, assim como ser útil para estudantes e profissionais da psicologia.

## Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **DSM-5. Manual de Diagnóstico e Estatística dos Transtornos Mentais**. Porto Alegre. Artmed, 2014.

BRASIL. Lei nº 11.340. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/ato2004-2006/2006/lei/111340.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2004-2006/2006/lei/111340.htm). Acesso em 25 de abril. 2020.

BECK, Judith S. **Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática**. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CORREIA, Cíntia. DINIZ, Normélia. GOMES, Nadirlene. ANDRADE, Isabela. CAMPOS, Luana. CARNEIRO, Jordana. Sinais de risco para o suicídio em mulheres com história de violência doméstica. **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog**, pág. 219-225, 2018. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.151401.

CORREIA, Cintia. GOMES, Nardilene. COUTO, Telmara. RODRIGUES, Adriana. ERDMANN, Alacoque. DINIZ, Normélia. Representações sobre o suicídio para mulheres com história de violência doméstica e tentativa do mesmo. **Texto Contexto Enferm, Florianópolis**, Jan-Mar; 23(1): 118-25, 2014. Disponível em: [https://www.scielo.br/pdf/tce/v23n1/pt\\_0104-0707-tce-23-01-00118.pdf](https://www.scielo.br/pdf/tce/v23n1/pt_0104-0707-tce-23-01-00118.pdf). Acesso em 27 de abril 2020.

DIAS, Samir Antônio S; CANAVEZ, Luciano S; MATOS, Elizabeth S. Transtorno de Estresse Pós-Traumático em mulheres vítimas de violência doméstica: Prejuízos cognitivos e formas de

tratamento. **Revista Valore**. Volta Redonda, 3(2): Pag. 597-622, Jul/Dez, 2018. Disponível em: <file:///C:/Users/USER/Downloads/114-740-1-PB.pdf>. Acesso em 27 de abril 2020

FONTES, Giordano. DINIZ, Gláucia. Gênero. Saúde mental e violência: efeitos adversos da violência psicológica na saúde mental das mulheres. 1º Seminário Internacional Fazendo Gênero 11 & 13th **Women's Worlds Congress**. Florianópolis, 2017. Disponível em: [http://www.en.wwc2017.eventos.dype.com.br/resources/anais/1500250768\\_ARQUIVO\\_Genero\\_saudemental\\_e\\_violencia\\_Giordana\(1\).pdf](http://www.en.wwc2017.eventos.dype.com.br/resources/anais/1500250768_ARQUIVO_Genero_saudemental_e_violencia_Giordana(1).pdf). Acesso em 04 de maio 2020.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 6º Ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GREENBERGER, Dennis. PADESKY, Christine. **A mente vencendo o humor: mude como você se sente, mudando o modo como você pensa**. 2ª. ed., Porto Alegre: Artmed, 2017.

MAÃES RCS, SOARES MCS, SANTOS RC, MOURA JP, FREIRE TVV, DIAS MD. Impacto na autoestima de mulheres em situação de violência doméstica atendidas em Campina Grande, Brasil. **Rev Cuid**. 2018; 9(1): 1988-97 <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v9i1.438>.

HABIGZANG, Luisa Fernanda. PETERSEN, Mariana GF. MACIEL, Luísa Zamagna. Terapia Cognitivo-Comportamental para mulheres que sofreram violência por seus parceiros íntimos: Estudo de casos múltiplos. **Ciências Psicológicas** julho-dezembro 2019; 149-264. doi: 10.22235/cp.v13i2.1882

JESUS G. B., e LIMA, T. C. (2018). Mulher vítima de violência psicológica: contribuições clínicas da terapia cognitivo-comportamental. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, 7(1):114-119. doi: 10.17267/2317-3394rpsds.v7i1.1640

JORNAL DO BRASIL: <https://www.jb.com.br/pais/artigo/2020/08/1025034-a-pandemia-e-a-violencia-domestica>. acesso em 15 de setembro 2020

MARTINS, Aline G; NASCIMENTO, Adriano R F. Violência doméstica, álcool e outros fatores associados: Uma análise bibliométrica. **Arquivos Brasileiros de psicologia**, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672017000100009](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672017000100009). Acesso em 15 de abril de 2020.

MOTA, Mirella L. Violência Contra Mulheres e Saúde Mental: Silenciamento e Inviabilidades do Sofrimento de Usuárias da Atenção Primária à Saúde em Recife. Dissertação (Pós-Graduação em Psicologia) **Universidade Federal de Pernambuco**. Recife, p. 32, 2017.

OMS, Organização Mundial da Saúde. **Violência Doméstica contra as Mulheres**. 2017 Disponível em: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women> Acesso: 09 maio de 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Organização Mundial da Saúde. Violência contra a mulher: estratégia e plano de ação para o reforço do sistema de saúde para abordar a violência contra a mulher. **54º conselho diretor. 67º sessão do comitê regional da OMS para as Américas**. 2015. Disponível: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/18386/CD549Rev2\\_por.pdfsequence=9&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/18386/CD549Rev2_por.pdfsequence=9&isAllowed=y). Acesso em 03 de maio 2020

PETERSEN, Mariana G F; ZAMORA, Júlia C; FERMANN, Ilana L; CRESTANI, Pâmela Leticia; HABIGZANG, Luíza Fernanda; Psicoterapia Cognitivo-comportamental para Mulheres em situação de violência doméstica: **Revisão sistemática**. *Psic. Clin.*, Rio de Janeiro, vol. 31, N.1, P. 145-165, Jan-Abr, 2019. <http://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0031n01A07>.

SENADO FEDERAL. **Violência Doméstica e familiar contra a mulher**. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/procuradoria/comum/violencia-domestica-e-familiar-contr-a-mulher-2019>. Acesso em 06 de abril de 2020.

SILVA, L. E.; OLIVEIRA, M. L. Violência contra a mulher: Revisão sistemática da produção científica nacional no período de 2009 a 2013. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(11), 2015. 3523-3532. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152011.11302014>. Acesso em 03 de maio de 2020.

WRIGHT, Jesse H. BASCO, Monica R. THASE, Michael E. **Aprendendo a Terapia Cognitiva-Comportamental: um guia ilustrativo**. 2º ed. Porto Alegre: Artmed, 2018.

ZANATTA, Michelle Ângela; FARIA, Josiane P. Violência contra a mulher e desigualdade de gênero na estrutura da sociedade: da superação dos signos pela ótica das relações de poder. **Revista de Gênero, Sexualidade e Direito**. Salvador. V.4 N. 1, P. 99-114. Jan/Jun. 2018. Disponível em: <https://www.indexlaw.org/index.php/revistagsd/article/view/4209>. Acesso em maio 2020.



#### **Como citar este artigo (Formato ABNT):**

MARTINS, Grasiela Borges ; NOBRE, Natalia Kelle da Silva; MARTINS, Maria das Graças Teles. A Violência Doméstica Contra Mulheres: Contribuição da Terapia Cognitivo-Comportamental na Intervenção. **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, Fevereiro/2021, vol.14, n.54, p. 104-116. ISSN: 1981-1179.

Recebido: 23/12/2020.

Aceito: 19/01/2021.