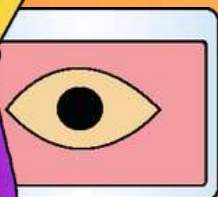
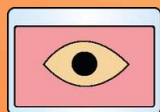


O Digital é Nosso Lugar

Guia de orientação sobre violência
digital contra mulheres



O Digital é Nosso Lugar

Guia de orientação sobre violência
digital contra mulheres

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

O Digital é nosso lugar : guia de orientação sobre
violência digital contra mulheres / [texto
Almerinda Lopes Pinto Vasconcelos, Janara
Kalline Leal Lopes de Sousa, Nina Santos. --
Brasília, DF : Ed. dos Autores, 2026.

Vários colaboradores.
Bibliografia.
ISBN 978-65-02-14388-9

1. Direito digital 2. Discurso de ódio na
Internet - Legislação - Disposições penais
3. Mulheres - Vítimas de violência I. Vasconcelos,
Almerinda Lopes Pinto. II. Sousa, Janara Kalline
Leal Lopes de. III. Santos, Nina.

26-365577.1

CDU-34:004

Índices para catálogo sistemático:

1. Direito digital 34:004

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

LUIZ INÁCIO LULA DA SILVA

Presidente da República

GERALDO ALCKMIN

Vice-Presidente da República

MINISTÉRIO DAS MULHERES

MÁRCIA HELENA CARVALHO LOPES

Ministra de Estado das Mulheres

EUTÁLIA BARBOSA RODRIGUES

Secretária-Executiva

ESTELA BEZERRA DE SOUZA

Secretária Nacional de Enfrentamento à Violência contra Mulheres

CAROLINA MACHADO ROCHA BUSCH PEREIRA

Chefe de Gabinete

JANARA KALLINE LEAL LOPES DE SOUSA

Chefe da Assessoria Especial de Comunicação Social

SECRETARIA DE COMUNICAÇÃO DA PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA

SIDÔNIO CARDOSO PALMEIRA

Ministro de Estado

TIAGO CESAR DOS SANTOS

Secretário-Executivo

JOÃO BRANT

Secretário de Políticas Digitais

NINA SANTOS

Secretária Adjunta de Políticas Digitais

DAVID ALMANSA BERNARDO

Diretor do Departamento de Direitos na Rede e Educação Midiática

DÊNIS RODRIGUES DA SILVA

Coordenador-Geral de Proteção de Direitos na Rede

DANDARA MARIA BARBOSA SILVA

Coordenadora de Proteção de Direitos na Rede

FICHA TÉCNICA

Texto

Almerinda Lopes Pinto Vasconcelos

Janara Kalline Leal Lopes de Sousa

Nina Santos

Revisão

Dandara Maria Barbosa Silva

David Almansa Bernardo

Dênis Rodrigues da Silva

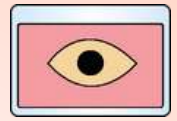
Projeto Gráfico e diagramação

Giulia Blainner Souza Silva

01 de junho de 2026

SUMÁRIO

1. O QUE É VIOLÊNCIA DIGITAL CONTRA MULHERES?	7
1.1 Por que a violência digital é tão grave?	9
1.2 O que muda quando a violência acontece no ambiente digital?	9
2. UM FENÔMENO EM EXPANSÃO	10
3. QUEM SOFRE E QUEM PRATICA?	11
4. AS MUITAS FORMAS DA VIOLÊNCIA DIGITAL	12
4.1 Ataques à intimidade e à vida sexual	12
4.2 Ameaças, perseguição e controle	16
4.3 Humilhação, xingamentos e linchamento digital	19
4.4 Perfis falsos, golpes e exposição de dados	22
4.5 Violência política e ataques a mulheres com atuação pública	24
4.6 Quando a violência digital se soma a outras violências	25
5. QUANDO A VIOLÊNCIA DIGITAL PODE SER CRIME?	27
6. COMO SE PROTEGER NO DIA A DIA	28
6.1 Cuidados com contas e senhas	28
6.2 Privacidade nas redes	28
6.3 Cuidado com contatos e conteúdos	29
6.4 Segurança no celular e no computador	29
7. O QUE FAZER SE ISSO ACONTECER COM VOCÊ	30
7.1 Primeiros passos	30
7.2 Como guardar provas digitais	31
7.3 Ligue 180	33
7.4 A violência digital também pode gerar deveres para as plataformas	34
7.5 Medidas protetivas de urgência para o ambiente digital	36
8. O DIGITAL É NOSSO LUGAR!	38



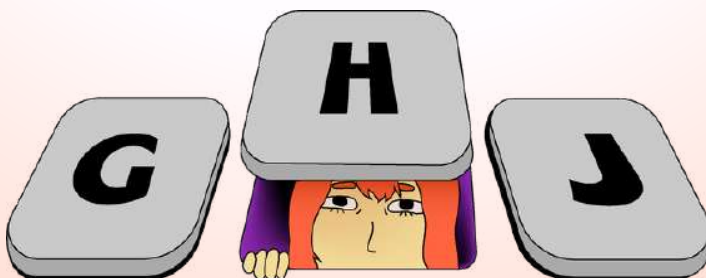
APRESENTAÇÃO

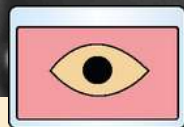
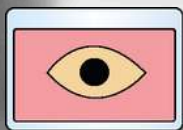
A internet faz parte da vida de milhões de mulheres no Brasil. É onde estudamos, trabalhamos, nos informamos, construímos redes de apoio, nos divertimos, participamos da política e exercemos nossa cidadania. Mas esse mesmo espaço de liberdade também tem sido usado para ameaçar, perseguir, humilhar, chantagear, controlar e atacar mulheres de muitas formas.

Violência digital contra mulheres não é “mimimi”, não é ciúme, não é briga de casal e não é apenas “confusão de internet”. Ela deixa marcas na saúde emocional, na autoestima, na vida profissional, nas relações familiares e sociais e, em muitos casos, também na segurança física das vítimas. O que começa na tela pode transbordar para a rua, para a casa, para o trabalho, para a escola e para outros espaços da vida cotidiana.

Este Guia foi feito para ajudar você a reconhecer, se proteger e agir diante da violência digital. Aqui você vai encontrar explicações simples, exemplos do dia a dia, orientações básicas de segurança e os principais caminhos para buscar ajuda e responsabilização. Nenhuma mulher deve se sentir sozinha ou culpada quando sofre violência na internet. A responsabilidade é sempre de quem agride e de quem deixa a agressão circular nas redes.

O digital é nosso lugar. A nossa conexão é livre. Se alguém usa a tecnologia para ameaçar, controlar, perseguir, expor ou humilhar você, isso não é brincadeira: é violência digital e pode ser crime. Proteja suas redes, conheça as medidas cabíveis, converse com pessoas de confiança, e se precisar de orientação ou fazer uma denúncia: ligue 180.





1. O QUE É VIOLÊNCIA DIGITAL CONTRA MULHERES?

Violência digital contra mulheres acontece quando alguém usa celulares, computadores, redes sociais, aplicativos de mensagem, jogos online ou outros espaços digitais para **controlar, ameaçar, humilhar, expor, perseguir, chantagear ou ferir a dignidade de mulheres e meninas.**

A violência contra mulheres em ambiente digital deve ser compreendida de forma ampla. Ela pode envolver qualquer ato, conduta ou omissão contra mulheres, que cause morte, dano ou sofrimento físico, sexual, psicológico, político, econômico ou patrimonial, quando cometido, instigado, facilitado ou agravado, total ou parcialmente, pelo uso de tecnologias digitais.

Alguns exemplos são: vazar ou ameaçar vazar fotos íntimas; criar perfil falso para atacar ou monitorar; mandar mensagens insistentes e violentas depois de um bloqueio; xingar e humilhar em comentários; divulgar dados pessoais sem consentimento; fazer montagens com o rosto da vítima em cenas íntimas ou violentas; ou usar a localização do celular para vigiar seus passos.

Muitas mulheres só percebem que sofreram violência digital quando veem situações como essas descritas com clareza e reconhecidas como violência. **Por isso é tão importante falar sobre o tema e nomear as várias violências que podem acontecer no ambiente virtual.**

A violência digital não fica só na internet. Ela pode causar medo, ansiedade, vergonha, isolamento, dificuldades nos estudos e no trabalho e mudanças de rotina por medo de agressões presenciais. Pode até afastar mulheres da vida pública. Em casos graves, pode se somar a outras formas de violência, como ameaças físicas, perseguição fora da tela e violência doméstica.



1.1 Por que a violência digital é tão grave?

A violência digital tem características que podem ampliar o dano:

Espalha rápido: em poucos minutos, um conteúdo ofensivo pode alcançar centenas ou milhares de pessoas.

Vai mais longe: o que antes ficaria restrito à família, à escola ou ao bairro pode ganhar dimensão nacional ou até internacional.

Dura mais tempo: mesmo quando o conteúdo é apagado, cópias, prints e reenvios podem mantê-lo circulando.

Pode ser difícil de identificar: muitas vezes, a vítima não sabe quem está por trás de perfis anônimos, grupos privados ou listas de transmissão.

Por isso, a violência digital não é menos séria do que a violência fora da tela. Em muitos casos, ela é mais invasiva, mais difícil de interromper e pode provocar consequências duradouras.

1.2 O que muda quando a violência acontece no ambiente digital?

Quando a violência acontece no ambiente digital, o dano pode ser ampliado pela velocidade de circulação, pela possibilidade de reprodução em massa, pelo anonimato de agressores, pelo uso de perfis falsos, pela dificuldade de remoção completa do conteúdo e pelos mecanismos de recomendação, compartilhamento e impulsionamento das plataformas.

Por isso, ao buscar ajuda ou registrar uma denúncia, é importante informar como a violência aconteceu: se foi por WhatsApp, rede social, e-mail, aplicativo, perfil falso, jogo online, site, ferramenta de inteligência artificial ou outro meio digital. Essa informação ajuda na preservação das provas, no enquadramento da conduta e na definição das medidas de proteção.

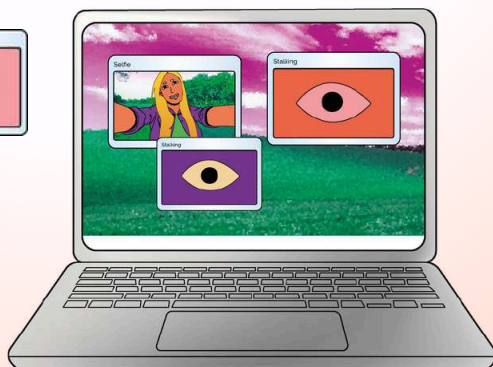
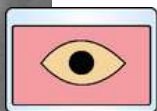


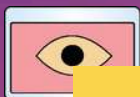
2. UM FENÔMENO EM EXPANSÃO

Quando a violência acontece no ambiente digital, o dano pode ser ampliado pela velocidade de circulação, pela possibilidade de reprodução em massa, pelo anonimato de agressores, pelo uso de perfis falsos, pela dificuldade de remoção completa do conteúdo e pelos mecanismos de recomendação, compartilhamento e impulsionamento das plataformas.

Por isso, ao buscar ajuda ou registrar uma denúncia, é importante informar como a violência aconteceu: se foi por WhatsApp, rede social, e-mail, aplicativo, perfil falso, jogo online, site, ferramenta de inteligência artificial ou outro meio digital. Essa informação ajuda na preservação das provas, no enquadramento da conduta e na definição das medidas de proteção.

Ao mesmo tempo, mais mulheres têm se sentido encorajadas a falar sobre o que vivem, denunciar e buscar ajuda. Isso é fundamental para quebrar o silêncio, fortalecer redes de proteção, cobrar melhores respostas das plataformas digitais e aprimorar as políticas públicas de prevenção e enfrentamento.





3. QUEM SOFRE E QUEM PRÁTICA?

Violência digital contra mulheres acontece quando alguém usa celulares, computadores, redes sociais, aplicativos de mensagem, jogos online ou outros espaços digitais para controlar, ameaçar, humilhar, expor, perseguir, chantagear ou ferir a dignidade de mulheres e meninas.



Uma jovem que termina um relacionamento e passa a receber ameaças de divulgação de fotos íntimas; uma jornalista atacada depois de uma reportagem; uma mulher que já sofreu agressões físicas e agora é vigiada nas redes; uma pesquisadora alvo de campanhas de descredibilização; ou uma adolescente humilhada em grupos da escola são exemplos de situações que podem configurar violência digital.

Em muitos casos, quem pratica a violência digital é alguém próximo: parceiro, ex-parceiro, familiar, colega de escola, colega de trabalho ou pessoa conhecida. Em outros, são perfis anônimos, grupos organizados ou pessoas desconhecidas que se somam aos ataques, fazendo com que a violência se repita, envolva mais agressores e dure mais tempo.

4. AS MUITAS FORMAS DA VIOLÊNCIA DIGITAL



A violência digital aparece de muitas formas. Conhecer esses tipos ajuda a reconhecer a agressão mais rápido e a buscar ajuda.

Vamos listar aqui algumas formas e dar exemplos para que você possa reconhecer essas violências e possa tanto ajudar alguém que estiver passando por isso, quanto ajudar a si própria se você for a vítima. Mas, olha, essa lista não acaba aqui. Trata-se de uma referência importante, porém a verdade é que novas formas de violência digital podem surgir em breve. Entretanto, o pulo do gato é que você possa reconhecer quando isso acontece e saber o que fazer.

4.1 Ataques à intimidade e à vida sexual

Conteúdo íntimo pode envolver imagem, vídeo, áudio, mensagem de texto ou qualquer conteúdo escrito, ou combinação desses formatos, que exponha nudez, seminudez, ato sexual ou contexto sexualizante. Também pode incluir conteúdo produzido, editado ou manipulado por inteligência artificial ou outro recurso tecnológico. Mesmo quando a imagem, o áudio ou o vídeo são falsos, a violência é real quando há exposição, humilhação, ameaça, sexualização ou dano à vítima.

DIVULGAÇÃO DE FOTOS OU VÍDEOS ÍNTIMOS SEM CONSENTIMENTO:

Ocorre quando **alguém compartilha imagens íntimas de uma mulher sem autorização**, em grupos, redes sociais, sites ou mensagens privadas.

Exemplo: ex-parceiro divulga fotos íntimas depois do término.



Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa



SEXTORSÃO:

Acontece quando a pessoa **usa fotos, vídeos, conversas ou montagens para chantagear** a mulher, exigindo dinheiro, novos conteúdos ou obediência.

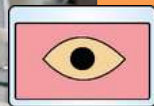
Exemplo: **alguém exige depósito ou novo vídeo sob ameaça de "espalhar tudo".**

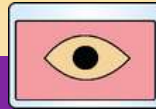


REGISTRO NÃO AUTORIZADO DE INTIMIDADE:

Ocorre quando **alguém grava, fotografa ou filma momentos íntimos** sem que a mulher saiba ou concorde.

Exemplo: **câmera escondida no quarto ou no banheiro para registrar o corpo da vítima.**





IMPORTUNAÇÃO SEXUAL DIGITAL:

Acontece quando alguém, pela internet ou por aplicativos, **envia ou pratica conteúdo sexual sem que a mulher tenha pedido, autorizado ou consentido**, para satisfazer o próprio desejo. Pode ocorrer por envio de imagens, áudios, vídeos, jogos online ou mensagens de teor sexual.

Exemplo: receber fotos de genitália ou vídeos de masturbação sem consentimento.



**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*

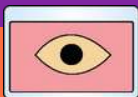
MANIPULAÇÃO DE IMAGENS, ÁUDIOS OU VÍDEOS COM USO DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL:

Uso de ferramentas digitais para **simular, alterar ou fabricar conteúdo íntimo, sexual, humilhante ou ameaçador envolvendo uma mulher**, ainda que o material seja falso.

Exemplo: vídeo falso que circula em grupos com o rosto da vítima em uma cena sexual; áudio manipulado para simular uma fala íntima; ou imagem artificial criada para humilhar uma mulher.



**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*





ESTUPRO VIRTUAL:

Situações em que a **mulher é obrigada, por ameaça ou grave ameaça, a praticar ato de natureza sexual**, a conduta pode configurar estupro, mesmo que a violência aconteça por meio digital. Se a vítima for criança, adolescente menor de 14 anos ou pessoa vulnerável, o caso pode configurar estupro de vulnerável ou outros crimes ainda mais graves.

Exemplo: agressor exige que a vítima se exponha em câmera sob ameaça de divulgar fotos íntimas.

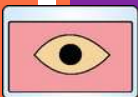


ALICIAMENTO ONLINE DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARA FINS SEXUAIS:

Aproximação gradual, manipulação emocional ou **uso de perfis falsos** para obter imagens íntimas, marcar encontros ou explorar. O consentimento de crianças e adolescentes é irrelevante para fins de tipificação penal.

Exemplo: adulto que finge ser adolescente em jogo online para obter fotos íntimas de uma menina.

**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*





4.2 Ameaças, perseguição e controle

AMEAÇAS POR MEIOS DIGITAIS:

Mensagens, áudios, comentários ou publicações que ameaçam **ferir, matar, expor ou destruir a reputação da mulher**. Quando praticada contra mulher por razões da condição do sexo feminino, a pena de ameaça (art. 147 do Código Penal) é aplicada em dobro.

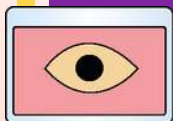
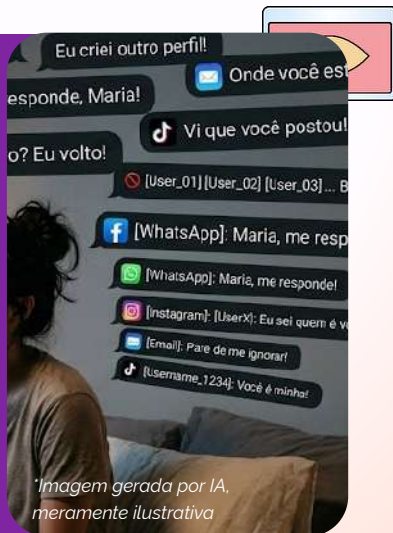
Exemplo: "se você não voltar comigo, vou acabar com a sua vida e com a da sua família".



PERSEGUIÇÃO DIGITAL, TAMBÉM CHAMADA DE STALKING:

Acompanhamento repetido e insistente da vida da mulher em redes, aplicativos, jogos, e-mails ou outros ambientes digitais, com tentativa de vigiar, controlar ou intimidar.

Exemplo: criar vários perfis para continuar mandando mensagens depois de ser bloqueado.





CONTROLE DIGITAL DA VIDA DA MULHER:

Exigir senhas, checar mensagens, decidir com quem ela pode falar, **monitorar localização ou controlar** o que ela pode postar.

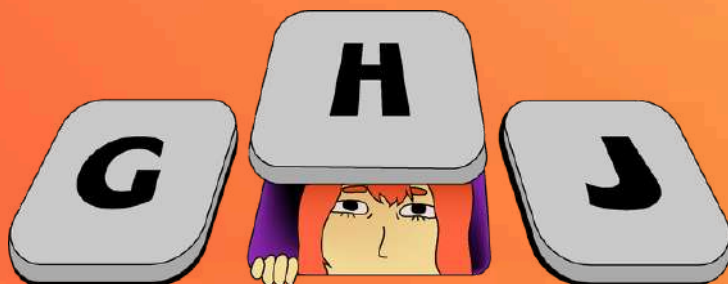
Exemplo: parceiro que exige ver o celular o tempo todo e decide quem a mulher pode seguir nas redes.



VIGILÂNCIA POR APLICATIVOS ESPÍOES:

Instalação de programas ocultos no celular ou computador da mulher para ler conversas, ver fotos, acompanhar ligações e localização.

Exemplo: aplicativo escondido que mostra onde a vítima está e com quem fala.





CYBERBULLYING OU INTIMIDAÇÃO VIRTUAL SISTEMÁTICA:

Ataques repetidos para humilhar, intimidar ou isolar a vítima em ambientes digitais. Acontece em relação em que há assimetria de poder.

Exemplo: grupo organizado para atacar uma colega sempre que ela posta nas redes.



**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*



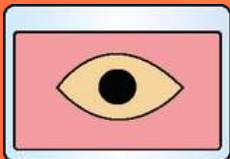
INDUZIMENTO À AUTOMUTILAÇÃO OU AO SUICÍDIO POR MEIOS DIGITAIS:

Incitar, instigar ou auxiliar, pela internet, práticas de autolesão ou suicídio.

Exemplo: mensagens em grupos ou chats que desafiam a vítima a se machucar.



**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*





4.3 Humilhação, xingamentos e linchamento digital

OFENSAS E XINGAMENTOS EM MASSA:

Ataques, apelidos ofensivos, humilhações e comentários agressivos.

Exemplo: grupo que combina de insultar uma mulher toda vez que ela publica algo.



ASSÉDIO DIGITAL COORDENADO:

Ocorre quando ataques contra uma mulher ou grupo de mulheres são organizados, repetidos ou amplificados por muitas contas, grupos, perfis falsos, robôs ou redes artificiais. Esse tipo de violência busca intimidar, silenciar, desacreditar ou expulsar mulheres do ambiente digital.

Exemplo: após uma publicação, vários perfis passam a repetir ofensas, ameaças e mentiras contra a mesma mulher, aumentando artificialmente o alcance dos ataques.

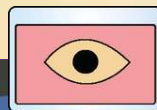




DISCURSO DE ÓDIO DE GÊNERO E MISOGINIA DIGITAL:

Conteúdos que **atacam mulheres por serem mulheres**, reforçam ideias de inferioridade ou incentivam violência.

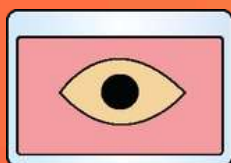
Exemplo: publicações que comemoram agressões contra mulheres ou defendem que elas sejam excluídas da vida pública.



INJÚRIA, CALÚNIA E DIFAMAÇÃO EM AMBIENTE DIGITAL:

Xingar diretamente, atribuir falsamente a prática de crime ou espalhar informações que atacam a reputação da mulher.

Exemplo: publicar que “ela conseguiu o emprego por conceder favores sexuais”, insinuando que ela não teria competência para ser selecionada para a vaga.





INJÚRIA RACIAL DIGITAL:

Ofensa à dignidade de alguém em razão de raça, cor, etnia ou procedência nacional, praticada por meios digitais. Mulheres negras e indígenas são frequentemente alvo de ataques. Essa conduta, prevista no art. 2º-A da Lei nº 7.716/1989, integra o regime jurídico dos crimes de racismo: eles são imprescritíveis, inafiançáveis e insuscetíveis de graça ou anistia.

Exemplo: comentários que usam termos racistas e misóginos ao mesmo tempo para atacar uma mulher.

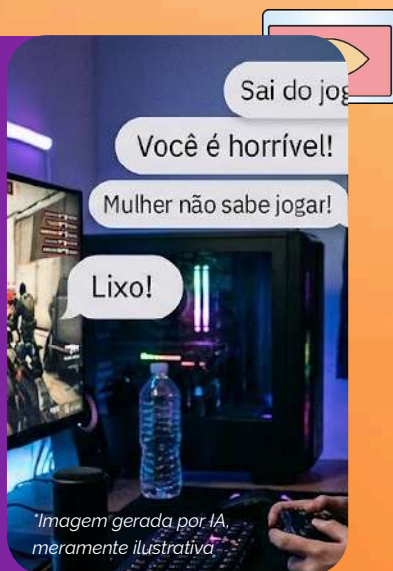


**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*

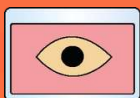
ASSÉDIO VERBAL EM FÓRUNS E JOGOS ONLINE:

Xingamentos, humilhações, ameaças e pressão em plataformas de jogos, streaming, grupos em aplicativos de mensagem ou fóruns para expulsar a mulher daquele espaço.

Exemplo: jogadora que recebe mensagens agressivas e ameaças toda vez que entra em partidas online.



**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*





4.4 Perfis falsos, golpes e exposição de dados

PERFIL FALSO OU IMPERSONIFICAÇÃO:

Criação de conta usando nome, foto ou dados da mulher para enganá-la, atacá-la ou prejudicar sua imagem.

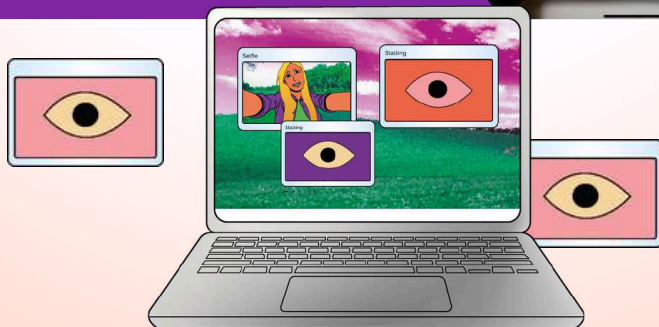
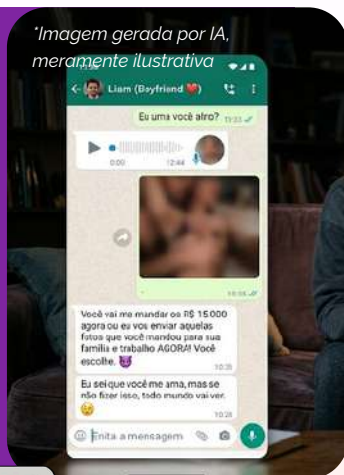
Exemplo: perfil com foto dela usado para enviar mensagens ofensivas ou sexualizadas para colegas e familiares.

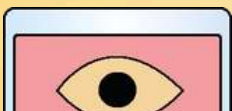


GOLPES AFETIVOS E FINANCEIROS, TAMBÉM CHAMADOS DE CATFISHING:

Quando alguém se passa por outra pessoa para conquistar confiança, pedir dinheiro, obter dados ou conseguir imagens íntimas.

Exemplo: relacionamento online que termina em pedidos de dinheiro e chantagem com conversas e fotos.

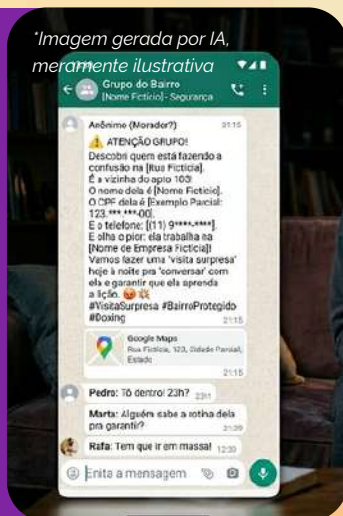




EXPOSIÇÃO DE DADOS PESSOAIS, TAMBÉM CHAMADA DE DOXXING:

Divulgação, sem consentimento, de informações como endereço, telefone, CPF, local de trabalho ou rotina, com objetivo de intimidar ou colocar a vítima em risco.

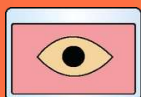
Exemplo: publicar o endereço da vítima em grupo aberto incitando que ela seja "visitada".



INVASÃO DE CONTA OU DISPOSITIVO:

Acesso não autorizado a e-mails, redes sociais, aplicativos ou dispositivos para ler, apagar, roubar ou publicar conteúdos em nome da vítima.

Exemplo: acessar o perfil da mulher, apagar mensagens e publicar conteúdos ofensivos fingindo ser ela.





4.5 Violência política e ataques a mulheres com atuação pública

VIOLÊNCIA POLÍTICA DE GÊNERO ONLINE:

Ataques, ameaças, boatos e campanhas de ódio usados para afastar mulheres de espaços de poder, representação e participação política.

Exemplo: candidata que recebe ameaças de estupro e morte depois de se posicionar sobre um tema público.



**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*

ATAQUES A JORNALISTAS, ATIVISTAS, PESQUISADORAS E DEFENSORAS DE DIREITOS:

Campanhas coordenadas para descredibilizar o trabalho, atacar a reputação e silenciar mulheres que produzem informação ou defendem direitos.

Exemplo: jornalista que, após uma reportagem, sofre ataques misóginos (ou seja, por ser mulher) nas redes sociais.



**Imagem gerada por IA, meramente ilustrativa*

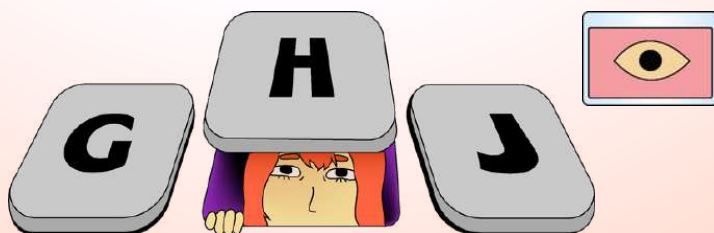
Mulheres com atuação pública, como jornalistas, comunicadoras, candidatas, parlamentares, pesquisadoras, ativistas e defensoras de direitos, podem ser alvo de ataques coordenados para reduzir sua presença no debate público. Nesses casos, a violência digital não atinge apenas a vítima individualmente: também prejudica a participação das mulheres na democracia, na produção de informação e nos espaços de decisão.

4.6 Quando a violência digital se soma a outras violências

ATAQUES CONTRA MULHERES QUE JÁ SOFRERAM VIOLÊNCIA FÍSICA OU SEXUAL:

Uso da internet para continuar um ciclo de violência que começou fora do ambiente digital, com **exposição de imagens, humilhação pública ou ameaças** para que a vítima se cale.

Exemplo: depois de denunciar uma violência sexual, a mulher passa a ser atacada nas redes como "mentirosa".





ATAQUES CONTRA MENINAS E ADOLESCENTES:

Cyberbullying, aliciamento, exposição de fotos e vídeos, chantagens e agressões entre pares ou por adultos que se aproveitam da idade.

Exemplo: adolescente que tem fotos íntimas compartilhadas na escola e passa a ser humilhada em grupos de mensagens.



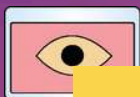
DESCUMPRIMENTO DE MEDIDAS PROTETIVAS EM AMBIENTE DIGITAL:

Quando o agressor continua a perseguir, ameaçar ou assediar a vítima por meios digitais mesmo após ordem judicial que proíbe contato.

Exemplo: ex-companheiro proibido de se aproximar cria perfis falsos para continuar enviando mensagens.



Essas formas podem aparecer combinadas. A mesma mulher pode sofrer, ao mesmo tempo, ameaças, vazamento de imagens, perseguição, xingamentos, golpes e exposição de dados. Por isso é importante reconhecer cedo, pedir ajuda e interromper o ciclo de violência digital.



5. QUANDO A VIOLÊNCIA DIGITAL PODE SER CRIME?

No Brasil, muitas formas de violência digital contra mulheres podem configurar crime, gerar responsabilização civil ou demandar outras formas de proteção, a depender do que aconteceu, do contexto, das provas disponíveis e da análise das autoridades competentes. **Isso vale tanto para situações em que a agressão acontece apenas na internet quanto para casos em que o ambiente digital é usado para continuar uma violência que já existia fora da tela.**

Em geral, a violência digital pode ser crime quando envolve:

- divulgação ou ameaça de divulgação de fotos e vídeos íntimos sem consentimento;
- ameaças de morte, agressão, estupro ou outras violências, ainda que feitas por mensagem ou publicação;
- perseguição sistemática, quando alguém vigia, segue, manda mensagens e tenta controlar a vítima de forma repetida;
- violência psicológica para controlar, humilhar, manipular ou destruir a autoestima da mulher;

Em geral, a violência digital pode ser crime quando envolve:

- divulgação ou ameaça de divulgação de fotos e vídeos íntimos sem consentimento;
- ameaças de morte, agressão, estupro ou outras violências, ainda que feitas por mensagem ou publicação;
- perseguição sistemática, quando alguém vigia, segue, manda mensagens e tenta controlar a vítima de forma repetida;
- violência psicológica para controlar, humilhar, manipular ou destruir a autoestima da mulher;



6. COMO SE PROTEGER NO DIA A DIA

Tudo que a gente falou até agora pode ser muito assustador. Entretanto, há maneiras de você se proteger da violência digital. A proteção no dia a dia começa com cuidados simples, que ajudam a reduzir riscos sem tirar sua liberdade de usar a internet.

6.1 Cuidados com contas e senhas

- Use senhas fortes e diferentes em cada conta, misturando letras, números e símbolos.
- Não compartilhe senhas com ninguém, nem com parceiros, familiares ou pessoas próximas.
- Ative a verificação em duas etapas nas redes sociais, no e-mail e nos aplicativos mais importantes.
- Desconfie de e-mails, mensagens e links estranhos, principalmente quando pedem confirmação de senha, atualização de cadastro ou códigos de acesso.

6.2 Privacidade nas redes

- Revise as configurações de privacidade das suas redes sociais.
- Limite quem pode ver seus posts, stories, lista de amigos e informações pessoais.
- Evite divulgar em tempo real endereço, rotina, local de estudo, local de trabalho ou lugares que frequenta com frequência.
- Pense antes de postar fotos de documentos, passagens, crachás, uniformes ou imagens que identifiquem onde você mora, estuda ou trabalha.

6.3 Cuidado com contatos e conteúdos

- Não aceite convites ou mensagens insistentes de perfis que você não conhece ou que parecem falsos.
- Desconfie de quem pressiona para acelerar intimidade, pedir informações pessoais, dinheiro ou conteúdo íntimo.
- Se decidir produzir conteúdos íntimos, pense em onde eles ficam guardados, com quem serão compartilhados e que riscos isso pode trazer.
- Lembre-se: mesmo quando uma imagem foi enviada com consentimento, ninguém tem o direito de divulgá-la sem autorização.

6.4 Segurança no celular e no computador

- Mantenha celular e computador bloqueados com senha, desenho ou biometria.
- Não deixe suas contas abertas em aparelhos de uso compartilhado.
- Instale apenas aplicativos oficiais, de lojas confiáveis.
- Desconfie de aplicativos que pedem acesso à câmera, microfone, localização e contatos sem necessidade.
- Mantenha seus aparelhos atualizados para reduzir falhas de segurança.

Nenhum cuidado impede totalmente a violência digital, porque a responsabilidade final é de quem agride, não da vítima. Mas fortalecer sua segurança ajuda a diminuir riscos, reagir mais rápido e manter maior controle sobre suas contas e seus dados.



7. O QUE FAZER SE ISSO ACONTECER COM VOCÊ

Se, apesar de todos os cuidados, a violência digital acontecer, **o mais importante é não se culpar, não agir sozinha e não apagar tudo de imediato.**

7.1 Primeiros passos

Se você está sofrendo violência digital:

GUARDE TODAS AS PROVAS:

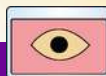
faça prints ("foto" do que está sendo exibido na tela), salve links, datas, horários, nomes de perfis, números de telefone, áudios, vídeos e mensagens. Enfim, junte todas essas informações e guarde em um lugar seguro.

NÃO RESPONDA SOZINHA:

procure alguém de confiança para acompanhar você, especialmente se houver ameaça ou chantagem.

REFORCE A SEGURANÇA DAS CONTAS:

troque senhas, ative a verificação em duas etapas e revise as configurações de privacidade.



DENUNCIE NAS PLATAFORMAS:

use o botão de denúncia da rede social, aplicativo ou site e guarde o protocolo ou confirmação.

BUSQUE ORIENTAÇÃO E DENUNCIE:

ligue 180 para receber acolhimento, informações sobre direitos e fazer denúncias.

EM CASO DE RISCO IMEDIATO, LIGUE 190:

se houver ameaça concreta à sua integridade física ou à de alguém próximo, acione a Polícia Militar.

7.2 Como guardar provas digitais

Antes de apagar mensagens, bloquear perfis ou denunciar conteúdo na plataforma, tente guardar provas da violência sofrida. A prioridade é se proteger, mas guardar registros pode ajudar a demonstrar o que aconteceu, quando aconteceu, quem praticou a violência e se houve repetição da conduta.

Dicas que salvam:

REGISTRE TUDO ANTES DE AGIR:

Antes de apagar mensagens ou denunciar, salve as evidências. Isso ajuda a mostrar a repetição e a autoria da violência.

PRINTS COMPLETOS:

Tire retratos da tela inteira, onde apareçam data, horário, link (URL) e o perfil do agressor.

SALVE ARQUIVOS ORIGINAIS:

Guarde áudios, vídeos e mensagens sem editar ou cortar. Mantenha-os em local seguro (nuvem ou HD externo).

O "PULO DO GATO" DO HASH:

Gerar um código hash do arquivo funciona como criar uma "impressão digital" de letras e números para ele, impedindo que o arquivo seja alterado. Se houver alguma alteração depois, mesmo que de forma pequena, o código do arquivo muda. Por isso, o hash ajuda a demonstrar que a prova foi preservada sem alterações e pode ser útil em procedimentos policiais, administrativos e judiciais.

Peça ajuda a uma pessoa de confiança, à autoridade policial, à Defensoria Pública, ao Ministério Público ou a um serviço de apoio. A geração do código pode ser feita gratuitamente e a vítima não precisa realizá-la sozinha.

OFICIALIZA:

Leve tudo (prints, links, hash) ao fazer o Boletim de Ocorrência. Em casos graves, uma Ata Notarial em cartório tem grande valor jurídico. Trata-se de um documento feito em cartório, no qual a tabeliã ou o tabelião verifica e registra formalmente a existência de uma página, publicação, mensagem, imagem, vídeo, perfil ou outro conteúdo digital. Esse serviço costuma ser pago e o valor pode variar conforme o cartório e o estado.





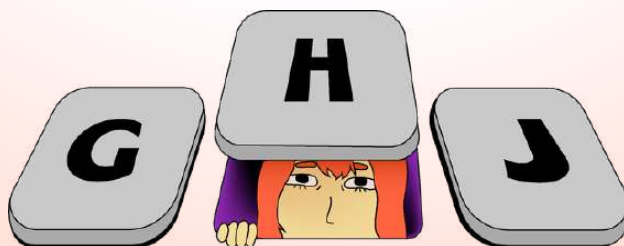
7.3 Ligue 180

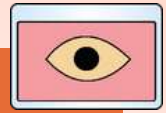
Se você está sofrendo qualquer tipo de violência, inclusive violência digital, o 180 é o canal direto do Ministério das Mulheres.

A ligação é gratuita, pode ser feita de qualquer lugar do Brasil e funciona 24 horas por dia, todos os dias da semana, inclusive feriados.

O atendimento é sigiloso e pode ser feito pela própria vítima ou por qualquer pessoa que tenha conhecimento do caso.

Você também pode falar pelo WhatsApp: (61) 9610-0180, se preferir digitar em vez de ligar.





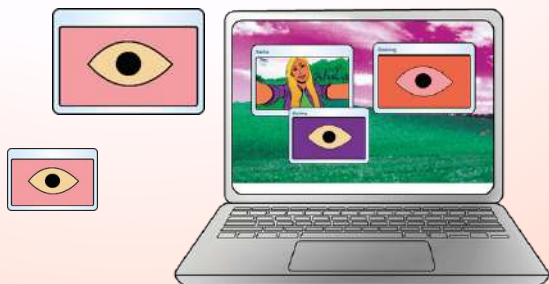
7.4 A violência digital também pode gerar deveres para as plataformas

A **violência digital não envolve apenas a vítima e o agressor**. Em determinadas situações, plataformas digitais e provedores de aplicações de internet podem ter deveres de cuidado, prevenção, remoção ou indisponibilização de conteúdos ilícitos, preservação de provas e oferta de canais acessíveis de denúncia.

Isso é especialmente importante em casos de exposição de conteúdo íntimo, ameaça, perseguição, violência psicológica, violência política de gênero, intimidação sistemática, ofensas misóginas, ataques coordenados, perfis falsos e divulgação de dados pessoais. **Ao denunciar na plataforma, guarde o protocolo, a data, o horário da solicitação, o link da publicação, o nome do perfil denunciado e todas as confirmações ou as respostas recebidas.**

O Decreto 12.976, de 20 de maio de 2026, estabelece medidas para o enfrentamento da violência contra mulheres no ambiente digital pelas plataformas digitais. **As empresas passaram a ter que:**

- Adotar medidas para prevenir e mitigar a circulação de conteúdos que configurem crimes ou outros atos ilícitos contra mulheres;



- Reduzir o alcance e a visibilidade de postagens quando houver ataques coordenados de violência contra uma mulher, especialmente se ela for jornalista ou , candidata ou ocupante de cargo eletivo;
- Divulgar o Ligue 180 como serviço onde meninas e mulheres possam obter informação e encaminhar denúncias também sobre violência digital.

Assim, quando fotos, vídeos, áudios, mensagens ou montagens íntimas forem divulgados sem autorização, **a plataforma deverá oferecer um canal gratuito, permanente e fácil de acessar.** Antes de retirar o conteúdo, deverá **preservar as provas digitais disponíveis**, como link, data, horário, perfil, metadados e demais registros técnicos. Nesses casos, o conteúdo deverá ser indisponibilizado em até 2 horas, e a plataforma deverá adotar medidas para evitar que o mesmo material volte a circular automaticamente.

Em casos de conteúdo manifestamente ilegal contra mulheres, a plataforma deverá agir com rapidez. Isso inclui, por exemplo: ameaças de morte, perseguição digital, violência psicológica, intimidação sistemática, violência política contra a mulher, conteúdos que propaguem ódio ou aversão às mulheres, ataques misóginos e crimes contra a honra, como calúnia, difamação ou injúria, quando praticados contra a mulher por razões da condição do sexo feminino. Identificada a ilegalidade e preservadas as provas digitais, o conteúdo deverá ser removido ou indisponibilizado em até 6 horas após a apresentação da denúncia.

Se a ilegalidade não for evidente de imediato, a denúncia deverá ser analisada em até 24 horas. Esse prazo se aplica a situações que exigem avaliação do contexto, como possível ameaça, perseguição, ofensa, uso de imagem manipulada ou publicação cuja gravidade não possa ser verificada de imediato. Caso decida manter o conteúdo, a plataforma deverá explicar o motivo e informar como contestar a decisão. Se houver contestação, deverá reavaliar o caso em até 24 horas e apresentar decisão motivada.

Quando houver ataque coordenado, rede artificial ou amplificação abusiva contra mulheres, a plataforma poderá agir mesmo sem denúncia



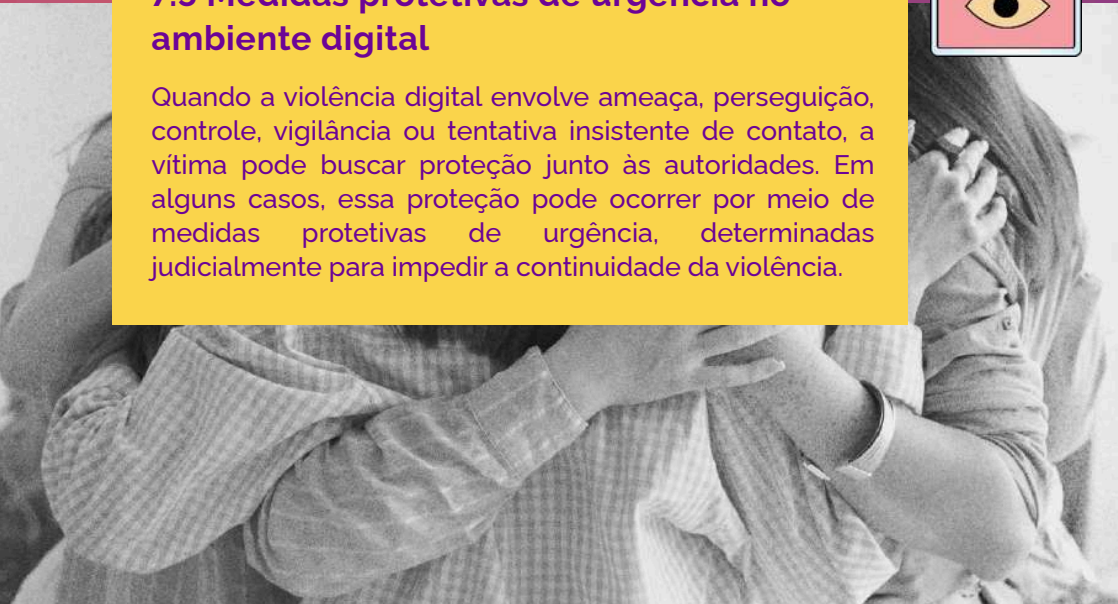
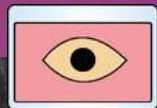
prévia da vítima. Nesses casos, as medidas podem incluir redução de alcance, diminuição de visibilidade, limitação de recomendações, contenção de impulsionamentos e outras providências para impedir que a própria tecnologia aumente a circulação da violência.

Esses deveres das plataformas não substituem o Ligue 180, a polícia, a Defensoria Pública, o Ministério Público ou a rede de proteção. Eles funcionam como medidas complementares para interromper a circulação da violência, preservar provas e reduzir novos danos.

Você não precisa saber o nome jurídico exato do crime para buscar ajuda. Se uma situação causa medo, ameaça, exposição, controle ou humilhação, procure orientação e registre o que aconteceu.

7.5 Medidas protetivas de urgência no ambiente digital

Quando a violência digital envolve ameaça, perseguição, controle, vigilância ou tentativa insistente de contato, a vítima pode buscar proteção junto às autoridades. Em alguns casos, essa proteção pode ocorrer por meio de medidas protetivas de urgência, determinadas judicialmente para impedir a continuidade da violência.

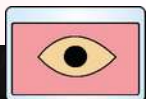


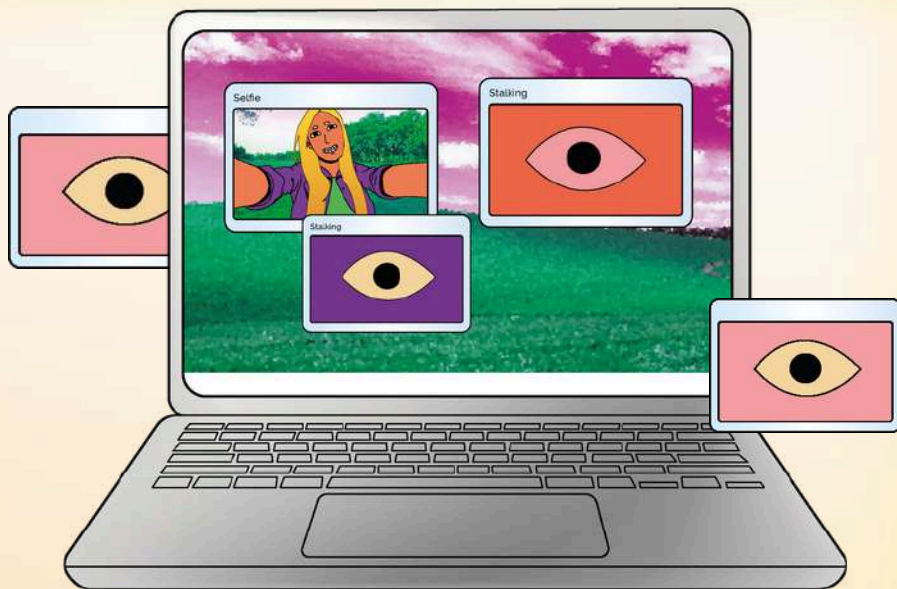
Nos casos de violência doméstica, familiar, íntima ou de afeto, aplica-se a Lei Maria da Penha. A medida protetiva pode proibir o contato com a vítima por qualquer meio de comunicação, incluindo WhatsApp, ligações, e-mail, redes sociais, aplicativos de mensagem, jogos online, perfis falsos, comentários em publicações ou mensagens enviadas por terceiros.

A violência digital também pode aparecer em contextos que não são domésticos, familiares ou afetivos, como em perseguição por pessoa desconhecida, ataques contra jornalistas, comunicadoras, pesquisadoras, defensoras de direitos, candidatas, parlamentares, meninas ou adolescentes. Nesses casos, a medida protetiva dependerá da análise do risco, das provas apresentadas e da decisão da autoridade competente.

As provas digitais ajudam a demonstrar a continuidade da violência e a necessidade de proteção. Por isso, guarde mensagens, prints, links, áudios, vídeos, registros de chamadas, nomes de perfis, tentativas de contato, ameaças, comentários, protocolos de denúncia e relatos de pessoas que tenham conhecimento da situação. Esses elementos podem mostrar que a vítima está sendo ameaçada, perseguida, vigiada, exposta ou intimidada no ambiente digital.

Depois que a medida protetiva é concedida, qualquer tentativa de descumprimento deve ser registrada e comunicada imediatamente às autoridades. Se a pessoa proibida de contato continuar enviando mensagens, ligando, criando novos perfis, comentando publicações, usando terceiros para mandar recados, divulgando ameaças ou tentando burlar a decisão judicial, isso pode configurar o crime de descumprimento de medida protetiva. **Na Lei Maria da Penha, a pena é de reclusão de 2 a 5 anos e multa.** Além disso, o art. 338-A do Código Penal, incluído pela Lei nº 15.280/2025, prevê idêntica estrutura de crime para o descumprimento de medida protetiva de urgência também em contextos que não sejam de violência doméstica.





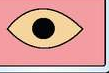
8. O DIGITAL É NOSSO LUGAR!

O ambiente digital faz parte da nossa vida. Nenhuma mulher deveria abrir mão dele por medo. Mulheres têm direito de estar nas redes, estudar, trabalhar, criar, amar, se divertir, participar da política e se posicionar sem serem atacadas, perseguidas ou humilhadas.

Quando alguém usa a tecnologia para ameaçar, controlar, expor, chantagear ou silenciar você, isso não é exagero, não é brincadeira e não é culpa sua: é violência digital e pode ser crime. Você tem direito à proteção, à informação e ao apoio do Estado para sair desse ciclo.

Enfrentar a violência digital exige responsabilidade de toda a sociedade: de quem usa a internet, de quem acolhe as vítimas, do Estado, do sistema de justiça e também das plataformas digitais. A proteção das mulheres no ambiente online é parte da defesa da democracia, dos direitos humanos e da liberdade de participação de todas.

O digital é nosso lugar. A nossa conexão é livre. Violência digital é crime. Proteja-se, denuncie, ligue 180.



Se acontecer com você ou com alguém que você conhece, lembre-se: Ligue 180, a qualquer hora, de qualquer lugar do Brasil.



LIGUE 180, A QUALQUER HORA, DE QUALQUER LUGAR DO BRASIL.



SE HOUVER RISCO IMEDIATO, CHAME 190.



CONVERSE COM ALGUÉM DE CONFIANÇA.

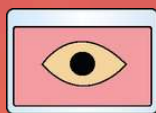


GUARDE PROVAS.



NÃO PASSE POR ISSO SOZINHA.

Cada ligação, cada denúncia e cada conversa ajudam a quebrar o silêncio, fortalecer outras mulheres e afirmar, na prática, que o digital também é território de direitos.





ISBN: 978-65-02-14388-9



CDI

9 786502 143889