



# Câmara dos Deputados

Gabinete da Deputada Federal  
Juliana Cardoso – PT

Apresentação: 28/05/2026 13:17:15.307 - Mesa

PL n.2710/2026

## PROJETO DE LEI Nº , DE 2026

(Da Sra. JULIANA CARDOSO)

Institui o Dia Nacional da Autodefesa feminina

O Congresso Nacional decreta:

Art. 1º Fica instituído o Dia Nacional da Autodefesa Feminina, a ser celebrado, anualmente, em 25 de setembro.

Art. 2º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

### JUSTIFICAÇÃO

A presente proposta tem como objetivo instituir o Dia Nacional da Autodefesa Feminina como instrumento de promoção da autonomia, da conscientização e da proteção de mulheres e meninas no Brasil.

O cenário brasileiro evidencia índices persistentes de feminicídio, violência doméstica, violência sexual, assédio, violência política de gênero e violência digital, afetando diretamente a liberdade, a segurança e a participação plena das mulheres na sociedade.

As mulheres seguem expostas, cotidianamente, a situações de risco em espaços públicos, privados, institucionais e virtuais. Nesse contexto, torna-se fundamental fortalecer políticas preventivas e educativas que ampliem a capacidade de identificação de riscos, de tomada de decisão e de acesso à proteção.

A autodefesa feminina deve ser compreendida de forma ampla, não restrita apenas à dimensão física.

Ela envolve um conjunto de práticas, estratégias e conhecimentos voltados ao fortalecimento da autonomia, da percepção de risco, da capacidade de estabelecer limites, da proteção coletiva e da ocupação segura dos espaços sociais pelas mulheres.

Câmara dos Deputados – Anexo IV – Gabinete 411 – CEP 70.160-900 – Brasília – DF Telefone (61) 3215-5411

[dep.julianacardoso@camara.leg.br](mailto:dep.julianacardoso@camara.leg.br) [escritoriodepjulianacardoso@gmail.com](mailto:escritoriodepjulianacardoso@gmail.com)

Para verificar a assinatura, acesse <https://infoleg-autenticidade-assinatura.camara.leg.br/CD262445131100>

Assinado eletronicamente pelo(a) Dep. Juliana Cardoso



\* C D 2 6 2 4 4 5 1 3 1 1 0 0 \*



# Câmara dos Deputados

Gabinete da Deputada Federal  
Juliana Cardoso – PT

A proposta reconhece a autodefesa feminina como importante tecnologia social de empoderamento, construída a partir das experiências concretas das mulheres e orientada para a promoção da cidadania, da segurança e dos direitos humanos.

A autodefesa feminina constitui tecnologia social porque organiza práticas acessíveis, replicáveis e coletivas de prevenção e proteção, produzindo impactos concretos na vida das mulheres e meninas.

Sua abordagem integra diferentes dimensões da experiência feminina, incluindo:

- I – dimensão física e corporal;
- II – dimensão psicológica e emocional;
- III – dimensão jurídica e institucional;
- IV – dimensão financeira e patrimonial;
- V – dimensão coletiva e comunitária;
- VI – dimensão política; e
- VII – dimensão histórica e cultural.

Essa compreensão amplia o conceito de proteção e reconhece que a violência contra as mulheres se manifesta de maneira estrutural, exigindo respostas igualmente estruturadas.

Experiências desenvolvidas em escolas, universidades, equipamentos públicos, comunidades, empresas e organizações sociais demonstram que processos formativos em autodefesa feminina fortalecem:

- I – a autoestima e a autoconfiança;
- II – a percepção e a prevenção de riscos;
- III – a capacidade de tomada de decisão;
- IV – a construção de redes de apoio;
- V – o acesso à informação e aos direitos; e
- VI – o enfrentamento de situações de violência e coerção.





# **Câmara dos Deputados**

**Gabinete da Deputada Federal  
Juliana Cardoso – PT**

O direito à autodefesa está diretamente relacionado aos princípios constitucionais da dignidade da pessoa humana, da igualdade de gênero, da liberdade e da proteção integral da vida.

Fortalecer mulheres para reconhecer, prevenir e interromper situações de violência significa ampliar suas condições concretas de cidadania e participação social.

A proposta também dialoga com políticas nacionais e internacionais de enfrentamento à violência contra as mulheres, promoção da igualdade de gênero e fortalecimento dos direitos humanos.

O Dia Nacional da Autodefesa Feminina pretende estimular ações baseadas em:

- I – educação popular;
- II – prevenção às violências;
- III – fortalecimento da autonomia;
- IV – cultura de paz;
- V – participação social; e
- VI – ocupação segura dos espaços públicos.

A autodefesa feminina não promove violência. Ao contrário, promove prevenção, consciência, autonomia e estratégias de proteção individual e coletiva.

A proposta busca fortalecer uma cultura social em que mulheres e meninas possam circular, estudar, trabalhar, participar da política, praticar esportes e ocupar os espaços públicos com mais segurança e liberdade.

A escolha do dia 25 de setembro busca construir uma referência nacional positiva para a promoção da autonomia e da segurança das mulheres.

A data foi pensada de forma estratégica para não se restringir à memória de episódios de violência ou tragédias, mas para afirmar a autodefesa feminina como instrumento de fortalecimento, conscientização e cidadania.

Por toda a relevância do tema, contamos com o apoio dos nobres Parlamentares para a aprovação deste Projeto de Lei.





# Câmara dos Deputados

Gabinete da Deputada Federal  
Juliana Cardoso – PT

Sala das Sessões, em \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2026.

Juliana Cardoso  
Deputada Federal

Apresentação: 28/05/2026 13:17:15.307 - Mesa

PL n.2710/2026



\* C D 2 6 2 4 4 5 1 3 1 1 0 0 \*