



# Como apoiar as vítimas de Violência Sexual

BROCHURA PARA A COMUNIDADE



“O NOSSO MAIOR VALOR É A VIDA”

Serviços Integrados para Atendimento  
às Vítimas de Violência



Todos os dias, nas nossas comunidades, mulheres, crianças e adolescentes sofrem violência sexual. A maioria das vítimas tem dificuldade em denunciar por vergonha, estigma, e porque em muitos casos, o agressor é alguém que convive com a vítima.

Como membros da Comunidade, homens e mulheres podem não só apoiar as pessoas que sofrem violência sexual mas também desenvolver acções no bairro para que tais casos não voltem a acontecer.

## **O que é Violência Sexual?**

É todo o acto sexual ou tentativa de acto sexual realizado sem o consentimento da pessoa.

Existem muitos tipos de violência sexual, mas as mais graves são:

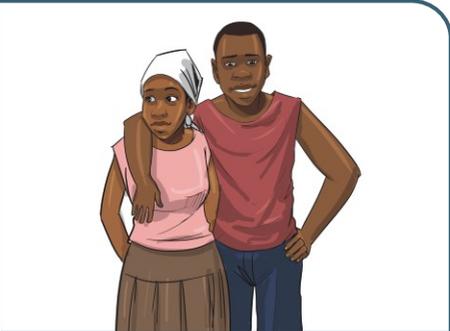
- Obrigar ou forçar alguém a manter relações sexuais
- Obrigar alguém a manter relações sexuais com outras pessoas
- Ter relações sexuais sem preservativo sabendo que tem HIV
- Introduzir o pénis na vagina, ânus ou na boca de alguém sem o seu consentimento

## Quem são os principais agressores?

- Pessoas que convivem com a vítima: pais, padrastos, avós, tios, primos, irmãos, empregados, parceiros, namorados
- Pessoas que a vítima conhece: amigos dos pais, pastores, padres, professores, líderes, ex-parceiros
- Pessoas que a vítima não conhece

## Quem são as principais vítimas?

Qualquer pessoa pode ser vítima de Violência Sexual, mas as principais vítimas são:

		
Crianças dos 0 aos 11 anos	Mulheres casadas ou solteiras	
		
Raparigas dos 12 aos 19 anos	Idosas/os	Rapazes

## Como saber se alguém no bairro sofre violência sexual?

Preste atenção se alguém:

- Têm pesadelos, fica mais tímida e perde a auto-estima
- Chora, têm medo, foge e se isola cada vez que aparece certa pessoa
- Bebe muito, droga-se e tem relações sexuais com muitas pessoas
- Têm corrimentos, inflamações e hemorragias

Se for criança, preste também atenção a estes sinais:

- Têm fraco aproveitamento escolar
- Faz coisas de crianças mais pequenas: faz xixi na cama, chora sem motivo, atira-se ao chão...
- Fala, desenha ou faz gestos sobre relações sexuais



Se alguém apresentar alguns destes sinais, é preciso investigar para saber se não está a sofrer ou sofreu violência sexual.



# Como a comunidade pode apoiar as vítimas de Violência Sexual?

## Encaminhar a vítima ao Hospital

- 1 Quem sofreu violência sexual precisa em primeiro lugar de cuidar da sua saúde
- 2 O Hospital é o único lugar onde a vítima pode receber todos os cuidados de saúde
- 3 Se não for tratada dentro de três dias, a vítima corre um grande risco de ficar infectado por HIV e outras doenças de transmissão sexual
- 4 A vítima também pode apanhar uma gravidez indesejada e desenvolver problemas psicológicos;



## Quais os cuidados de saúde a vítima vai receber no Hospital?

No Hospital a vítima de violência sexual recebe um conjunto de 6 serviços:

1 Teste do HIV

2 Prevenção do HIV (Profilaxia Pós Exposição para o HIV)

3 Prevenção das Infecções de Transmissão sexual - ITS (Sífilis, Hepatite B e Gonorreia)

4 Contraceção de Emergência - comprimidos para evitar a gravidez

5 Apoio psicológico para superar o trauma que sofreu

6 Encaminhamento para outros serviços, como a polícia, apoio legal e acção social



## O que é a Profilaxia Pós-Exposição ao HIV (PPE ao HIV)?

O PPE é o tratamento que a vítima de violência sexual recebe no Hospital para não apanhar HIV.

- O PPE é dado para mulheres, homens, jovens e crianças que sofreram violência sexual
- Quanto mais cedo a vítima iniciar o tratamento, mais chances terá de não ficar doente
- Todo o tratamento e os medicamentos são gratuitos

## Quanto tempo dura o PPE?

**O PPE dura 28 dias. Mas para que resulte, a vítima deve:**

- Tomar os medicamentos todos os dias, sem falhar os horários
- Seguir todas as recomendações dos trabalhadores de saúde
- Voltar ao Hospital para fazer o controle
- Voltar ao Hospital se tiver alguma dúvida ou reacção aos medicamentos

Podem acontecer efeitos não desejáveis, mas estes passam em pouco tempo



## Por que a vítima deve voltar ao Hospital, se já recebeu os medicamentos?

Porque só os trabalhadores de saúde podem dizer se o tratamento resultou

### Mesmo que a vítima se sinta bem, deve voltar ao Hospital:

- Logo que os comprimidos acabarem
- Depois de 3 meses
- Depois de 6 meses
- Sempre que sentir algum efeito não desejado do medicamento
- Sempre que o/a trabalhador/a de saúde marcar



## Uma pessoa que foi violada há mais de 3 dias ou meses ainda deve ir ao Hospital?

- 1 Sim, a vítima deve ir ao Hospital mesmo que já tenham passado mais de 3 dias ou meses depois da Violência Sexual
- 2 Os trabalhadores de saúde vão fazer seguimento do seu estado de saúde
- 3 Os trabalhadores de saúde também irão encaminhar a vítima para outros serviços como acção social, psicólogos e agentes da polícia

# O que mais a comunidade pode fazer?

## Apoiar as vítimas e as famílias

- A comunidade deve criar uma rede de apoio à vítima
- Visite a vítima para que ela não se sinta sozinha
- Faça companhia se ela tiver medo de ficar ou andar sozinha
- Ouça sempre com atenção o que ela diz
- Acompanhe a vítima a um psicólogo para ajudar a superar o que lhe aconteceu
- Apoie a família da vítima para que não se sinta envergonhada, e tenha forças para denunciar e ajudar a vítima



## Responsabilizar o agressor

- Muitos agressores afirmam que a criança o seduziu/provocou
- Sendo mais velhos e responsáveis, os agressores são os únicos culpados de violência sexual
- Outros agressores acreditam que estão no seu *direito*, pois a vítima é sua parceira
- Denunciem os agressores à polícia para que eles não repitam o acto com mais ninguém
- Demonstrem de várias formas que não aceitam o comportamento do agressor



- A Violência Sexual é um crime muito grave, e qualquer pessoa da comunidade pode denunciar.
- Denunciando o agressor, evita-se que ele faça o mesmo com outras crianças, raparigas, rapazes ou mulheres da comunidade.



## Sensibilizar outros membros da comunidade a:

- 1 Respeitar e proteger as crianças da comunidade
- 2 Não apalpar as partes íntimas das crianças, raparigas e rapazes
- 3 Não oferecer presentes ou alimentos às crianças em troca de favores sexuais
- 4 Não discriminar ou culpar quem sofreu violência sexual
- 5 Socorrer as vítimas que estejam a sofrer violência nesse momento
- 6 Encontrar um local seguro para acolher a vítima
- 7 Apoiar os Conselhos de Escolas e Clubes de Raparigas para denunciarem o assédio dos professores

**É preciso vencer o medo e o estigma! A comunidade deve apoiar as vítimas para evitar que elas sejam desprezadas e que a violência continue a acontecer!**

### **Existem outras formas de Violência Sexual às quais devemos ficar atentos**

- Apalpar as partes íntimas do corpo das crianças, raparigas e rapazes
- Aleijar alguém de propósito durante as relações sexuais
- Obrigar alguém a assistir pornografia
- Introduzir objectos nas partes íntimas sem consentimento da pessoa
- Pressionar alguém a manter relações sexuais em troca de favores

**Nenhuma destas formas de violência deve ser tolerada.**

**Violência Sexual**

**não tem desculpa!**

**Não espere  
que aconteça com alguém  
da tua família**

**Identificar, apoiar e encaminhar as vítimas  
de Violência Sexual ao Hospital e a outros  
serviços de apoio, é tarefa de todos!**