

# Como apoiar as vítimas de Violência Sexual

BROCHURA PARA HOMENS



“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 maior parte dos casos ocorre dentro de casa e os agressores são pessoas que convivem com a vítima.

Como pais, parceiros, irmãos, tios ou vizinhos, os homens da comunidade podem fazer muito para prevenir a violência sexual nos bairros e ajudar as vítimas e as suas famílias.

## **O que é Violência Sexual?**

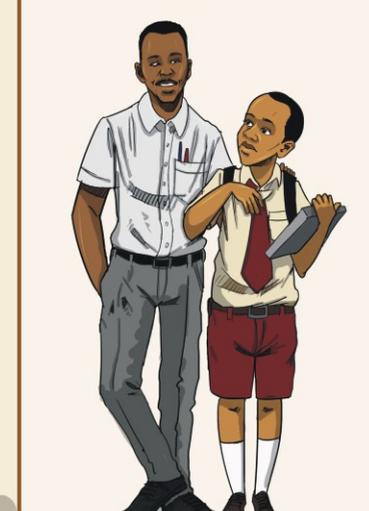
É todo o acto sexual ou tentativa de acto sexual realizado sem o consentimento da vítima.

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 as principais vítimas?

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

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

## O que você, como homem, deve fazer para apoiar as vítimas?

### Encaminhar ou pedir que alguém encaminhe a vítima ao Hospital

- 1 As vítimas de violência sexual precisam em primeiro lugar de cuidar da sua saúde
- 2 Se não for tratada dentro de três dias, a vítima corre um grande risco de ficar infectada por HIV e outras doenças de transmissão sexual
- 3 A vítima também pode apanhar uma gravidez indesejada e desenvolver problemas psicológicos
- 4 A vítima deve ir imediatamente ao Hospital sem se lavar e levando a roupa que trazia no momento da violação
- 5 Ao chegar ao Hospital, deve informar ao/a trabalhador/a de saúde o que aconteceu para que ele possa atender e encaminhar sem demora



## 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?

- 1 Deve voltar ao hospital, para saber o PPE teve o resultado desejado
- 2 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



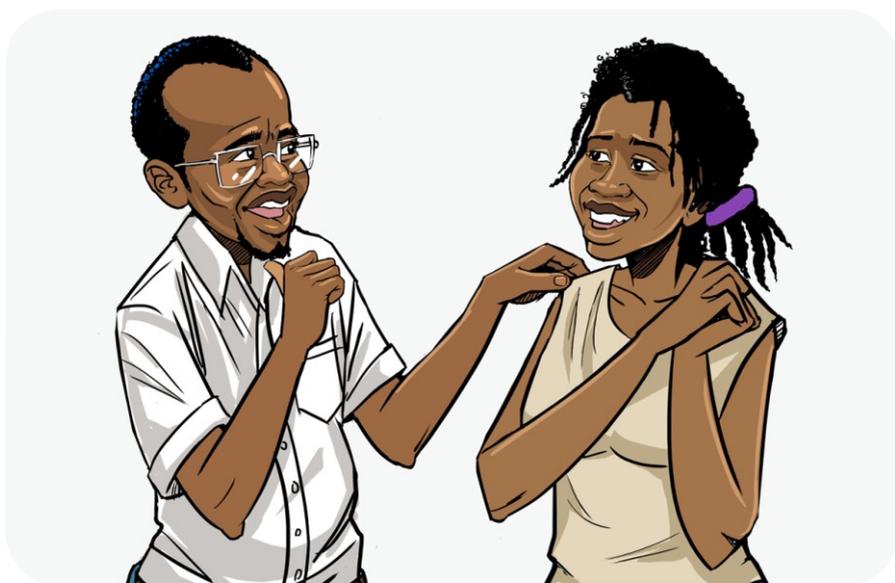
## Uma pessoa que foi violada há mais de 3 dias ou meses ainda deve ir ao Hospital?

- 1 Sim, a vítima deve ir ao Hospital mesmo que já tenha 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 ou agentes da polícia

## O que mais você, como homem, pode fazer para ajudar?

### Apoiar a vítima

- Escute a vítima sempre que ela quiser desabafar. **Não diga: esqueça o que aconteceu!**
- Não deixe que ela se sinta culpada pela violência. A culpa é do agressor
- Se ela tiver medo de todos os homens, fale que existem homens que não cometem violência
- Se tiver medo de sair de casa, pergunte se não quer companhia
- Proteja a vítima se a família obrigar a casar com o agressor
- Se for tua parceira e tiver sido violada por um estranho, é normal que não queira ter relações sexuais. Respeite. Ela precisa de tempo para recuperar



## Encaminhar a vítima ao Gabinete de Atendimento (na polícia)

- Quem sofreu violência sexual tem o direito de denunciar o seu agressor
- A maioria dos agressores são pessoas da família ou conhecidos. Proteja ou afaste a vítima desse agressor.
- Ajude a vítima a identificar provas ou testemunhas para resolver o problema



## Encaminhar a vítima às organizações ou associações da comunidade

- 1 Existem várias organizações que oferecem apoio psicossocial e legal às vítimas de violência
- 2 A vítima pode procurar essas associações para que ajudem a lidar com o que lhe aconteceu
- 3 Em muitas destas organizações não se paga nada

## Organizar palestras na comunidade

- Chame a população para falar sobre como prevenir a violência na comunidade
- Explique que toda a comunidade é responsável por prevenir todas as formas de violência
- A maior parte de violência sexual acontece dentro de casa e é praticada por pessoas que a vítima conhece e confia
- As famílias não devem fazer nenhuma negociação com o agressor
- Toda a comunidade deve se unir para proteger a vítima e a sua família
- Apoie os Conselhos de Escolas e Clubes de Raparigas para denunciarem o assédio dos professores



Apoie a família da vítima para que não se sinta envergonhada, e tenha forças para denunciar e ajudar a vítima



## Conversar com outros homens e rapazes

- Explique aos homens que é importante respeitar as mulheres quando elas dizem **Não!**
- Não se deve apalpar o corpo das raparigas e rapazes sem o seu consentimento
- Durante as festas, os rapazes não devem embebedar ou drogar as raparigas para obriga-las a fazer sexo
- Os rapazes devem sempre acompanhar as namoradas até a casa se o bairro não for seguro
- Os homens casados devem saber que é violência forçar as parceiras a ter relação sexual
- Não se deve desprezar uma pessoa que sofreu violência sexual. Ela não teve culpa do que aconteceu

### **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!**