

Segredos destruidores na violência doméstica

written by Catarina Gomes | 25 de Setembro, 2023



Vítimas de violência doméstica não sofrem uma ameaça à sua segurança ou vida de forma repentina e imprevisível. Ao longo da evolução das trajetórias de Violência Doméstica, as suas vítimas sofrem **diversas formas de violência**. Mas, assim sendo, que tipos de violência podem existir numa relação abusiva?

Tendencialmente, a **Violência emocional e psicológica** é a **primeira a surgir**. A mesma consiste no **desprezar, menosprezar, criticar, insultar ou humilhar a vítima, em privado ou em público**, por palavras e/ou comportamentos. **Criticar** negativamente as ações, características de personalidade ou atributos físicos e ameaçar maus-tratos são, também, frequentes e inserem-se neste tipo de violência. Outros comportamentos, apesar de não serem socialmente identificados como violência, constam, ainda, desta longa lista: **destruição de objetos com valor afetivo**, como fotografias e/ou documentos; perseguição no trabalho, na rua, nos seus espaços de lazer; acusação de ter amantes, ser infiel; **privação de descanso/sono**.

Segue-se a intimidação, coação e ameaça, intrinsecamente associada à violência **emocional-psicológica**. Esta forma de violência mantém a vítima em **medo constante** do que o agressor possa fazer contra si e/ou contra os seus familiares (como filhos), a amigos, a animais de estimação ou a bens seus. Usualmente, o agressor recorre a **palavras, olhares, gestos e expressões faciais**, mostra ou mexe em objetos intimidatórios (como facas). Pode ameaçar ferir ou matar a vítima, ameaçar que se suicida caso a vítima o abandone ou recorrer à utilização dos filhos para a imposição de poder.

A **violência física** consiste no uso da força física com o objetivo de ferir/causar dano físico ou orgânico, deixando ou não marcas evidentes. Atos como **empurrar, puxar o cabelo, dar estaladas, murros, pontapés, apertar os braços com força, apertar o pescoço, bater com a cabeça da vítima na parede ou outras superfícies constam-se como alguns dos seus exemplos.**

Outra forma de violência menos evidente, mas com forte influência no controlo e poder sobre a vítima é o **isolamento social**. Neste, o agressor recorre a estratégias para afastar a vítima **da sua rede social e familiar**, proibindo-a que se ausente de casa sozinha ou sem o seu consentimento, não permitindo que a mesma trabalhe fora de casa, afastando-a do convívio com a família ou amigos, entre outros. O isolamento social é uma ferramenta frequentemente utilizada, pela sua eficácia de potenciar a manipulação e controlo da vítima isolada, contrariamente a vítimas com uma boa rede de apoio familiar e social e, portanto, menos suscetíveis a estes.

O abuso económico e a violência sexual surgem, por norma, tardiamente numa relação abusiva, após outras formas de violência. O **abuso económico** é uma forma de controlo através do qual o agressor nega à vítima o acesso a dinheiro ou bens, incluindo bens de necessidade básica para esta e para os filhos. A violência sexual engloba qualquer imposição de práticas de cariz sexual **contra a vontade da vítima** (entre as quais violação, exposição ou forçar a práticas sexuais com

terceiros, exposição forçada a pornografia...) e comportamentos como amordaçar ou atar contra a sua vontade, queimar os seus órgãos sexuais, entre outros. O agressor tende a recorrer a ameaças e coação ou, muitas vezes, **à força física**, para obrigar a vítima a praticar estes comportamentos e impedir a sua resistência.

Que efeitos é que estas formas de violência têm nas vítimas? A curto prazo, um vasto leque de **reações emocionais**: medo, raiva, isolamento e mal-estar. Mas, não só. As **queixas somáticas** (insónia, dores de cabeça, problemas gastrointestinais, dor pélvica) e sequelas físicas são frequentes. Os efeitos a longo prazo da violência sexual incluem depressão, disfunção sexual, abuso e dependência de drogas, sintomas de stress pós-traumático e sintomas dissociativos. Exposição prolongada à violência física e psicológica potencia depressão, elevada desconfiança, hipervigilância aos sinais de controlo e **baixa autoestima**. O efeito prolongado destas formas de violência continua a ser o silenciamento da vítima e continuação da violência doméstica de que é alvo.

Perante os exemplos supracitados, compreende-se a **eficácia da violência na manutenção do controlo e poder do agressor sobre a vítima**. Caro leitor, admire-se: estes são apenas alguns exemplos de comportamentos abusivos e agressivos conhecidos. Agressores de violência doméstica encontram diversas formas de fazer com que as suas vítimas vivam, **todos os dias, num pesadelo dentro de quatro paredes**.