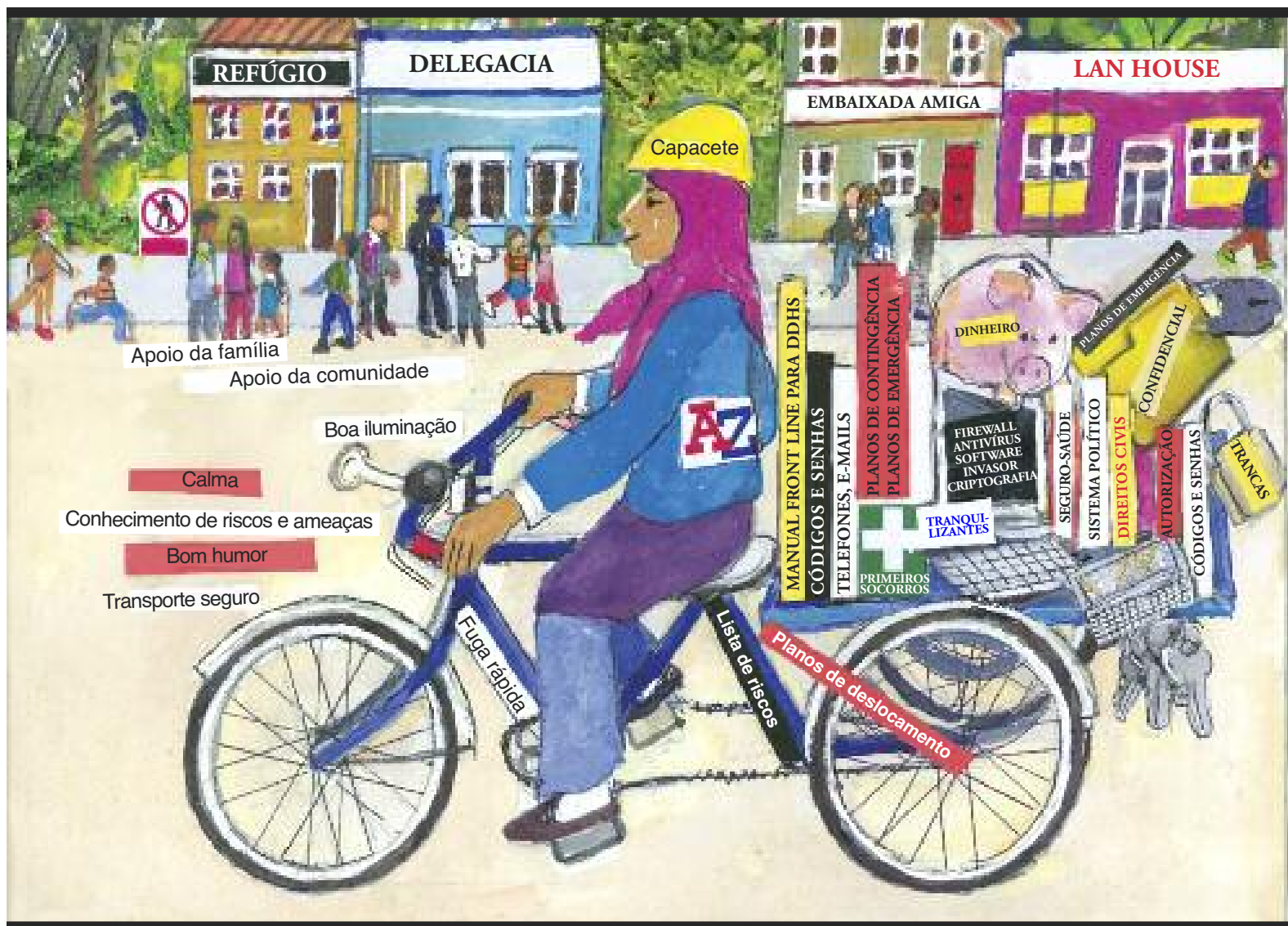


# MANUAL DE SEGURANÇA: MEDIDAS PRÁTICAS PARA DEFENSORES DOS DIREITOS HUMANOS EM RISCO



## ANEXO 10

### Lista de verificação: Agressão, inclusive sexual

Esta lista de verificação não tem o objetivo de ser um modelo para a segurança. Seu contexto é o principal fator determinante do que deve ser verificado. Para complementar e personalizar esta lista, considere os riscos e as ameaças enfrentados por você, assim como suas vulnerabilidades.

#### Medidas gerais:

- Faça a análise do risco – considere quando você corre o maior risco de ser atacado, onde é mais provável que os ataques ocorram, quem podem ser os agressores e de que forma eles podem agredi-lo. Seu plano de proteção será diferente dependendo de variáveis como essas.
- O risco aumenta se você estiver sozinho – não saia sozinho quando o risco for maior e evite os locais mais arriscados
- Use os meios de transporte mais seguros
- Não ande armado – as armas podem ser usadas contra você por um agressor e também como desculpa das autoridades para prendê-lo
- Ande com um apito que você pode usar para chamar a atenção
- Treine como gritar para pedir ajuda – muitas pessoas “congelam” quando atacadas e a garganta fecha
- Se for agredido, use o que estiver à mão para se defender, como jogar areia nos olhos do agressor
- Mantenha a boa forma física e use calçados confortáveis – correr geralmente é a melhor forma de se proteger
- Se for a um evento no qual você corra o risco de ser agredido, use roupas que o protejam, como um casaco de couro, e coloque papelão por dentro delas
- Considere quem serão os possíveis agressores – há uma estratégia de proteção possível, como dizer “eu sou amigo de... (alguém influente)”?
- Prepare-se para abrir mão de pertences valiosos sem resistir
- Para evitar se tornar alvo de agressores, adote uma postura confiante e não ande com joias nem equipamentos caros (telefones, laptops, etc.)
- Saiba sempre onde você está e onde procurar ajuda
- Tenha seguro-saúde

#### Agressão sexual (medidas específicas):

- Há três formas básicas de lidar com a situação e pode não ser possível decidir com antecedência o que fazer. Se você não conseguir fugir, as opções são atacar e fugir, tentar argumentar com o agressor ou não resistir à agressão sexual
- Se conseguir reagir, tente atingir os pontos mais vulneráveis do agressor (por exemplo, chutar os órgãos genitais, atingir o olho) para evitar que ele o alcance com facilidade. Se você reagir, mas não conseguir fugir, é possível que o agressor o ataque de modo ainda mais violento
- Prepare-se psicologicamente – se ocorrer o pior, pense que o agressor não tem o poder de destruir quem você realmente é. Durante o ataque, concentre-se em separar sua mente do seu corpo
- Considere quem é o agressor – é possível usar uma estratégia de proteção como “Estou no período menstrual”? Se você achar que isso pode funcionar, ande com um absorvente sujo para usar como “prova” (Uma defensora dos direitos humanos disse ao agressor “Eu quero fazer sexo com você, mas hoje estou menstruada, eu posso voltar amanhã” e conseguiu ser solta)
- Se houver risco de estupro, ande com preservativos na bolsa (você pode tentar convencer o agressor a usar) ou use um preservativo feminino
- Se for atacada, tente se comportar com o máximo de dignidade possível – como os estupradores geralmente são motivados pela vontade de dominar a vítima, chorar e implorar pode satisfazer essa necessidade
- Se possível, tente atingir o agressor em algo da vida pessoal dele – você pode perguntar, por exemplo, se ele tem uma irmã/mãe/filha ou um irmão/pai/filho da sua idade e como ele se sentiria se esse tipo de agressão ocorresse contra uma dessas pessoas.

#### Se um colega for agredido, inclusive sexualmente:

- Leve-o para um local seguro para receber atendimento de emergência. Em caso de estupro, a vítima deve tomar medicamentos antirretrovirais (para evitar infecção por HIV) assim que possível. Isso precisa ser feito nas primeiras 72 horas após a agressão. Também é recomendável tomar

antibióticos e a chamada “pílula do dia seguinte” (que provoca sangramento menstrual independentemente de a vítima ter engravidado)

- Fotografe as lesões para comprovação, se apropriado, e não mexa na cena do crime
- Se a vítima quiser registrar a ocorrência, verifique se há policiais treinados especialmente para lidar com casos de violência sexual
- Apoie a pessoa durante o depoimento à polícia sobre a agressão, mas respeite a decisão caso ela opte por não registrar a ocorrência
- Providencie atendimento psicológico para a vítima e outras pessoas envolvidas na situação