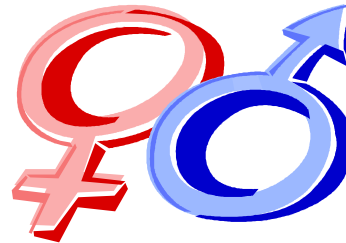


**Tema: A COMPONENTE PSICO-AFECTIVA  
do Projecto de Educação Sexual**



Subtema:

**A PREVENÇÃO DOS MAUS TRATOS  
E DAS APROXIMAÇÕES ABUSIVAS**

# Índice

- Introdução, 3
- 1. Os maus tratos, 5**
- 2. A violência sexual, 7**
  - 2.1. A exploração sexual, 10
  - 2.2. Os abusos sexuais, 15
- 3. A prevenção dos maus tratos e aproximações abusivas, 23**
- 4. Legislação, 29**
  - Conclusão, 32
  - Bibliografia, 33
  - Contactos úteis, 34

# Introdução

Este trabalho relaciona-se com uma realidade actual que é um dos maiores problemas da nossa sociedade.

Trata do subtema A PREVENÇÃO DOS MAUS TRATOS E DAS APROXIMAÇÕES ABUSIVAS do tema da COMPONENTE PSICO-AFECTIVA do Projecto de Educação Sexual da ESN do 2º ano do Ensino Profissional, tendo como finalidades, a **capacidade de protecção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais** e o reconhecimento da importância de participação no processo educativo de encarregados de educação, alunos, professores e técnicos de saúde, conforme o art.º 2º, alíneas e) e i), bem como o art.º 11º, nº 1 (participação da comunidade escolar).

Foi aplicado aos Encarregados e Educação e alunos, no âmbito da Direcção de Turma do 2º E (Curso Profissional Técnico de Serviços Jurídicos) e da disciplina da componente técnica, TAARP, também aos alunos do 2º A (Curso Profissional de Animação Sociocultural) da disciplina da componente científica, SOCIOLOGIA, conforme quadro abaixo.

<b>Turmas</b>	<b>Disciplinas</b>	<b>Módulos</b>
2º E do CPTSJ	Técnicas de Administração, Atendimento e Relações Públicas (TAARP), componente da formação técnica	Módulo 6 (a gestão da motivação nas relações interpessoais), Módulo 7 (a personalidade), Módulo 8 (a análise transaccional)
2º A do CPTASC	Sociologia, componente da formação científica	Módulo 6 (as vertentes da política social: os direitos humanos)

Mencionada a noção de violência, mostram-se as formas de violência sexual presentes na nossa sociedade. Evidenciou-se a importância da prevenção deste problema actual, seguido do respectivo enquadramento legal. Também fornecem-se alguns contactos úteis de apoio à vítima.

# 1. Os maus tratos

**Trato(s)**, substantivo masculino que significa o acto ou o conjunto de práticas relativas às condições mínimas para garantir a sobrevivência, ao nível físico, emocional e social.

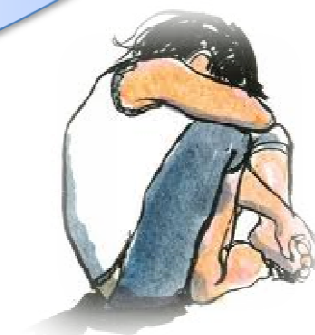
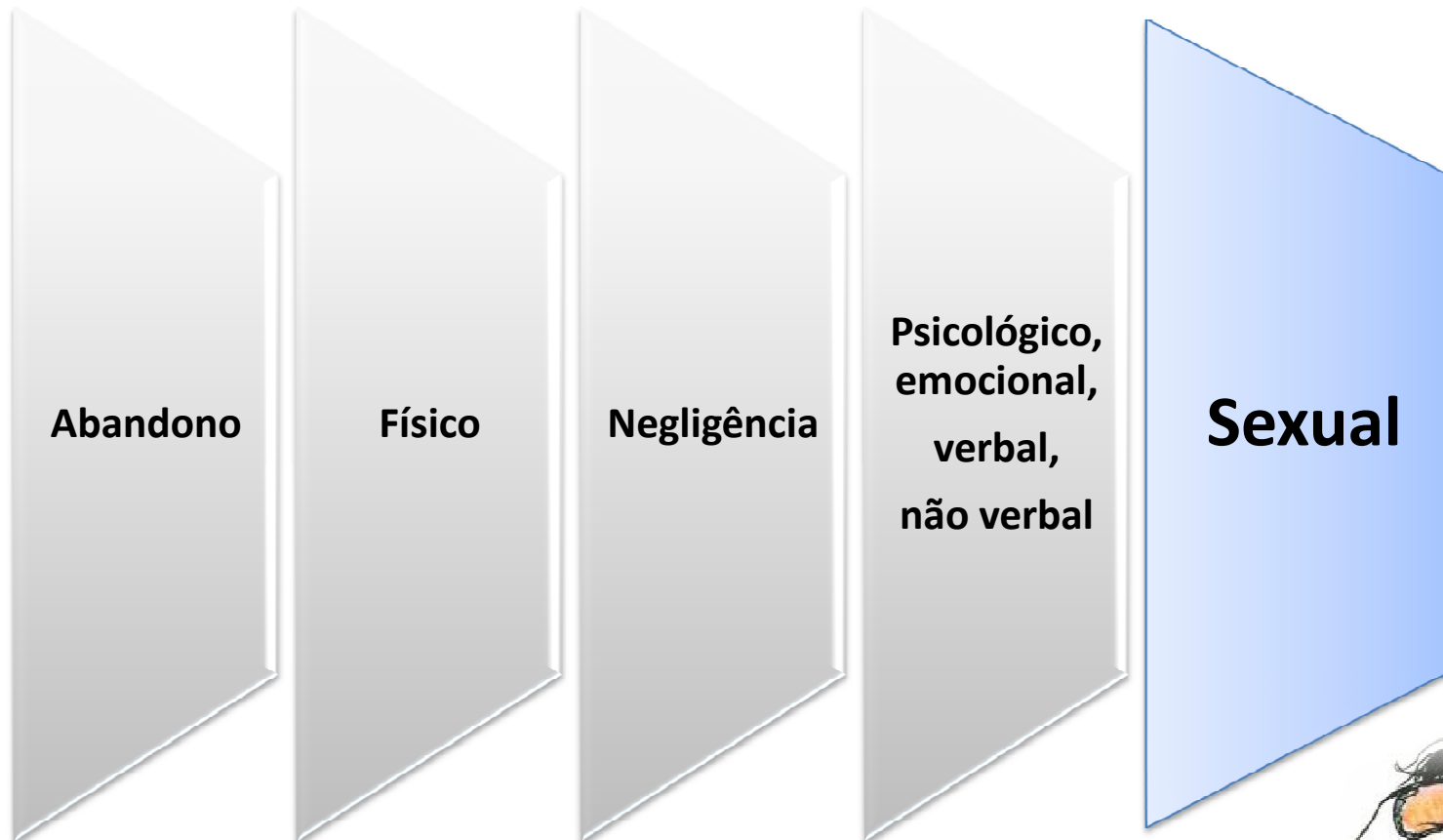
## **Maus tratos = abusos = situações de risco**

consideradas crime, nas quais recorre-se ao uso da violência, tortura (sevícia) ou castigo físico e/ou mental porque não há consentimento da pessoa que se tem sob autoridade, guarda ou vigilância.



Não existe ainda um consenso na definição de termo "Maus-Tratos" embora assente na ideia de prejuízo físico e mental da criança provocado deliberadamente por um adulto. Estudos antropológicos têm-nos mostrado que o que é visto como abusivo numa determinada sociedade, não o é necessariamente noutra.

# A violência nos seres humanos



## 2. A violência sexual

Quando alguém é obrigado(a) a ter relações sexuais.

Cada pessoa tem o direito de escolher ter ou não um contacto sexual, mesmo numa situação entre pessoas casadas ou namorados.



Envolve todos os **comportamentos sexuais, tornando-se progressivamente mais intrusivo ou invasivo.**

**Crime** punido pela lei

## Abusos sexuais

- Passagem ao acto quando o outro não o deseja.
- **Agressão focalizada na sexualidade da pessoa, mas que a atinge em todo o seu ser.**



## Exploração sexual

- Forma de alguém obter lucro através da prostituição de outra pessoa ou da troca de favores sexuais, turismo sexual, etc.



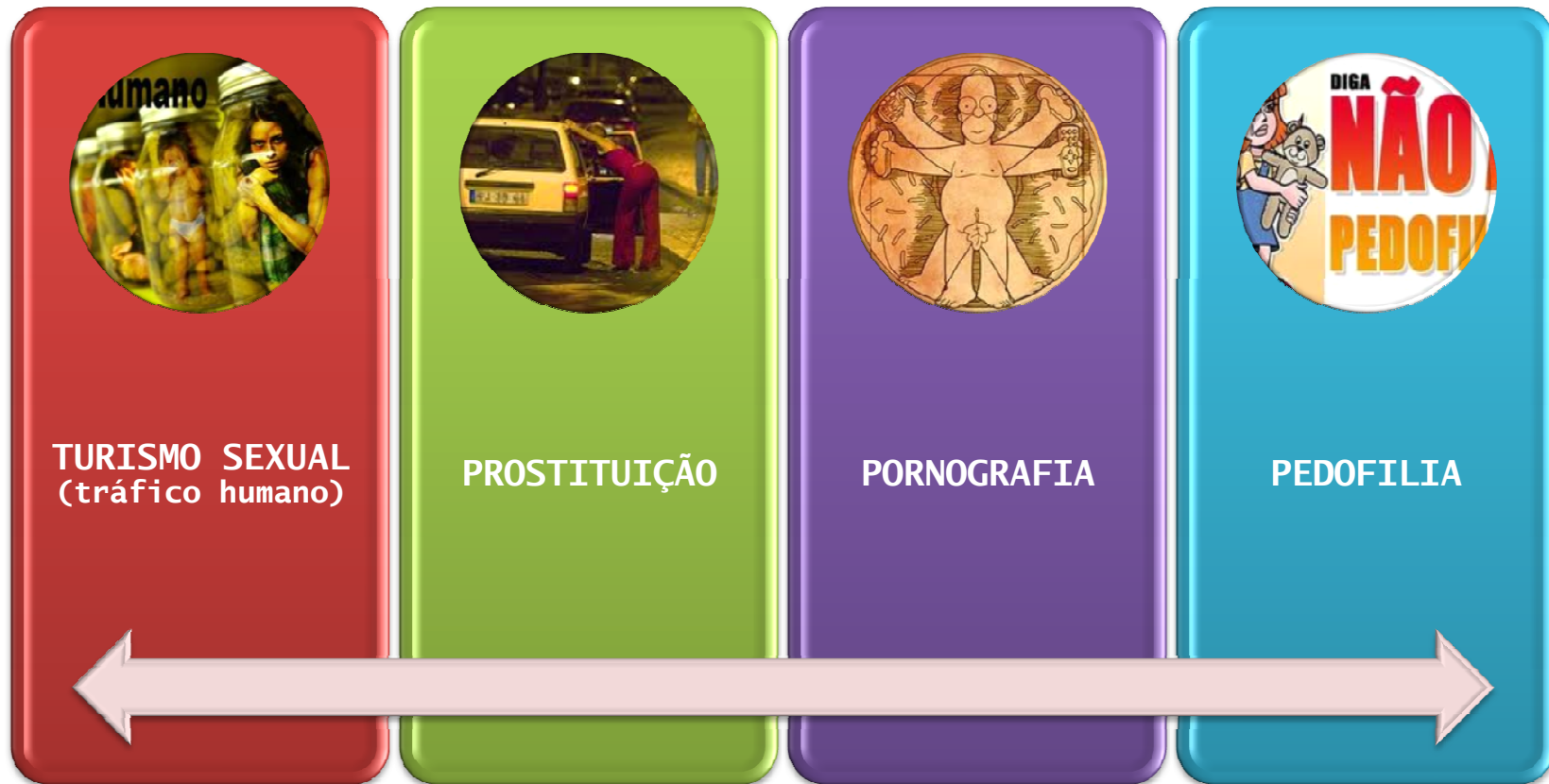
# formas de expressão

Prática que ocorre em todo o mundo, classes sociais, raças. É preciso conhecer o problema!

<b>VIOLÊNCIA SEXUAL</b> Sem fins comerciais	Abuso sexual	Intrafamiliar (violência doméstica: incesto, mutilação sexual feminina, ... )	<b>Sem contacto físico*</b> •assédio sexual •abuso sexual verbal •telefonemas obscenos •exibicionismo •voyeurismo •pornografia
	Violação (estupro)		
	Assédio sexual		
<b>EXPLORAÇÃO SEXUAL</b> Com fins comerciais	Turismo sexual (tráfico humano)		
	Pedofilia		
	Prostituição	Em instituições de infância e juventude	
	Pornografia		
* Revistas, Telefone, Telemóvel, Internet, ...			

# 2.1 A exploração sexual

Infelizmente, existem várias formas de exploração sexual:



## TURISMO SEXUAL

- Viagens organizadas dentro ou fora do sector turístico.
- As pessoas têm como motivo principal o envolvimento através das relações sexuais.
- A lei existente não é suficientemente cumprida.



# PROSTITUIÇÃO

- Troca de sexo, e na maioria das vezes, dinheiro mas esta não é uma regra (favorecimento profissional, bens materiais, informações, etc.).
- Normalmente, é praticada por mulheres mas já existe um grande nº de casos de prostituição masculina em todo o mundo.



## PORNOGRAFIA

- Representação de cenas obscenas com exposição de diversas práticas sexuais.
- Existem diversas formas de exibição (filmes, revistas, esculturas/pinturas e, recentemente, a Internet).



# PEDOFILIA

- Acto de abuso de um adulto com um menor (parafilia, um distúrbio psíquico que se caracteriza pela obsessão por prática sexual não aceita pela sociedade; transtornos da personalidade).
- Segundo o critério da OMS (Organização Mundial da Saúde), adolescentes de 16 ou 17 anos também podem ser considerados pedófilos se tiverem uma preferência predominante por crianças pré-adolescentes, cerca de 5 anos mais novas.
- A divulgação destes actos é considerada crime em alguns países.
- O comportamento pedófilo é mais comum no sexo masculino.



## 2.2. Os abusos sexuais

- Situações de **abuso, violação** (estupro) e **assédio sexual**.

### ABUSO SEXUAL

**Comportamento de alguém do sexo masculino ou feminino face a um menor que englobe a prática de um acto sexual de relevo, cópula ou coito anal.** Consideram-se ainda como situações de abuso as práticas de carácter exibicionista perante o outro, obscenidade escrita ou oral, obrigatoriedade de assistir a espectáculos pornográficos, o uso de objectos pornográficos, ou ainda se o menor é usado para fins fotográficos ou filmes de índole pornográfica (art.º 172º e 173º, Código Penal).

## VIOLAÇÃO

A maioria das leis define como **agressão sexual com penetração sem consentimento mútuo**. Trata-se de um acto de violência física ou psíquica que condiciona a liberdade do outro, obrigando-o a aceitar comportamentos sexuais que não deseja. De uma forma geral, existe um maior número de casos de violação praticados por pessoas do sexo masculino.

## ASSÉDIO SEXUAL

Forma de **pressão sobre outra pessoa, com o fim de lhe impor relações sexuais ou outras práticas que esta não deseje** e que portanto, de algum modo a violentem.

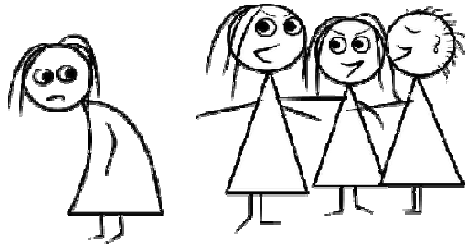


## Formas de expressão do abuso sexual - sem contacto físico

práticas sexuais que não envolvem contacto físico	
<b>assédio sexual</b>	Propostas de relações sexuais. Baseia-se, na maioria das vezes, na posição de poder do agente sobre a vítima, que é chantageada e ameaçada pelo autor da agressão.
<b>abuso sexual verbal</b>	Conversas abertas sobre actividades sexuais destinadas a despertar o interesse ou a chocar.
<b>telefonemas obscenos</b>	Uma modalidade de abuso sexual verbal. A maioria deles é feita por adultos, especialmente do sexo masculino. Podem gerar muita ansiedade.
<b>exibicionismo</b>	Acto de mostrar os órgãos genitais ou se masturbar diante da criança ou do adolescente ou no campo de visão deles. A experiência pode ser assustadora.
<b>voyeurismo</b>	Acto de observar fixamente actos ou órgãos sexuais de outras pessoas, quando elas não desejam serem vistas e obter satisfação com essa prática. A experiência pode perturbar e assustar a criança e o adolescente. Nas relações sexuais entre adultos, o voyeurismo pode ser uma pratica sexual consentida.
<b>pornografia</b>	Exploração sexual comercial, uma vez que, na maioria dos casos, o objectivo da exposição da criança ou do adolescente é a obtenção de lucro financeiro.

## Formas de expressão do abuso sexual – com contacto físico

<b>actos físico-genitais que incluem ...</b>
<b>carícias nos órgãos genitais</b>
<b>tentativas de relações sexuais</b>
<b>masturbação</b>
<b>sexo oral</b>
<b>penetração vaginal e anal</b>
Podem ser tipificados em: atentado violento ao pudor, corrupção de menores, sedução e estupro (conceitos jurídicos)



O **uso da coacção psicológica** é também muito frequente, sendo em muitos casos uma forma de o agressor confundir e criar situações de grande ansiedade e angústia na vítima.

- ✚ **Abusadores** – indivíduos do sexo masculino  
Frequentemente, o abusador é uma pessoa em quem a vítima confia, conhece e muitas vezes ama (dentro e fora de casa).
- ✚ **Vítimas** – indivíduos do sexo feminino.



Por diversas razões, as adolescentes são as mais afectadas face ao tamanho e vulnerabilidade.

A visão de crianças como seres puros e inocentes não ajuda muito no combate à violência sexual.

## **Dificuldades de detecção e diagnóstico:**

1) Raramente resultam lesões físicas ou outros indicadores, porque frequentemente:

- Nas situações com crianças pequenas não há penetração anal ou vaginal.
- Quando há penetração, a ejaculação dá-se, na maioria das vezes, fora das cavidades.
- A criança e as roupas são lavadas.
- O período entre a ocorrência e o exame médico-legal é > 48 horas (torna difícil/impossível detectar vestígios de esperma).

2) O tabu social implícito (é um impedimento ao pedido de ajuda) – vergonha, medo e «segredo do lar».

3) As crianças, principalmente as mais novas, podem:

- Confundir a relação com uma manifestação afectiva «normal» e/ou «especial».
- Estar submetidos à pressão do segredo imposto pelo abusador.

# Efeitos da violência sexual

As marcas físicas e psicológicas da violência sexual são frequentemente graves e não se trata apenas de ferimentos, infecções sexualmente transmitidas ou gravidezes não desejadas (problema de saúde pública).

Físicas	Psicológicas
Dor constante na zona genital ou anal	Sentimento de culpa e isolamento
Gravidez precoce	Depressão
Doenças sexualmente transmissíveis (DST)	Baixa auto-estima
Inflamações e hemorragias Prurido vaginal	Medo de sair de casa
Dor abdominal recorrente	Tentativa de suicídio
Cefaleia ou enxaqueca persistente	Medo indefinidamente permanente
	Problemas sociais e de aprendizagem
	Terros nocturnos – com vocalizações da experiência sexual

## Em Portugal

### *Casos de Abuso Sexual de Crianças acompanhados pelas CPCJ entre 1999 e 2002*

Sexo	1999		2000		2001		2002	
	N.º	%	N.º	%	N.º	%	N.º	%
<b>F</b>	89	1,7	57	1,4	151	1,6	175	1,6
<b>M</b>	32	0,6	18	0,5	62	0,7	76	0,7

*Fonte:* Relatórios de Actividades das Comissões de Protecção de Crianças e Jovens (1999-2002), CNPCJR/IDS e Estatísticas da Justiça.

Uma **em cada quatro crianças do sexo feminino** e **uma em cada sete crianças do sexo masculino** têm grandes probabilidades de virem a ser abusados sexualmente **até aos 18 anos**. Os números, recolhidos internacionalmente, reflectem uma realidade assustadora e tudo indica que em Portugal, apesar de não haver estatísticas muito elaboradas, a realidade não seja muito diferente.

# 3. A prevenção dos maus tratos e aproximações abusivas

A protecção social é um direito estabelecido na Constituição da República que dá a responsabilidade de garantir os direitos das crianças do país a toda a sociedade, à família, à comunidade e ao Estado. E você faz parte disso!

A intervenção preventiva deve efectuar-se através de diferentes **programas interactivos nas diferentes instituições (escola, família, profissionais sociais, de saúde, psicólogos, polícias, etc.)** que devem, para além de fomentar o desenvolvimento individual, provocar mudanças nas instituições.



**Prevenir o abuso sexual infantil/juvenil é uma tarefa difícil para os pais, responsáveis, e a sociedade em geral, por isso todos devemos estar envolvidos nisso.**

Associação Portuguesa para o Estudo e Prevenção dos Abuso Sexuais de Crianças, criada em Portugal em 2006 com base no Child Assault Prevention (CAP), um projecto iniciado nos Estados Unidos, com o objectivo de realizar trabalhos de investigação, estudo e prevenção na área do abuso sexual de crianças. O programa que esta associação desenvolve pretende integrar os melhores recursos da comunidade de forma a reduzir a vulnerabilidade das crianças ao abuso verbal, físico e sexual, recorrendo a uma abordagem de educação preventiva junto dos vários agentes da comunidade escolar.

Sensibilização urgente, quando não formação específica para colmatar lacunas sobre questões de género, violência doméstica (incluindo mulheres e crianças) e maus tratos infantis e juvenis. Embora a violência doméstica e os abusos sexuais de menores sejam considerados crime público, as dificuldades probatórias são um entrave à condenação dos agressores.

Equipas especializadas nos centros de saúde – consulta de “despiste” de possíveis situações de maus tratos (aconselhamento, tranquilidade, disponibilidade, abertura e RESPEITO).





- Observar diariamente a condição física e o comportamento pessoal e social para aperceber-se de indícios (sinais e/ou sintomas) de maus-tratos (físicos, abuso psicológico, negligência...).

- Prevenir a violência doméstica ...

Reforçar a perspectiva de igualdade de género e dos afectos nos programas educativos sobre os direitos humanos e o respeito pelo outro nos programas de educação sexual.

Começar logo no jardim-de-infância quando as meninas e os meninos escolhem as suas brincadeiras carregadas de valores e estereótipos.

Alertar para a leitura e o visionamento de histórias infantis que não devem passar sem uma devida reflexão e crítica à mensagem transmitida.

- Promover acções de sensibilização e informação familiar e comunitária sobre:

- Sinais e sintomas de alarme de maus tratos infantis/ juvenis.

- Comportamentos e condutas dos abusadores.



- Colaborar com a família e a comunidade em geral na detecção precoce dos casos MT

- Educação dos pais ao nível dos conhecimentos, capacidades, atitudes, comportamentos, AFFECTOS

- Organizar/ desenvolver actividades lúdicas e pedagógicas de desenvolvimento pessoal e social destinado às crianças e jovens. ...

- Desenvolver projectos/ programas de formação escolar tendo como objectivo a prevenção da vitimização das crianças/ jovens, ...

## Família

Tem um papel importante pela sua função socializadora.

O grupo familiar constitui **o grupo de participação e de referência** fundamentais.

Os valores são as bases significativas na orientação da criança, quer a família actue como um grupo positivo ou negativo de referência.



**Medidas para prevenir o abuso sexual e proteger a criança devem ser aplicadas precocemente, em razão do abuso sexual poder ocorrer desde os primeiros anos de vida.**

**O que os pais devem fazer para prevenir o abuso sexual e proteger seus filhos:**

- ✓ Estar bem informados sobre a realidade do abuso sexual contra crianças.
- ✓ Ouvir os seus filhos e acreditar neles por mais absurdo que pareça o que estão a contar.
- ✓ Antes de tudo, falar com o seu filho ou a sua filha e lembrar-se de que o abuso sexual pode ocorrer ainda nos primeiros anos da infância.
- ✓ Dispor de tempo para o seu filho ou a sua filha e dar-lhe atenção.

- ✓ Saber com quem o seu filho ou a sua filha está acompanhado(a) nos momentos de lazer. Conhecer os seus colegas e os pais deles.
- ✓ Procurar informar-se sobre o que sabem e como lidam com a questão da violência e do abuso sexual os responsáveis pela creche, pela escola, pelos programas de férias. Faça o mesmo com seu pediatra, o conselheiro religioso, a empregada e a ama.

### Para falar com seu o filho e a filha:



Entre 18 meses e 3 anos	Entre 3 e 5 anos	Após os 5 anos	Após os 8 anos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ensine a ele ou ela o nome das partes do corpo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Converse com eles sobre as partes privadas do corpo (aquelas cobertas pela roupa de banho) e também como dizer <b>não</b>.</li> <li>• Fale sobre a diferença entre o bom toque e o mau toque.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A criança deve ser bem orientada sobre a sua segurança pessoal e alertada sobre as principais situações de risco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deve ser iniciada a discussão sobre os conceitos e as regras de conduta sexual que são aceites pela família e factos básicos da reprodução humana.</li> </ul>

Adaptado de testes da American Academy of Pediatrics divulgados no site: [www.aap.org/family/csabuse.htm](http://www.aap.org/family/csabuse.htm)

Existem três tipos de **estratégias de prevenção**:



**1) Prevenção Primária - Informar a população (meios de comunicação)** para **eliminar ou reduzir** os factores sociais , culturais e ambientais que propiciam os maus-tratos. A **escola** é uma instituição que ocupa lugar privilegiado. Debate com a comunidade escolar sobre os factores culturais, sociais, políticos, económicos, psicológicos que favorecem a violência.

**2) Prevenção Secundária - Ouvir a criança e acreditar nela. Denunciar** (identificação precoce de crianças e adolescentes em situações de risco para **impedir a repetição** dos actos de violência).

Ex.: família usuária de drogas, família negligente e/ou violenta.

**3) Prevenção Terciária – Denunciar e punir** - acompanhamento integral à vítima e ao agressor em centros especializados que disponham de **equipa multidisciplinar** (uma vez sinalizada a situação de maus-tratos, um dos objectivos prioritários deste tipo de **prevenção**, é garantir a segurança e integridade física e psíquica da criança, procurando evitar o reaparecimento do problema).

# 4. Legislação

1990 – Portugal ratifica a Convenção Sobre os Direitos das Crianças

2001 – Entra em vigor a nova *Lei de Protecção de Crianças e Jovens em Perigo* (Lei nº 147/99, de 1 de Setembro)

## Convenção Sobre os Direitos das Crianças

- art.º 19º, nº 1
- art.º 37º, al. a)
- ...

## Respostas Jurídicas face aos Maus-tratos em Crianças e Jovens

### 1. Resposta Penal

- • Crime de maus-tratos
- • Crimes sexuais

### 2. Resposta Civil

- • Inibição do poder paternal

### 3. Resposta de protecção

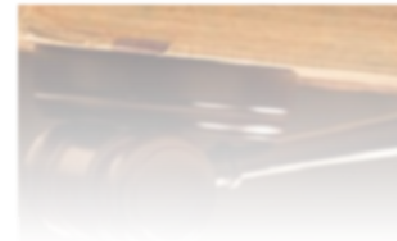
- • Aplicação de medida de promoção e de protecção

## Crime Público:

O procedimento criminal não está dependente da queixa.

O MP pode indiciar o processo oficiosamente:

- a) Crime de maus-tratos...
- b) Crimes contra a liberdade e a autodeterminação sexual...



## **Resposta Penal nos casos de Maus-tratos em crianças e jovens**

- **Artigo 152º do Cód. Penal** – *Maus tratos e infracção das regras de segurança*

Quem, tendo ao seu cuidado ou sob sua responsabilidade pessoa menor (ou particularmente indefesa)

## **Resposta Penal nos casos dos Crimes contra a autodeterminação sexual (contra menores de 18 anos)**

CP - Artigo 172º Abuso sexual de crianças

CP – Artigo 173º Abuso sexual de menores dependentes

CP – Artigo 174º Actos sexuais com adolescentes (limite superior 16 anos)

CP – Artigo 175º Actos homossexuais com adolescentes (limite superior 16 anos)

## **Artigo 178º - Queixa**

1 – O procedimento criminal pelos crimes previstos nos artigos 163º a 165º, 167º, 168º e 171º a 175º depende de queixa, salvo nos seguintes casos:

a) Quando de qualquer deles resultar suicídio ou morte da vítima;

b) Quando o crime for praticado contra menor de 14 anos e o agente tenha legitimidade para requerer procedimento criminal, por exercer sobre a vítima poder paternal, tutela ou curatela ou a tiver a seu cargo.

...

4 – Sem prejuízo do disposto nos nºs 2 e 3, e quando os crimes previstos no n.º 1 forem praticados contra menor de 16 anos, pode o Ministério Público dar início ao procedimento se o interesse da vítima o impuser.

Se a vítima do crime sexual for menor de 14 anos e o agente do crime for, por ex., o seu pai - o procedimento criminal deixa de depender de queixa.

**Crime público** - Se a vítima do crime sexual for menor de 16 anos (o agente do crime pode ser o seu pai... ou um terceiro), cabe ao MP ponderar em interesse da vítima.

<b>Artigo 172º</b>	<b>Artigo 173º</b>	<b>Artigo 174º</b>	<b>Artigo 175º</b>
<b>Abuso sexual de crianças</b>	<b>Abuso sexual de menores dependentes</b>	<b>Actos sexuais com adolescentes</b>	<b>Actos homossexuais com adolescentes</b>
<b>menos de 14 anos</b>	<b>14 - 18 anos</b>	<b>14 – 16 anos</b>	<b>14 – 16 anos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Prática de cópula ou coito anal ou oral</li> <li>▪ Prática de acto sexual de relevo</li> <li>▪ Acto exhibicionista</li> <li>▪ Actuação medicante conversa obscena ou escrito, espectáculo ou objecto pornográfico</li> <li>▪ Utilização em fotografia, filme ou gravação pornográficos, exibição ou cedência desses materiais pornográficos detenção, com o propósito de exhibir ou ceder</li> </ul>	Mesmos factos, se cometidos por pessoa a quem o menor tenha sido confiado para educação ou assistência	Cópula ou coito anal ou oral de MAIOR com menor entre 14 e 16 anos, <i>abusando da sua inexperiência</i>	Actos homossexuais de relevo de MAIOR com menor de 14 a 16 anos

**Artigo 178º - Queixa** – O procedimento criminal pelos crimes acima previstos NÃO DEPENDE DE QUEIXA, quando:

- O crime for praticado contra menor de 14 anos e o agente exerça sobre a vítima poder paternal, tutela ou curatela ou a tiver a seu cargo.
- Os mesmos crimes forem praticados contra menor de 16 anos - o MP pode dar início ao procedimento, se o interesse da vítima o impuser – (independentemente do agente – pode ser um terceiro) - «Poder-Dever» do MP.

# Conclusão

A violência sexual ocorre em todo o mundo, independentemente da classe social, raça, religião, género; manifesta-se por várias formas consoante os critérios: lucro, contacto físico, proximidade de relação.

A prevenção primária (informar a população), secundária (ouvir a criança, acreditar nela e denunciar) e terciária (denunciar e punir) realiza-se através de programas interactivos que devem ser avaliados.

A violência / maus tratos constitui crime público (processo de investigação inicia-se independentemente da vontade da vítima do crime; pode ser denunciado por terceiros e não exige que seja a vítima a apresentar a queixa pessoalmente)!





# *Sites consultados*

- [http://ec.europa.eu/portugal/cidadania/destaques/luta\\_abuso\\_criancas\\_pt.htm](http://ec.europa.eu/portugal/cidadania/destaques/luta_abuso_criancas_pt.htm)
- [http://www.observatoriodainfancia.com.br/rubrique.php?id\\_rubrique=40](http://www.observatoriodainfancia.com.br/rubrique.php?id_rubrique=40)
- <http://www.ieei.pt/publicacoes/artigo.php?artigo=872>
- <http://www.virtualpsy.org/infantil/abuso.html>
- <http://www.psiqweb.med.br/site/>
- <http://www.abuso.blogger.com.br/>
- <http://www.cnpcjr.pt/>
- <http://www.appepasc.pt/>
- <http://www.violencia.online.pt/scripts/cv.dll?sec=perguntas&pass=faq>
- <http://www.apav.pt/portal/>
- <http://www.crin.org/>
- <http://www.ucalgary.ca/resolve/violenceprevention/English/reviewprog/childsxprogs.htm>
- <http://www.cfchildren.org/programs/>
- [http://violada\\_mas\\_nao\\_vencida.blogs.sapo.pt/34099.html](http://violada_mas_nao_vencida.blogs.sapo.pt/34099.html)
- <http://vida-radical.planetaclix.pt/abuso.htm>
- <http://www.slideshare.net/michelepo/explorao-e-abuso-sexual>



# Contactos úteis

A vítima não deve manter-se em silêncio, mas antes reclamar justiça.  
No caso das mulheres, estas podem recorrer à contracepção de emergência  
(até 72 horas depois).

- **Comissão Nacional de Protecção de Crianças e Jovens em Risco**  
Rua Castilho nº 5 – 3º andar, 1250-066 Lisboa, Telefone 213 184 900
- **SOS – Criança**, Telefone 217 931 617 (dias úteis)
- **Criança Maltratada**, Projecto de Apoio à Família e à Criança,  
Telefone 213 433 333 (dias úteis , das 13 às 20 horas)
- **Recados da Criança**, Telefone 800 206 656 (chamada gratuita)
- **APAV**, Associação Portuguesa de Apoio à Vítima,  
Telefone 218 884 732; 218 876 351
- **Linha de Informação às Mulheres Vítimas de Violência**  
Telefone 800 202 148 (chamada gratuita)
- **Linha Nacional de Emergência Social 144**
- ... também pode contactar a **PSP**, a **GNR** ou a **PJ**, os **institutos/gabinetes médico-legais** e o seu **médico de família**.