«É muito raro sair de uma escola sem receber uma denúncia de violência sexual digital»



©Nuno Fox

Inês Marinho é a fundadora da "Não Partilhes" que trabalha o tema da violência sexual digital. Em entrevista à FORUM, a estudante de Ciência Política e Relações Internacionais conta o contexto de criação desta associação jovem, partilha algumas das principais conclusões sobre o trabalho realizado e deixa alguns conselhos que podem fazer a diferença na vida dos estudantes.

Podes explicar-nos em que consiste o projeto "Não Partilhes"? E qual o contexto que levou à sua criação?
Desde muito jovem que me interesso por temas como direitos humanos, direitos das mulheres ou política e que tenho alguma presença nas redes sociais. Isso fez com que a minha vida e principalmente a minha sexualidade fosse escrutinada, ao ser uma mulher que falava publicamente sobre estes direitos e contra estes preconceitos. Eventualmente, uma *nude* minha foi compartilhada por Portugal inteiro. Ao conhecer outras raparigas que estavam a ser vítimas de crimes semelhantes, percebi que eu era das únicas que tinha apoio real. Foi daí que surgiu a ideia de criar um movimento, para consciencializar as pessoas para o facto de que não dá para dividir a culpa entre vítimas. Depois, começámos a receber uma grande enchente não só de denúncias, como de desabafos e pedidos de ajuda. Eu pensei que seria melhor formalizar, criando uma associação jovem sem fins lucrativos.

E qual o trabalho que têm feito, para além desse apoio prestado?
Fazemos sessões escolares tanto para docentes como para alunos desde o segundo ciclo até ao Ensino Superior. Fazemos também sessões para psicólogos escolares, médicos, polícias, pessoas ligadas aos ministérios da educação, da juventude, etc. Basicamente, a linha da frente que pode estar em contacto com estas potenciais vítimas e agressores. Falamos do impacto que isto pode ter na vida de alguém. Falamos dos vários tipos da violência sexual com base em imagens. E falamos também de recursos que as pessoas podem procurar para se protegerem.

«(Criámos a "Não Partilhes") para consciencializar as pessoas para o facto de que não dá para dividir a culpa entre vítimas»

Na "Não Partilhes", oferecemos esses recursos de forma presencial e nas redes sociais. Temos uma equipa de comunicação que partilha dicas de como partilhar *nudes* em segurança, notícias, entre outra informação relacionada. Ao mesmo tempo, também temos uma equipa parceira de psicólogas, algumas delas especializadas em violência sexual, para onde nós reencaminhamos pessoas que estão a precisar desse tipo de apoio. Temos também uma equipa jurídica com a qual retiro dúvidas para depois informar com maior clareza as pessoas.

A partir da vossa experiência, quais podem ser as consequências para uma vítima ou sobrevivente, ao lidar com esse julgamento por parte das pessoas que a rodeiam?
A sintomatologia de pessoas que são vítimas ou sobreviventes de violência sexual com base em imagens, que tem muitos âmbitos, é muito parecida a uma violação física. Há o sentimento de vergonha, de sujidade, de isolamento, de ter muita dificuldade em voltar a ter uma vida sexual saudável, uma vida romântica e social saudável,

de afastar-se das redes sociais. Também fases de hipersexualização ou de completamente repúdio pela parte sexual, automutilação, vícios, depressões, ansiedade ou ideações suicidas. Existe a questão do isolamento social e de começar a ter comportamentos obsessivos ou compulsivos. De ter um sentimento de perseguição, de que se está a ser observado. Muitas vezes existem consequências como ter que mudar de escola ou de cidade. De terminar relações românticas ou com amigos. Há vários sintomas, tanto físicos, como emocionais, como sociais. Pode afetar qualquer campo da nossa vida. O que eu costumo dizer, de uma forma muito triste e desmoralizante, é que isto pode ser uma doença crónica. Pode ser até pior do que crónica, porque há pessoas que já não estão cá e continuam a ter conteúdo delas que foi partilhado contra o seu consentimento. E eu acho que a Internet não é mundo sem lei e acho que as leis que existem no mundo real devem ser transversais à Internet.

«(A violência sexual digital) pode afetar qualquer campo da nossa vida (...) costumo dizer, de forma muito triste e desmoralizante, que pode ser como uma doença crónica»

Referiste o vosso trabalho em contexto escolar. O que é que têm aprendido com esta experiência?
Eu adoro ir às escolas. Porque as coisas que normalmente os adultos não gostam nos jovens são o que eu mais gosto – o facto de serem desafiadores, de questionarem, de não se calarem, de terem dúvidas, de serem até provocadores. Eu gosto mesmo disso e eu acho que é isso que os faz evoluir e crescer. Sinto mesmo ótimo feedback, tanto por parte deles, como por parte dos professores docentes que me dizem, normalmente, que eles querem continuar a falar destes temas na aula a seguir, ou no dia a seguir. E é muito raro eu sair de uma escola sem uma denúncia [de violência sexual digital]. Nem me lembro de nenhuma situação que tenha acontecido e eu já passei com certeza em mais de 100 escolas.

Que conselhos costumam partilhar com os jovens relativamente a este tema?
Os conselhos que partilhamos são, por exemplo, não mostrar a cara ou nada que nos identifique na foto. Ou escrever, por exemplo, o nome da pessoa na foto. Não mostrar piercings, não mostrar tatuagens, não partilhar nudes com desconhecidos, não partilhar nudes com pessoas que já partilharam nudes de outras pessoas, ou que já tiveram em grupos com esse intuito. Dar estes conselhos é a forma de tentar mitigar ao máximo que estas práticas que vão continuar a acontecer sejam seguras. Nós também não dizemos às pessoas quando têm acidentes de carro: "Olha, não conduzissem". Nós metemos cintos, metemos sinais na estrada, metemos passadeiras e esperamos que as coisas aconteçam de forma segura.

E que outros mecanismos estão à disposição dos jovens?
Primeiro, existe a Linha Internet Segura, que é um mecanismo para denunciar conteúdo ilegal online. Depois, temos dois sites. Um é o **takeitdown.org** e o outro é o **StopNCII.org**. Um para menores de idade e o outro para maiores de idade, respetivamente. A Polícia Judiciária também tem uma equipa de cibersegurança. Existe também a aplicação Camdom, que funciona como um "preservativo digital", protegendo a privacidade. E têm sempre à disposição a "Não Partilhes", obviamente. Podem sempre recorrer a nós.







Precisas de ajuda?

Linha Internet Segura
800 21 90 90

SOS Estudante
915 246 060
969 554 545
239 484 020

Não Partilhes
www.instagram.com/naopartilhes/

Unidade de combate ao Cibercrime da PJ
www.policiajudiciaria.pt/unc3t/

Cuida-te
https://ipdj.gov.pt/o-programa

CHATBOT

Podes utilizar o Chatbot da Linha Internet Segura aqui