

O QUE É?

Homicídio é o ato pelo qual uma pessoa mata outra pessoa¹.

Segundo a United Nations Office on Drugs and Crime (UNOC), em 2010, ocorreram 468 000 homicídios em todo o mundo. Este número terá sido já ultrapassado nos anos seguintes. Desse número, 36 % em África; 31 % na América; 26 % na Ásia; 5 % na Europa; e 1 % na Oceânia.

QUEM SÃO AS VÍTIMAS?

Segundo a UNOC, o sexo masculino representa 82 % do total de vítimas de homicídio. Os jovens do sexo masculino entre os 15 e os 29 anos são os que correm maior risco de virem a ser vítimas de homicídio (21. 2 em cada 100 000). As mulheres, por outro lado, representam apenas uma pequena percentagem das vítimas de homicídio.

Contudo, são mais as mulheres afetadas pela violência doméstica. São cada vez mais conhecidos casos de mulheres vítimas em que o seu homicídio é o desfecho daquela.

Num homicídio, existem pelo menos duas pessoas a considerar: a vítima e o homicida. Mas implica também outras pessoas, designadamente as testemunhas, que sofrem o impacto traumáti-

co do que viram; e os familiares e/ou amigos da vítima, que sofrem a perda e o luto.

QUAL O IMPACTO?

É normal que imediatamente após o homicídio e/ou nas primeiras semanas após, os familiares ou amigos possam desenvolver os seguintes sintomas/sentimentos/comportamentos.

Após a notícia do homicídio:

- Estado de choque;
- Pânico;
- Choro, falta de forças, apatia, tremor, etc.;
- Negação da morte do familiar ou amigo;
- Desorientação;
- Sentimento de solidão;
- Sentimento de impotência;
- Raiva e vontade de fazer justiça pelas próprias mãos.

Nos dias e semanas seguintes:

- Dúvida quanto à normalidade das suas reações;
- Ambivalência emocional;
- Mudanças bruscas de humor;

Desenvolvimento do processo de luto. São reações físicas comuns:

- Perda de energia;
- Diminuição dos níveis de resistência;
- Dores musculares;
- Dores de cabeça;
- Distúrbios na menstruação;
- Arrepios e/ou afrontamentos;
- Problemas digestivos;
- Tensão arterial alta;
- Mudanças no comportamento sexual.

São reações psicológicas comuns:

- Sentimento de solidão;
- Sentimento de culpa;
- Sentimento de ser injustamente tratado;
- Raiva;
- Desconfiança generalizada;
- Tristeza;
- Imaginações ou pensamentos relacionados com o crime;
- Falta de motivação.

¹ Cf. Código Penal Português (3.ª ed.), Lisboa, Edições Almedina, S. A., 2013, Livro II – Parte Especial; Título I – Dos Crimes Contra as Pessoas; Capítulo I – Dos Crimes Contra a Vida; Artigos 131.º, 132.º, 133.º, 134.º, 135.º, 136.º e 137.º, pp. 85-86.

PORQUE PRECISAMOS DE APOIO?

É natural que os familiares e amigos de vítimas não se sintam apoiados. Em alguns casos este apoio aparece, de facto, nos primeiros dias, mas desvanece-se muito rapidamente.

Uma das formas de apoiar estas pessoas é sugerindo o seu acompanhamento por organizações ou especialistas do luto, o pode ajudar a minimizar o sofrimento e a recuperar de forma gradual as tarefas diárias.

QUE APOIO ESTÁ DISPONÍVEL?

A APAV qualificou o apoio específico a familiares e amigos de vítimas de homicídio através da sua Rede de Apoio aos Familiares e Amigos de Vítimas de Homicídio RAFAVH:

- Pela Linha de Apoio à Vítima 116 006 (dias úteis das 09h-19h; chamada gratuita);
- Por email rafavh@apav.pt.

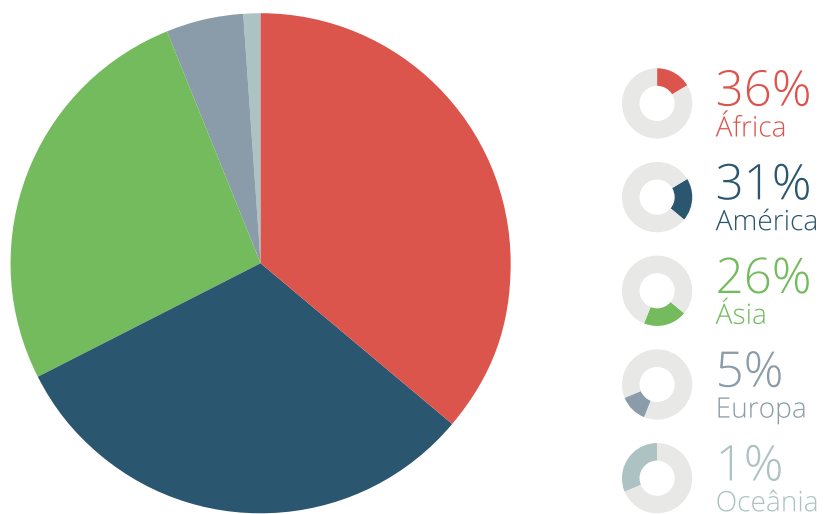
Os especialistas podem conceder apoio:

- Na crise emocional;
- Nas notificações de morte;
- No contacto com outras organizações, como Polícia, Instituto Nacional de Medicina Legal, etc.;
- Em deslocações, alimentação, alojamento, apoio social familiar imediato, etc.;
- Durante o planeamento de cerimónias;
- No regresso às atividades diárias.

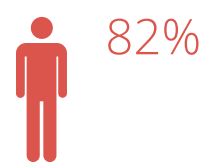
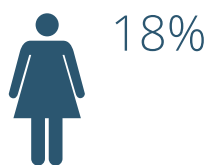
TESTEMUNHO

Mataram o nosso filho. Não há maior dor no mundo. Tudo deixou de fazer sentido. Os primeiros tempos foram os piores, depois fomos aceitando o apoio da família e tivemos ajuda profissional.

A vida não voltou a ser a mesma, mas adaptámo-nos aos poucos. Fomos trabalhar, mesmo quando custava muito. Hoje ajudamos quem precisa, como faríamos ao nosso filho se ele fosse vivo, e isso dá-nos conforto. Não foi feita a justiça que queríamos. Na verdade, nenhuma justiça nos podia devolver o nosso filho. Há que caminhar para a frente e fazer o bem.



Segundo a United Nations Office on Drugs and Crime (UNOC), em 2010, ocorreram 468 000 homicídios em todo o mundo. Este número terá sido já ultrapassado nos anos seguintes. Desse número, 36 % em África africano; 31 % na América; 26 % na Ásia; 5 % na Europa; e 1 % na Oceânia.



Segundo a UNOC, o sexo masculino representa 82 % do total de vítimas de homicídio. Os jovens do sexo masculino entre os 15 e os 29 anos são os que correm maior risco de virem a ser vítimas de homicídio (21. 2 em cada 100 000).

Recursos APAV



Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), Manual Caronte. Apoio a Familiares e Amigos de Vítimas de Homicídio, Lisboa, APAV, 2012.

apav.pt/caronte

apav.pt/folhainformativa

APAV 2015
apav.sede@apav.pt

donativos
NIB 0036 0000 99105881577 83

CHAMADA GRATUITA
116 006
LINHA DE APOIO À VÍTIMA
DIAS ÚTEIS DAS 09H-19H

APAV
Associação Portuguesa de Apoio à Vítima
Apoio à Vítima

facebook.com/apav.portugal

[apav.pt](http://www.apav.pt)

infovitimacs.pt



Ordem da Liberdade