

# Até quando violações sexuais sem violadores?



**EVELINA MUCHANGA**

Já imaginou, cara leitora, ser violada por alguém com quem namorou durante cinco anos? Pois é, há quem já tenha vivido esse episódio por duas vezes. O pior é que o ex-namorado convidou o amigo para juntos violarem sexu-

almente a sua ex. Até hoje ele continua livre como se nada tivesse acontecido.

A sobrevivente desta história é C. Macaringue, nome fictício que escolhemos para contar os episódios vividos por uma jovem de 21 anos, que é espelho de outras que são feitas reféns de parceiros íntimos.

C. Macaringue conheceu o antigo namorado na altura com 16 anos. Estava numa fase difícil da sua vida. Precisava de ajuda. E ele apareceu como um “anjo” para a salvar. Tudo correu bem até que cinco anos depois a jovem mulher decidiu terminar o namoro.

“Já não me sentia bem

na relação, por isso, em Fevereiro do ano passado, conversei com ele e decidimos terminar o namoro. Reconheço e reitero que ele foi muito importante na minha vida. Quando o aceitei era muito nova e não imaginava que no futuro não pudesse aguentar continuar na relação”, contou.

Longe de imaginar que terminar o namoro pudesse constituir motivo de ira e de vingança por parte dele, a jovem continuou a levar a sua vida na normalidade até que, em Novembro do ano passado, recebe o telefonema daquele a pedir que conversassem.

Não declinou. Ele levou-a de carro, na companhia do amigo, até a uma das suas casas do Belo Horizonte, município de Boane, província de Maputo. Não estranhou porque era lá onde passavam alguns fins-de-semana com os amigos.

“Recordo-me que quando chegamos lá eu estava a tomar sumo. Passado algum tempo senti que estava dopada. Aí, eles (ex-namorado e amigo) violaram-me sexualmente até que fiquei inconsciente. Quando despertei estava com as algemas nas mãos à beira da piscina. O amigo pegou-me e ele repetiu o acto e o amigo também.”

Depois desta violação, a jovem diz que foi deixada inconsciente numa das ruas da Matola só de roupa interior. Foi achada por uma senhora que, prontamente, a acolheu em sua casa. Recuperou-se e pediu ajuda de familiares.

## HISTÓRIAS DE VIDA

### Trazer o inexistente às bancas é o segredo para um bom negócio

Identificar quais são os produtos existentes nas bancas é um óptimo princípio para iniciar um negócio de sucesso, de modo a que, no final, traga o inexistente.

Este foi o método adoptado por Maria dos Anjos, de 52 anos de idade, solteira e vendedeira, na mais antiga e prestigiada praça comercial: o Mercado Central de Maputo. Dos Anjos foi a primeira mulher a colocar na sua banca o piripiri “Achar de Manga”.

Ela contou que, depois de se separar do seu marido e sem nada a fazer, a sua mãe, ora falecida, ofereceu-lhe uma banca que fica num dos cantos do Mercado Central.

“Olhei ao meu redor e vi que vendem de tudo neste mercado, e perguntei-me o que podia vender de diferente. Cheguei à casa, pus-me a reflectir e decidi colocar em prática as aulas que tinha com o meu pai sobre como preparar o piripiri “Achar de Manga”. Dia seguinte coloquei na banca e fez muito sucesso”, lembra Maria dos Anjos.

Ela afirmou categoricamente que para iniciar um negócio lucrativo não é preciso ter um alto nível de escolaridade, mas sim capacidade de criar algo que não existe, para tal é pre-

ciso ser um sonhador, ousado e manter a fé.

Para além do piripiri “Achar de Manga”, dos Anjos faz também picadinha, limão xirrosana, piripiri verde, de preços que variam entre 100 e 300mt. Como forma de dar mais vida e cor à banca, ela adicionou no menu de venda, o mel, banana, amendoim, feijão e pó de caril.

Maria dos Anjos separou-se no ano de 2005 e tem apenas um filho. Durante o seu relacionamento, ela é que custeava as despesas de casa e cuidava, sozinha, dos seus enteados.

Vendo que não era auxiliada nas despesas da casa viu-se “obrigada” a separar-se e dar um novo rumo à sua vida. “Desde que me separei nunca mais me envolvi com ninguém. Estou bem assim e não penso em relacionar-me”, disse Maria dos Anjos.

Apesar do episódio “negro” que viveu, Maria dos Anjos aconselha todas as mulheres a estudar, trabalhar e fazer uma escolha certa do parceiro, com quem deseja passar o resto da sua vida.

“Mulheres sejam auxiliares dos vossos maridos, colaborando para o sucesso do vosso lar”, acrescentou Maria dos Anjos.

## DICAS SOBRE SAÚDE

### Melhorar a fertilidade masculina

Da mesma forma que se aconselha a mulher a preparar o corpo e mente para a gravidez, também ao homem se exigem cuidados. Um dos cuidados é o de garantir a qualidade do esperma por constituir um factor decisivo para a fecundação bem-sucedida. Manter um estilo de vida saudável ajuda a produção de espermatozoides saudáveis, abundantes e vigorosos. Confira algumas dicas:

Diminuir o consumo de bebidas alcoólicas: o álcool baixa a quantidade de espermatozoides e reduz o impulso sexual, interferindo negativamente na fertilidade. O produto residual do metabolismo do álcool, o acetaldéido, é tó-

a mobilidade.

Alimentação saudável: Manter uma alimentação variada e rica em nutrientes antioxidantes, zinco, folato (ácido fólico), ómega-3 e vitaminas essenciais à formação de hormonas sexuais masculinas e ao desenvolvimento dos espermatozoides saudáveis como as vitaminas A, B6, B12, C, D e E. Alimentos ricos em antioxidantes incluem amoras, alho, couve, morangos, ameixas, brócolos, pimento vermelho, entre outros. Beber muita água ao longo do dia, não menos de dois litros, já que o sêmen é constituído principalmente por água. Não praticar desportos de alto desgaste físico.

## Dupla discriminação

ser violada por alguém com quem namorou durante cinco anos? Pois é, há quem já tenha vivido esse episódio por duas vezes. O pior é que o ex-namorado convidou o amigo para juntos violarem sexu-

A sobrevivente desta história é C. Macaringue, nome fictício que escolhemos para contar os episódios vividos por uma jovem de 21 anos, que é espelho de outras que são feitas reféns de parceiros íntimos.

va numa fase difícil da sua vida. Precisava de ajuda. E ele apareceu como um “anjo” para a salvar. Tudo correu bem até que cinco anos depois a jovem mulher decidiu terminar o namoro. “Já não me sentia bem

dimos terminar o namoro. Reconheço e reitero que ele foi muito importante na minha vida. Quando o aceitei era muito nova e não imaginava que no futuro não pudesse aguentar continuar na relação”, contou.

tema foi achada por uma senhora que, prontamente, a acolheu em sua casa. Recuperou-se e pediu ajuda de familiares.

Da mesma forma que se aconselha a mulher a preparar o corpo e mente para a gravidez, também ao homem se exigem cuidados. Um dos cuidados é o de garantir a qualidade do esperma por constituir um factor decisivo para a fecundação bem-sucedida. Manter um estilo de vida saudável ajuda a produção de espermatozoides saudáveis, abundantes e vigorosos. Confira algumas dicas:

Diminuir o consumo de bebidas alcoólicas: o álcool baixa a quantidade de espermatozoides e reduz o impulso sexual, interferindo negativamente na fertilidade. O produto residual do metabolismo do álcool, o acetaldeído, é tóxico para o esperma.

Deixar de fumar: o tabaco reduz a quantidade e a mobilidade dos espermatozoides e aumenta o risco de anormalidades do esperma e defeitos genéticos no embrião. Tanto a futura mãe como o parceiro devem tentar parar de fumar se pretendem engravidar. Evitar drogas (mesmo as chamadas “drogas recreativas”). A cannabis, por exemplo, diminui a libido, baixa a quantidade de espermatozoides e provoca impotência.

Reduzir o consumo de cafeína: a cafeína pode impedir a produção de espermatozoides, provocar anomalias nos cromossomas e afectar

a mobilidade.

Alimentação saudável: Manter uma alimentação variada e rica em nutrientes antioxidantes, zinco, folato (ácido fólico), ômega-3 e vitaminas essenciais à formação de hormonas sexuais masculinas e ao desenvolvimento dos espermatozoides saudáveis como as vitaminas A, B6, B12, C, D e E. Alimentos ricos em antioxidantes incluem amoras, alho, couve, morangos, ameixas, brócolos, pimento vermelho, entre outros. Beber muita água ao longo do dia, não menos de dois litros, já que o sêmen é constituído principalmente por água. Não praticar desportos de alto desgaste físico.

Outras dicas: A produção de espermatozoides pode diminuir se os testículos não forem mantidos frescos. As células do esperma não se desenvolvem nem funcionam, se a sua temperatura for superior a 32° C, apesar de a temperatura normal do corpo ser de 37° C. Vestir roupa interior larga (boxers de algodão largos), não conduzir muitas horas seguidas sem descansar, evitar banhos de imersão quentes e prolongados e não frequentar ambientes quentes como saunas ou banhos turcos são algumas medidas que podem ajudar.

Fonte: <https://www.maemequer.pt>

## Dupla discriminação

C. Macaringue foi aconselhada a fazer queixa na esquadra e assim fez. Lá os agentes em serviço deram-lhe a intimidação para entrega-la ao violador. Sem alternativas, a jovem teve que seguir as instruções das autoridades: procurar o seu violador para lhe entregar a intimidação.

“Depois de o localizar fomos à esquadra. Lá os agentes aconselharam-nos a conversar e a nos perdoarmos. Insisti que não. Queria levar o caso ao tribunal. Foi quando deram-me um documento para me apresentar ao hospital”, disse.

À saída da esquadra o ex-namorado arrancou-lhe o documento e disse: “Nada me vai acontecer porque tenho dinheiro e amigos na Polícia”, lamentou a jovem.

“Depois desse episódio decidi ir ao hospital fazer os exames. Nos exames de rotina descobri que estava infectada pelo HIV. Não aceitei o resul-

tado. Fui a mais duas unidades sanitárias e o resultado foi

o mesmo: positivo. Entrei em desespero. Telefonei para o

meu ex-namorado e ele limitou-se a dizer: bem feito para você”, contou emocionada.

Segundo C. Macaringue, para piorar a situação, o caso dela foi reportado por alguns órgãos de informação que não tiveram o cuidado de ocultar a sua voz e imagem. Foi exposta. “Desisti de ir à escola. As pessoas chamam-me nomes. Algumas dizem que sou sidi-nha. Que fui violada porque estava mal vestida. A minha mãe nunca mais me quis desde que se juntou ao meu padrasto. Cresci aos cuidados da minha avó paterna. Não conheci o meu pai, pois que morreu eu ainda pequena”, desabafou.

Hoje C. vive na casa de uma senhora da associação Hixikanwe (estamos juntos). Esta associação apoia pessoas padecendo de HIV. Dá apoio moral e acompanhamento. Aceitou a sua condição e já iniciou o tratamento antiretroviral. É



Yolanda Sithoe fala da necessidade de se mudar algumas normas sociais

## A campanha “Chega”

C. Macaringue será um dos rostos da campanha denominada “Chega, juntos podemos acabar com a violência contra mulheres e raparigas” a ser lançada hoje na Escola Secundária Noroeste 1, na cidade de Maputo, numa cerimónia presidida pela ministra do Género, Criança e Acção Social.

Yolanda Sithoe, oficial de programas da Oxfam, explicou que a iniciativa visa contribuir para que mais mulheres e raparigas exerçam o direito de viver livres de violência, assim como influenciar para se substituir normas sociais que promovam a discriminação por outras que garantem a igualdade de género e o bem-estar social.

“É uma campanha global, o foco é o desafio das normas sociais que perpetuam a violência contra mulheres e raparigas. Queremos trabalhar um pouco sobre a cultura do silêncio que

existe sobre as normas sociais. Para o caso de Moçambique, decidimos ter foco na violência sexual. Há casos denunciados, mas há muitos outros que não. Queremos perceber o que acontece com os casos denunciados e os que não foram denunciados. Há muita discriminação e silêncio em relação a estes casos, tanto das vítimas assim como das famílias. Outro aspecto que não é muito falado é a violência sexual que ocorre entre namorados, entre marido e mulher. O que queremos é atacar esta cultura do silêncio”, explicou Yolanda

Em Moçambique, a campanha levada a cabo pela Oxfam e seus parceiros vai ser realizada durante quatro anos em todo o país, com destaque nas províncias de Nampula, Zambézia, Niassa, Maputo província e cidade.

De acordo com esta organização, a

violência contra mulheres e raparigas “é uma crise global que afecta uma em cada três mulheres, devastando suas vidas e fracturando comunidades. A violência contra mulheres e meninas possui várias formas e não conhece fronteiras geográficas ou culturais.”

Esta campanha é lançada numa altura em que, segundo a Oxfam, a situação de violência é preocupante, pois, cerca de 70.4 por cento de raparigas declararam ter sofrido violência nos espaços públicos. Sete em cada 10 raparigas e cinco em cada 10 mulheres foram vítimas de várias formas de violência nos espaços públicos e privados.

“Com a campanha, a Oxfam espera contribuir para inverter este cenário em Moçambique e noutros 30 países onde a mesma vai decorrer”, aponta.

### PUBLICIDADE