

DOI: 10.70513/iniciacao-cientifica-colegio-marista-santana.08

Os efeitos do assédio sexual e moral na mente da mulher

*Esther Coffi Minetto
Lanna Almeida de la Vega
Vicente Hiroshi Tamajusuku Neis*

Introdução

O assédio sexual e moral é uma violação de direitos humanos que se manifesta em comportamentos, atitudes e práticas que humilham, subjugam ou exploram a mulher, reduzindo-a a um objeto de poder. Embora sua gravidade seja inerente ao ato, os impactos vão além do desconforto imediato, atravessando camadas da saúde mental, do bem-estar emocional e das relações sociais.

A literatura sobre violência de gênero aponta que o assédio sexual e moral está associado a uma gama de consequências psicológicas, incluindo ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático, baixa autoestima e dissociação. Esses efeitos não devem ser entendidos apenas como respostas individuais, mas como produtos de interações complexas entre fatores pessoais (história de vulnerabilidade, resiliência), contextuais (normas culturais, ambiente de trabalho, políticas institucionais) e estruturais (desigualdades de gênero, poder, legitimidade social). Em muitos casos, as consequências se acumulam ao longo do tempo, contribuindo para uma trajetória de prejuízo na qualidade de vida, nas relações interpessoais e na participação profissional.

Este estudo busca compreender como experiências de assédio — em contextos profissionais, educacionais, familiares ou públicos — podem desencadear sofrimento psíquico persistente, influenciar a autopercepção, a autoestima e a disponibilidade para participar plenamente da vida cotidiana.

Justificativa

A violência sexual contra a mulher é um assunto muito sério e triste que acontece com muitas meninas e mulheres. Quisemos fazer esse trabalho para mostrar como isso machuca por dentro e por fora, e como é importante ter alguém, como um psicólogo, para ajudar quem passou por isso. Muitas vezes as vítimas têm vergonha, ficam com medo ou tristes, e nem sempre têm coragem de contar para alguém.

Por isso, achamos importante explicar que elas precisam de apoio e que não estão sozinhas. Também quisemos falar disso porque, em cidades mais longe da capital, como na Fronteira Oeste, é ainda mais difícil conseguir ajuda.

Objetivos

- Objetivo geral

Investigar os efeitos do assédio sexual e moral na vida de mulheres em diferentes contextos.

- Objetivos específicos
 1. Compreender Assédio sexual e moral, abuso e estupro
 2. Descobrir quais são os principais transtornos mentais associados ao assédio sexual e moral
 3. Refletir sobre forma de prevenção e apoio psicológico á vítimas de assédio sexual.

Referencial teórico

A violência sexual é considerada um dos eventos mais traumáticos que uma mulher pode vivenciar, afetando não apenas o corpo, mas também a mente e a identidade da vítima. Os impactos psicológicos podem ser imediatos ou de longo prazo, variando em intensidade de acordo com fatores como idade, rede de apoio e acesso a tratamento especializado (FERREIRA; LIMA, 2020).

Entre as consequências mais frequentes estão o desenvolvimento de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), episódios depressivos recorrentes, ansiedade generalizada e transtornos alimentares. Além disso, muitas vítimas apresentam sintomas

como dissociação, congelamento emocional, pesadelos recorrentes, crises de pânico e hipervigilância (SOUZA, 2018).

Essas repercussões interferem diretamente na vida social, profissional e familiar da vítima, levando ao isolamento, dificuldades de estabelecer vínculos afetivos e perda de interesse em atividades antes prazerosas. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), o sofrimento psicológico pode perdurar por anos e, em alguns casos, resultar em ideação ou tentativas de suicídio.

Estudos também apontam que mulheres vítimas de violência sexual desenvolvem sentimentos persistentes de culpa e vergonha, acreditando-se responsáveis pelo ocorrido, o que dificulta ainda mais a busca por ajuda (CARVALHO, 2019). Essa percepção equivocada reforça ciclos de silenciamento e perpetua o sofrimento.

De acordo com a Secretaria Estadual da Saúde do Rio Grande do Sul (2023), a violência sexual deve ser entendida como um problema de saúde pública que exige atenção multiprofissional, pois seus impactos ultrapassam o campo psicológico, alcançando também dimensões físicas, sociais e econômicas.

Importância do Atendimento Psicológico

O atendimento psicológico é um elemento central no processo de recuperação das mulheres vítimas de violência sexual. O psicólogo atua como facilitador na reconstrução da confiança, na elaboração do trauma e no fortalecimento da autonomia da vítima. Como destacam Ferreira e Lima (2020), a psicoterapia auxilia a resgatar o senso de segurança emocional e a reconstrução da autoestima.

O primeiro passo consiste em oferecer um ambiente de escuta empática, no qual a vítima possa compartilhar sua história sem julgamentos (SOUZA, 2018). Esse espaço seguro é essencial para validar as emoções da mulher e ajudá-la a compreender que não é culpada pela violência sofrida.

O tratamento pode variar de acordo com as necessidades da paciente. Costa e Oliveira (2021) ressaltam que, em muitos casos, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) mostra-se eficaz ao ajudar a vítima a identificar e modificar padrões de pensamento negativos, prevenindo recaídas emocionais. Por outro lado, abordagens psicodinâmicas buscam analisar as experiências passadas, compreendendo como estas influenciam os sofrimentos atuais.

Além da intervenção clínica, o psicólogo também desempenha um papel de mediação, orientando a vítima sobre outros recursos de apoio, como grupos de acolhimento, serviços sociais e até suporte jurídico (CARVALHO, 2019). Essa rede integrada contribui para que a mulher se sinta amparada em múltiplas dimensões de sua vida.

Importante destacar, ainda, a necessidade de capacitação contínua dos profissionais que atuam nesse contexto. Atendimentos inadequados ou vitimizadores — quando a vítima é exposta novamente a situações de descrédito ou julgamento — podem agravar os traumas já existentes (SILVA; MORAES, 2024).

A Realidade na Fronteira Oeste do Rio Grande do Sul

A violência sexual é um fenômeno presente em todo o território brasileiro, mas, na Fronteira Oeste do Rio Grande do Sul, a situação apresenta características preocupantes. Municípios como Uruguaiana, Itaqui e São Borja registram índices elevados desse tipo de crime, o que evidencia fragilidades tanto na prevenção quanto no atendimento às vítimas (SECRETARIA ESTADUAL DA SAÚDE, 2023).

Em 2022, foram notificados 148 casos de violência sexual na região, sendo que cerca de 30% das vítimas eram adolescentes entre 13 e 17 anos. Esse dado reforça a vulnerabilidade de meninas e jovens, que muitas vezes enfrentam dificuldades ainda maiores para denunciar e acessar os serviços de apoio (FREITAS; RIBEIRO, 2023).

Em Itaqui, por exemplo, o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS) registrou 27 atendimentos de mulheres vítimas entre 2021 e 2023. No entanto, apenas 12 conseguiram manter acompanhamento psicológico adequado, revelando que a adesão ao tratamento é prejudicada por fatores como distância, falta de transporte, escassez de profissionais e sobrecarga do sistema de saúde (FREITAS; RIBEIRO, 2023).

Além disso, muitos casos sequer chegam aos serviços públicos, seja por medo de retaliação, vergonha ou pela descrença das vítimas de que serão acolhidas de forma respeitosa (SILVA; MORAES, 2024). Essa realidade é agravada pela ausência de campanhas de conscientização consistentes, pela carência de políticas públicas locais voltadas para prevenção e pela insuficiência de projetos educativos nas escolas, que poderiam contribuir para a identificação precoce de situações de abuso.

A falta de profissionais especializados em saúde mental, aliada às longas filas de espera, faz com que muitas vítimas fiquem sem o suporte adequado, perpetuando os danos psicológicos e sociais. Esse cenário demonstra a necessidade urgente de investimentos em infraestrutura, formação de equipes multiprofissionais e políticas de incentivo à denúncia.

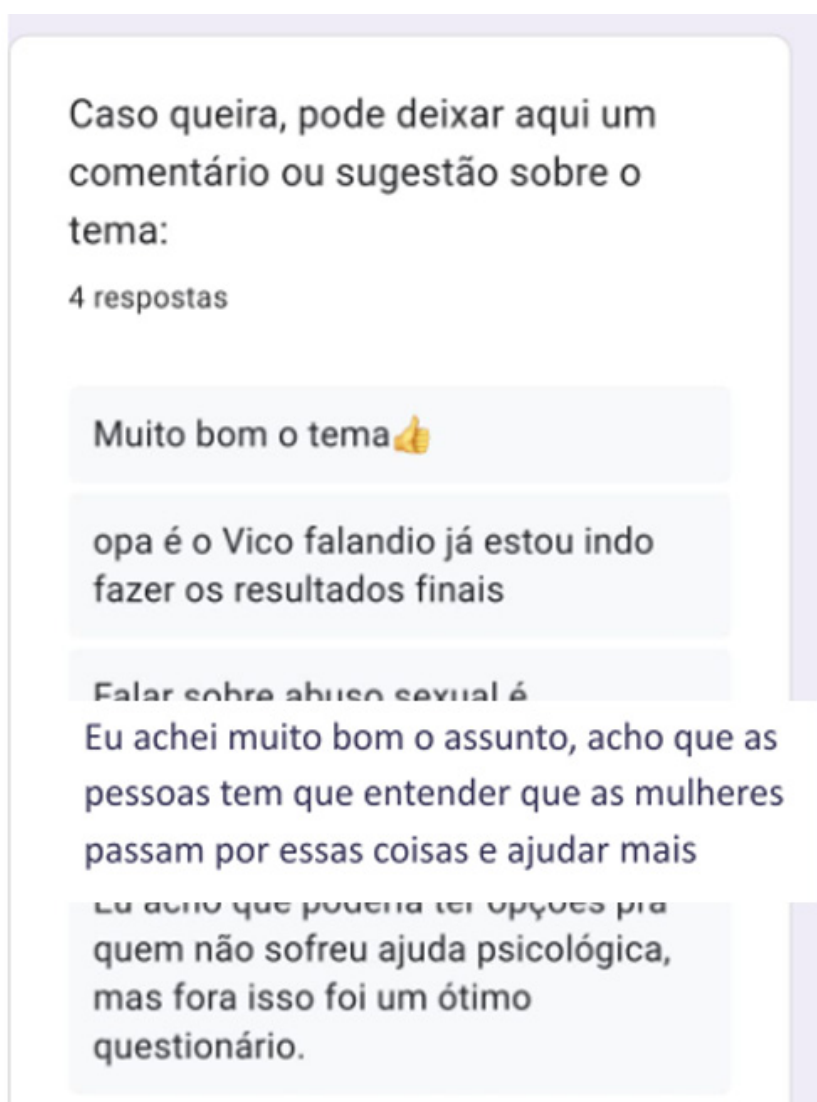
Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de caráter exploratória, qualitativa e descritiva com o

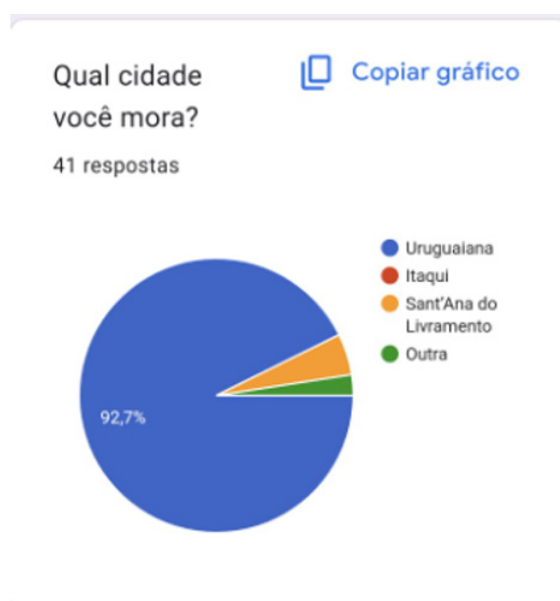
intuito Investigar os efeitos do assédio sexual e moral na vida de mulheres em diferentes contextos.

Para a elaboração deste documento, foram feitas buscas de materiais publicados sobre o tema em bibliotecas digitais. Em seguida, foi elaborado um questionário com auxílio da plataforma Google Forms com perguntas referente ao assunto. Este questionário foi divulgado na comunidade para obtenção de dados e análise do problema de pesquisa.

Resultados e Discussão



Na figura acima podemos ver as opiniões das pessoas que responderam nosso questionário, com a maioria das pessoas achando que o tema é importante e necessário para a nossa sociedade.



O gráfico acima deixa claro que a grande maioria das pessoas que responderam nosso formulário são de Uruguaiana, RS e outra pequena porção de pessoas são de Sant'Ana do Livramento e de outras cidades.



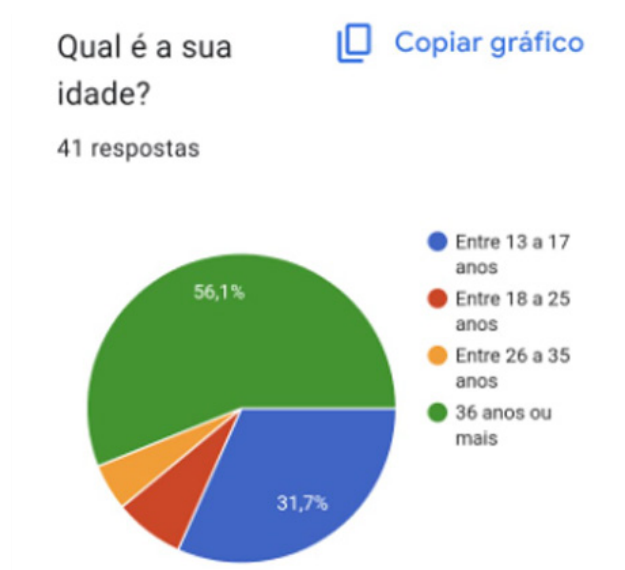
Nas respostas identificamos que a maioria dos entrevistados não sofreu nenhum tipo de assédio em sua vida, seja assédio sexual ou moral.



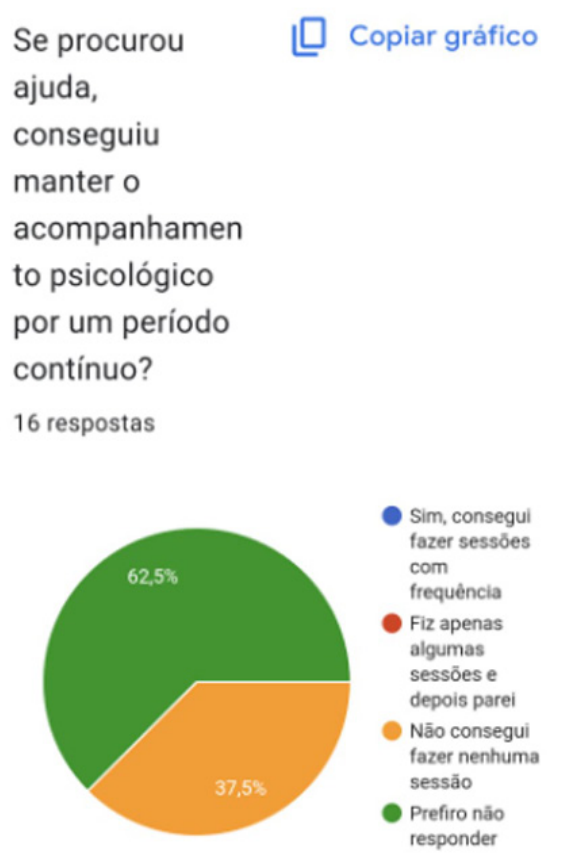
Todas as pessoas que acessaram o questionário, um total de 41, aceitaram responder as perguntas.



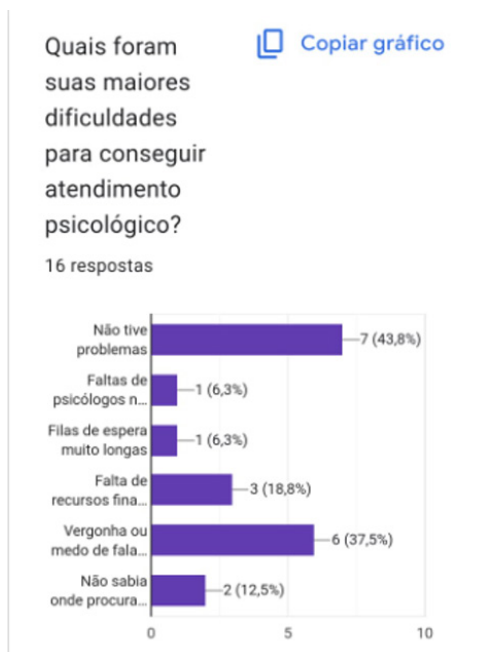
A grande maioria das pessoas responderam não, mas uma parcela de dessas podem ter respondido “não” por falta de opções ligadas a quem não sofreu nenhum assédio, visto que em gráficos anteriores a maior parte das pessoas disseram que nunca sofreram nenhum tipo de assédio na vida, sendo moral ou sexual.



A idade dos entrevistados é bem diversa, porém a maioria com 36 anos ou mais, seguida de uma parcela de pessoas menores de idade e uma pequena parte na faixa dos 18 a 35 anos.



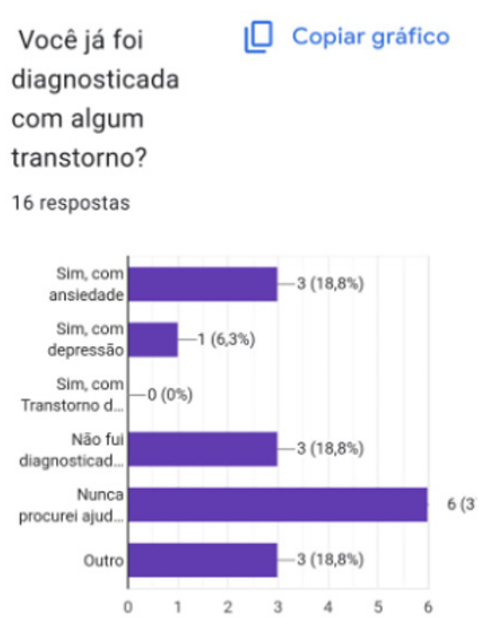
No gráfico acima vemos que a maioria das pessoas preferiu não responder, mas é provável que por falta de alternativas para pessoas que não sofreram assédio, tenham escolhido responder “Prefiro não responder”.



Este gráfico que mostra os maiores problemas das pessoas que sofreram algum assédio para procurar ajuda psicológica mostra que a maioria das pessoas, (7) não sofreram assédio, outra grande parcela de 6 pessoas teve vergonha ou medo de falar sobre assédio, e outras partes, tiveram problemas com falta de dinheiro, faltas de psicólogos na cidade e não saber onde procurar ajuda.

O que você acha que poderia melhorar na sua cidade para ajudar mulheres que passam por essa situação?	O que você acha que poderia melhorar na sua cidade para ajudar mulheres que passam por essa situação?	O que você acha que poderia melhorar na sua cidade para ajudar mulheres que passam por essa situação?	O que você acha que poderia melhorar na sua cidade para ajudar mulheres que passam por essa situação?
16 respostas	16 respostas	16 respostas	16 respostas
- não ficarem calados. - Policimento mais constante na protecao dessas pessoas que sofreram esse ato covarde - Projetos contra o assédio sexual e moral - Mais proteção - Especializar os agentes públicos. - Educação sexual nas escolas. - Um centro especializado - Centro de apoio	- Uma casa de acolhimento, com psicólogos, gente para dar apoio e seguir com adiante - Centros de atendimento psicológico para as vítimas, Poderia ter também uma advogada voluntária ou assistente jurídica gratuita . - Maior rede de informações - Eu acho que deveria existir cartazes que estimulassem as mulheres e homens assediados a não ficarem calados. - Policimento mais constante na protecao dessas pessoas que	- Uma casa de acolhimento, com psicólogos, gente para dar apoio e seguir com adiante - Centros de atendimento psicológico para as vítimas, Poderia ter também uma advogada voluntária ou assistente jurídica gratuita . - Maior rede de informações - Eu acho que deveria existir cartazes que estimulassem as mulheres e homens assediados a não ficarem calados. - Policimento mais constante na protecao dessas pessoas que	- Punição severa aos agressores, melhoraria muito. - Ter acompanhamento gratuito e com eficiência - Deveria ter um lugar para acolher e ajudar essas mulheres - Projetos contra o assédio - programas de ajuda e autoajuda - Uma casa de acolhimento, com psicólogos, gente para dar apoio e seguir com adiante - Centros de atendimento

Na questão acima temos algumas sugestões de melhorias na cidade-natal dos entrevistados, com diversas respostas e ideias diferentes, com a maioria sendo propostas de criação de projetos para apoio das vítimas do assédio sexual e moral.



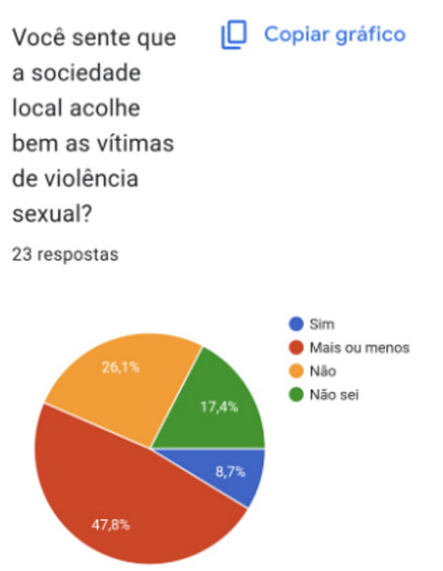
Este gráfico mostra que a maioria das pessoas não foi diagnosticada com algum transtorno, e as que foram, em sua maioria foram diagnosticadas com ansiedade e só uma, com depressão.



De vários sintomas, o mais escolhido foi medo de sair de casa, mas o tópico mais votado foi “outro”, indicando sintomas não citados anteriormente.



Metade dos entrevistados que responderam a esta pergunta sofreu uma mudança na sua saúde emocional ou psicológica, e a outra metade se dividiu entre pessoas que não perceberam mudanças na sua saúde e pessoas que não souberam responder.



O tópico mais escolhido foi o “mais ou menos”, porque acham que o acolhimento é nem bom nem ruim, seguido das pessoas que achavam que o acolhimento não é bom, o que mostra uma visão pessimista sobre o acolhimento nas cidades dos entrevistados, pois além desses dois tópicos provarem muita coisa, o tópico menos votado foi “sim”.

Considerações finais

Diante do cenário analisado, evidencia-se que a violência sexual constitui um grave problema de saúde pública, com repercussões profundas e duradouras na vida das mulheres. Os impactos ultrapassam o campo físico e atingem de maneira significativa a dimensão psicológica, provocando transtornos emocionais que podem se perpetuar por anos se não houver intervenção adequada.

O estudo demonstrou que as consequências mais recorrentes incluem o desenvolvimento de Transtorno de Estresse Pós-Traumático, ansiedade, depressão e sentimentos persistentes de medo, vergonha e culpa. Tais efeitos afetam a vida pessoal, social e profissional das vítimas, interferindo diretamente em sua capacidade de estabelecer relações afetivas saudáveis, de manter a autoestima e de exercer plenamente sua cidadania.

Nesse sentido, destaca-se a importância do atendimento psicológico como ferramenta essencial para a superação do trauma. O acompanhamento especializado oferece à vítima um espaço de escuta qualificada, no qual ela pode ser acolhida sem julgamentos, fortalecendo sua confiança e auxiliando na reconstrução da própria identidade.

Além de proporcionar alívio dos sintomas emocionais, a psicoterapia contribui para o desenvolvimento de mecanismos de enfrentamento, permitindo que a mulher ressignifique sua experiência e retome gradualmente o controle sobre sua vida.

Outro ponto relevante evidenciado é a necessidade de políticas públicas que garantam não apenas o acesso universal aos serviços de saúde mental, mas também a permanência das vítimas no tratamento.

A realidade da Fronteira Oeste do Rio Grande do Sul mostrou que, apesar da existência de centros de atendimento, muitas mulheres abandonam o acompanhamento psicológico devido a barreiras estruturais, como a falta de profissionais, as longas filas de espera e a carência de campanhas de conscientização.

Esse cenário revela que a luta contra a violência sexual não se encerra na denúncia ou no atendimento emergencial, mas requer ações contínuas de prevenção, acolhimento e suporte psicológico.

Portanto, conclui-se que enfrentar a violência sexual exige uma abordagem integrada, que envolva não apenas psicólogos, mas também profissionais da saúde, da assistência social, da segurança pública e da educação. Somente por meio de uma rede articulada e efetiva será possível romper com o ciclo de silenciamento que ainda marca a vida de muitas mulheres.

Assim, reforça-se a necessidade de ampliar investimentos em políticas de prevenção, em capacitação de profissionais e em campanhas educativas, de modo a promover não apenas a recuperação individual das vítimas, mas também mudanças culturais que contribuam para a redução da violência de gênero em nossa sociedade.

Referências

CARVALHO, Mariana. Acolhimento psicológico em situações de violência. São Paulo: Nova Mente, 2019.

COSTA, Juliana; OLIVEIRA, Pedro. Trauma e cuidado: o papel da psicologia clínica. Rio de Janeiro: Saber Viver, 2021.

FERREIRA, Lucas; LIMA, Renata. Psicologia e escuta terapêutica. Belo Horizonte: Horizonte Editora, 2020.

SOUZA, Ana Clara. Entendendo o sofrimento psíquico após o assédio. Recife: Vozes do Saber, 2018.

FREITAS, Mônica; RIBEIRO, Carlos. Violência sexual e acesso à saúde mental na Fronteira Oeste. Revista Sul de Saúde Pública, 2023.

SILVA, Beatriz; MORAES, Tiago. Desafios no acolhimento de vítimas de violência sexual em regiões de fronteira. Congresso Gaúcho de Psicologia, 2024.

SECRETARIA ESTADUAL DA SAÚDE – RS. Relatório de Violência Sexual.