

Consequências a Longo Prazo do Abuso Sexual

Mariana Gonçalves & Ângela Maia

Psicólogas

O abuso sexual é um problema de saúde pública, uma realidade devastadora que afeta milhares de crianças em todo o mundo, e que transcende fronteiras, culturas, comunidades e contextos. A prioridade é prevenir, mas temos de estar preparados para apoiar as muitas vítimas. Estatísticas da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) indicam que aproximadamente 1 em cada 5 mulheres e 1 em cada 13 homens relatam ter experienciado abuso sexual na infância. Adicionalmente, estima-se que 120 milhões de meninas e jovens mulheres com menos de 20 anos tenham sofrido algum tipo de contato sexual forçado (OMS, 2022). Esses números, embora chocantes, não traduzem a realidade das histórias complexas e das exigências enfrentadas pelas vítimas, já que as consequências do abuso sexual podem ser profundas e persistir ao longo da sua vida, influenciando o seu bem-estar psicológico, físico, social e comportamental.

As pessoas que experienciaram abuso sexual frequentemente desenvolvem um conjunto de sintomas de sofrimento psicológico. Os estudos têm sido consistentes ao identificar a perturbação de stress pós-traumático como prevalente (e.g., Haile et al., 2019), podendo manifestar-se, entre outras formas, quando as pessoas revivem a sua experiência traumática através de *flashbacks* e pesadelos, o que amplifica a sua ansiedade e vigilância. A depressão, marcada por uma tristeza duradoura e desinteresse, é também comum nas pessoas com história de abuso sexual, impactando severamente a autoestima e a identidade, fazendo-os sentir, muitas vezes, sem valor. As pessoas com história de abuso sexual apresentam cerca de 3 vezes mais probabilidade de tentar o suicídio (e.g., Angelakis et al., 2019), e maior propensão para apresentar comportamentos autolesivos (e.g., automutilação; Lawrence et al., 2023).

A repercussão social e comportamental do abuso sexual também é significativa, com muitas pessoas a demonstrar dificuldades em construir e manter relacionamentos saudáveis devido a questões profundas de confiança e de vinculação (e.g., Ensink et al., 2020). O trauma experienciado pode levar a dificuldades em confiar nos outros, o que afeta tanto amizades quanto relacionamentos amorosos. O medo de ser novamente

vitimizado ou o sentimento de insegurança impede ou dificulta a criação de laços profundos e significativos com outras pessoas.

O abuso sexual está fortemente relacionado com uma maior probabilidade de adotar comportamentos de risco para a saúde (e.g., Lawrence et al., 2023), nomeadamente uso excessivo de drogas e álcool (e.g., Stea et al., 2023). Estes comportamentos podem surgir como estratégias mal adaptativas para lidar com os efeitos do trauma, como, por exemplo, a ansiedade, a depressão, ou as memórias traumáticas relacionadas com o abuso. A adoção desses comportamentos de risco aumenta a vulnerabilidade das vítimas para novas formas de abuso e para problemas de saúde, criando um ciclo vicioso que pode ser difícil de quebrar sem intervenção adequada.

Adicionalmente, a experiência de abuso sexual pode ter um impacto prejudicial nos resultados educacionais e ocupacionais, contribuindo para taxas mais elevadas de abandono escolar e desemprego, bem como produtividade diminuída no trabalho (e.g., Henkhaus, 2022). O trauma pode levar a dificuldades de concentração, ansiedade relacionada com o ambiente escolar ou profissional, e baixa autoestima, contribuindo para o abandono escolar. Adicionalmente, o impacto psicológico resultante da sua experiência de abuso pode dificultar a manutenção de empregos estáveis, afetando a produtividade e levando a taxas mais altas de desemprego. Essas consequências não só afetam a trajetória educacional e profissional das pessoas com história de abuso sexual, mas também têm implicações a longo prazo na sua qualidade de vida e bem-estar económico.

As consequências físicas do abuso sexual na infância também são diversas e duradouras, como podem ser exemplo a dor crónica inexplicada e sintomas somáticos, bem como preocupações significativas de saúde sexual e reprodutiva, incluindo riscos aumentados de doenças sexualmente transmissíveis, problemas de fertilidade e complicações na gravidez. Além disso, há um aumento observável na probabilidade de desenvolver alguns problemas crónicos, como doenças cardiovasculares e autoimunes, provavelmente relacionadas ao stress e trauma nos processos inflamatórios a longo prazo (e.g., Irish et al., 2010).

Em conclusão, os estudos reforçam a compreensão de que os impactos do abuso sexual na infância são extensos e multifacetados, afetando a saúde, o bem-estar e o comportamento de diversas formas. Estas evidências exigem uma abordagem multidisciplinar de apoio, incluindo cuidados de saúde mental, serviços de saúde física e intervenções informadas pelo trauma, destinadas a reduzir comportamentos de risco para a saúde. Abordar os efeitos a longo prazo do abuso sexual requer não apenas intervenções

terapêuticas individualizadas e compreensivas da história de vida, mas também mudanças sistêmicas para garantir que as vítimas recebam o apoio global de que precisam para uma melhor qualidade de vida e bem-estar.

Referências Bibliográficas

- Angelakis, I., Gillespie, E. L., & Panagioti, M. (2019). Childhood maltreatment and adult suicidality: a comprehensive systematic review with meta-analysis. *Psychological Medicine*, 1. <https://doi.org/10.1017/S0033291718003823>
- Ensink, K., Borelli, J. L., Normandin, L., Target, M., & Fonagy, P. (2020). Childhood sexual abuse and attachment insecurity: Associations with child psychological difficulties. *American Journal of Orthopsychiatry*, 90(1), 115–124. <https://doi.org/10.1037/ort0000407>
- Hailes, H. P., Yu, R., Danese, A., & Fazel, S. (2019). Long-term outcomes of childhood sexual abuse: an umbrella review. *The lancet Psychiatry*, 6(10), 830–839. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30286-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30286-X)
- Henkhaus L. E. (2022). The lasting consequences of childhood sexual abuse on human capital and economic well-being. *Health Economics*, 31(9), 1954–1972. <https://doi.org/10.1002/hec.4557>
- Irish, L., Kobayashi, I., & Delahanty, D. L. (2010). Long-term physical health consequences of childhood sexual abuse: a meta-analytic review. *Journal of Pediatric Psychology*, 35(5), 450–461. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsp118>
- Lawrence, D. M., Hunt, A., Mathews, B., Haslam, D. M., Malacova, E., Dunne, M. P., Erskine, H. E., Higgins, D. J., Finkelhor, D., Pacella, R., Meinck, F., Thomas, H. J., & Scott, J. G. (2023). The association between child maltreatment and health risk behaviours and conditions throughout life in the Australian Child Maltreatment Study. *The Medical Journal of Australia*, 218 Suppl 6, S34–S39. <https://doi.org/10.5694/mja2.51877>
- Organização Mundial de Saúde (2022). *Violence against children*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-children>
- Stea, T., Steigen, A., Dangmann, C. *et al.* (2023). Associations between exposure to sexual abuse, substance use, adverse health outcomes, and use of youth health

services among Norwegian adolescents. *BMC Public Health*, 23, 1330
<https://doi.org/10.1186/s12889-023-16261-y>