



O que é uma vítima de crime?

Uma vítima é uma pessoa singular que sofreu um dano, nomeadamente um atentado à sua integridade física ou psíquica, um dano emocional ou moral, ou um dano patrimonial, diretamente causado por ação ou omissão, no âmbito da prática de um crime.

Qualquer pessoa pode ser vítima de um crime. Não existe nenhuma pessoa que esteja livre de passar por uma situação destas, sendo que ser vítima de um qualquer crime é sempre uma situação muito traumatizante.

Ser vítima de crime é por isso um acontecimento sempre negativo, a que qualquer pessoa pode ser sujeita ao longo da sua vida, não devendo ser motivo de vergonha, mas antes de indignação.

Ser vítima de crime trará sempre consequências, estas podem ser de natureza física, psicológica, económica e/ou social para a pessoa que o sofre. Naturalmente essas consequências variam de pessoa para pessoa consoante a sua estrutura psicológica e económica e a violência do crime.

Foi vítima de crime?

Quais as principais consequências desse facto, bem como quais as suas reações a esta ocorrência?

Ser vítima de um crime pode desencadear uma série de reações ou de comportamentos de diferentes géneros que têm muito a ver com a personalidade de cada um de nós.

Por vezes surge uma combinação de emoções e pensamentos com os quais pode ser muito difícil lidar.

Normalmente um crime é sempre uma situação traumática para a vítima, causando um trauma que se manifesta principalmente nos dias imediatamente a seguir à ocorrência desse facto, e que pode causar um enorme *stress* à vítima.

No entanto, é importante precisar que, na maioria das situações e dos casos, este trauma pós crime acaba por passar e por se diluir com o tempo. Assim, na maioria dos casos, as vítimas nos momentos imediatamente a seguir ao crime sofrido, vivem episódios de medo permanente, medo de sair à rua, de falar com estranhos, medo de viver. Porém, com o passar do tempo a confiança vai regressando de forma gradual, os medos vão-se dissipando e a vítima vai, aos poucos, adquirindo a confiança perdida.

Não existem regras, cada pessoa sente o crime sofrido de maneira e de forma diferente. São muitos os factores que entram nesta equação, tais como o crime em si mesmo, tempo a que a vítima esteve exposta à violência, bem como a sua própria personalidade. Naturalmente que a reação de uma vítima de roubo será muito diferente da reação de uma vítima de um crime sexual ou de um crime de violência doméstica. Assim, o trauma é sempre maior quanto mais violento tiver sido o crime e quanto maior foi o tempo em que esteve exposta ao crime, sendo que nesta

equação entra também em linha de conta a personalidade da vítima, a sua condição psicológica, nomeadamente se é uma pessoa forte, com grande capacidade de reação a uma adversidade ou se por outro lado, tem uma personalidade mais frágil, se é uma pessoa com menos resiliência e com menor capacidade de reação quer à frustração, quer à adversidade.

É pois muito importante perceber que não existe uma forma pré-definida de reação a um crime.

Quando sentimos que a nossa integridade pessoal, física e social foi violada, podemos entrar numa espécie de estado de choque. Podemos ainda sofrer ou sentir problemas novos, que advêm do crime, como dificuldades em dormir, depressão, ansiedade ou um qualquer sentimento de culpa pela situação vivenciada.

A situação vivida, pode fazer sentir que perdemos completamente o controlo da nossa vida e que a sociedade onde vivemos, a nossa cidade, deixou de ser um lugar seguro para se viver, para passar a ser um lugar muito inseguro.

Felizmente, para a maioria das pessoas, estes sintomas vão desaparecendo com o tempo, voltando a pessoa que foi vítima de um crime a adquirir o comando da sua vida.

O que permanece sempre são as recordações do crime, sendo que a vítima passou a saber viver com essas recordações, a dominá-las.

Quando isto não acontece, então a vítima deve procurar ajuda, nomeadamente de índole psicológico, que a ajude a lidar com o trauma e a viver com essas recordações.

O trauma

As vítimas de crime lidam com uma grande variedade de reações psicológicas.

Enquanto os danos físicos e financeiros causados por um crime são facilmente identificados e apurados, já as experiências traumáticas ao nível psicológico, bem como as suas consequências para as vítimas, quer para aquelas que sofrem diretamente o crime, quer para os seus familiares diretos, são mais difíceis de apurar, sendo quase sempre alvo de uma muito menor atenção e compreensão.

As vítimas de crime sofrem frequentemente consequências psicossomáticas, isto é, reações físicas ao *stress* emocional. Certos estímulos, tal como um certo som que relembra a vítima do crime que sofreu, não só desencadeia memórias, mas também reações físicas como palpitações ou aumento da tensão arterial.

Outro sintoma típico desenvolvido pelas vítimas de crime é o de uma perspetiva pessimista crónica do futuro.

Tal pode ser atestado pelo seu comportamento passivo ou auto-estima diminuída no desenvolvimento de tarefas e obrigações da vida diária.

As fases do trauma

O evento traumático, por norma, começa por causar numa fase inicial uma reação de choque, de alguma desorientação, de profunda tristeza, de grande revolta, entre outros sentimentos. Esta fase por demorar um dia, vários dias, semanas ou meses, dependendo da estrutura psicológica da

pessoa que foi vítima do crime. Esta reação ao nível psicológico é sempre diferente de pessoa para pessoa.

Perturbação de stress pós-traumático

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a Perturbação de Stress Pós-Traumático é definida como “exposição a um evento ou situação stressante (que pode ser de curto ou longo prazo) de natureza excecionalmente ameaçadora ou catastrófica, que é passível de causar angústia generalizada a qualquer pessoa.”

Os sintomas-chave da perturbação de *stress* pós-traumático podem passar pelo reviver do evento traumático, pelo evitar certas situações ou locais passíveis de causar angústia e pelo aumento de irritabilidade. No caso das vítimas de crime poderá ocorrer um comportamento de evitamento particularmente intenso, pois a maior parte das situações são experienciadas como ameaçadoras. Há um persistente sentimento de medo generalizado e frequentes queixas psicossomáticas, isto é, perturbações físicas com origem em fatores psicológicos.

Ajuda para lidar com o impacto do crime

1. Falar sobre tudo aquilo que lhe aconteceu com pessoas da sua confiança pode ajudar a melhor lidar com o trauma e com as recordações.

Por vezes, para a vítima é difícil e até perturbador falar sobre o crime ou sobre as consequências do crime, mas, é positivo partilhar com outra pessoa a experiência por que passou. Por norma, se for alguém que tenha vivenciado já a mesma situação ou uma situação idêntica, essa conversa pode ainda ser mais importante.

2. Recorrer a ajuda profissional, nomeadamente médica, não é motivo de vergonha.

Se a situação não se resolver, se a sintomatologia não se alterar ou se essas alterações foram pouco visíveis, se sentir que não está a conseguir lidar com sozinha com a situação, então deve procurar ajuda profissional.

Se não conhecer nenhum profissional na área da saúde mental ou psicológica, o seu médico de família pode dar uma ajuda.

◆◆◆

Uma coisa que levanta sempre dúvidas a uma vítima de crime é o desenrolar do processo que se segue, situação que por norma causa alguma ansiedade.

Seguem alguns conceitos importantes:

1. O que é um crime?

Crime é todo o comportamento que viola a lei e que, como tal, é punido com uma pena.

Para efeitos do Código de Processo Penal, crime é o conjunto de pressupostos de que depende a aplicação ao seu autor de uma pena ou medida de segurança criminais.

A maior parte dos crimes só é punível a título de dolo (intenção de praticar o facto). Já a punibilidade a título de negligência deve estar expressamente prevista na lei.

Existem penas de diversas espécies, como a admoestação, a prestação de trabalho a favor da comunidade, a multa (convertível em prisão alternativa em certos casos), a prisão (cuja execução pode ser suspensa ou ser substituída por multa em certos casos), existindo, também, penas acessórias (p. ex. proibição de conduzir veículos motorizados), aplicáveis a certos tipos de crime (p. ex., a condução em estado de embriaguez).

2. A quem compete investigar um crime?

A competência para a investigação de um crime cabe ao Ministério Público, na fase de inquérito, embora exista uma delegação de competência nos Órgãos de Polícia Criminal, conforme a competência dos mesmos.

3. O que é um crime público?

É um crime para cujo procedimento basta a sua notícia pelas autoridades judiciárias ou policiais, bem como a denúncia facultativa de qualquer pessoa.

As autoridades judiciárias ou os órgãos de polícia criminal, logo que tenham conhecimento de um crime desta natureza, iniciam a investigação e o apuramento de responsabilidades, independentemente da vontade da vítima ou do lesado.

Por sua vez, as entidades policiais e os demais funcionários públicos, incluindo os magistrados, são obrigados a denunciar os crimes de que tenham conhecimento no exercício de funções.

Como foi já referido, nos crimes públicos o processo corre mesmo contra a vontade do titular dos interesses ofendidos.

4. O que é um crime semi-público?

É um crime para cujo procedimento criminal ser iniciado é necessária que seja apresentada uma queixa-crime pela pessoa com legitimidade para a exercer (por norma o ofendido ou seu representante legal ou sucessor).

As entidades policiais e funcionários públicos são obrigados a denunciar esses crimes, sem embargo de, posteriormente, ser necessário que os titulares do direito de queixa exerçam dentro dos prazos legalmente estipulados para o efeito, o respetivo direito. Caso o não façam, o Inquérito-crime não se iniciará.

Nos crimes semipúblicos é admissível a desistência da queixa, ou seja, o queixoso pode, a qualquer momento, desistir da queixa, o que faz com que o Inquérito seja imediatamente arquivado.

5. O que é um crime particular?

É um crime que para que o processo se inicie, depende da apresentação da respetiva queixa pelo lesado e da prévia constituição como assistente da pessoa com legitimidade para tal (normalmente

o ofendido com a prática do crime, ou seu representante ou sucessor) e, findo o Inquérito, da dedução da acusação particular por essa pessoa.

Os mais divulgados são os crimes contra a honra (injúria e difamação, bem como alguns crimes contra a propriedade entre pessoas com laços de parentesco próximo).

Também nos crimes particulares, por maioria de razão, é admissível a desistência da queixa, ou seja, o queixoso pode, a qualquer momento, desistir da queixa, o que faz com que o Inquérito seja imediatamente arquivado

6. Quem pode ser responsabilizado pela prática de um crime?

Qualquer pessoa que seja maior de 16 anos pode ser responsabilizada pela prática de um crime, desde que não seja judicialmente considerado como inimputável em razão de anomalia psíquica.

Já os menores de 16 anos e maiores de 12 que praticarem factos tipificados como crime, são sujeitos a um procedimento tutelar educativo.

Os jovens delinquentes (com idades entre 16 e 21 anos) podem ainda beneficiar de um regime especial que atenda à sua particular situação e às circunstâncias concretas do facto, podendo ver a pena suspensa ou especialmente atenuada.

Também as pessoas coletivas e entidades equiparadas podem ser penalmente responsabilizadas, por certos crimes previstos expressamente no artigo 11.º/2 do Código Penal e noutros diplomas penais avulsos (como, p. ex., por crimes de natureza fiscal, económica e informática).

7. O que significa ser considerado inimputável?

Significa que o legislador entende que estas pessoas não têm discernimento, em virtude de uma anomalia psíquica grave e existente no momento da prática do facto criminoso que impede o arguido de entender o significado proibido do ato que cometeu.

Aos inimputáveis (maiores de 16 anos) não são aplicadas penas, mas sim medidas de segurança, que podem ser privativas da liberdade.