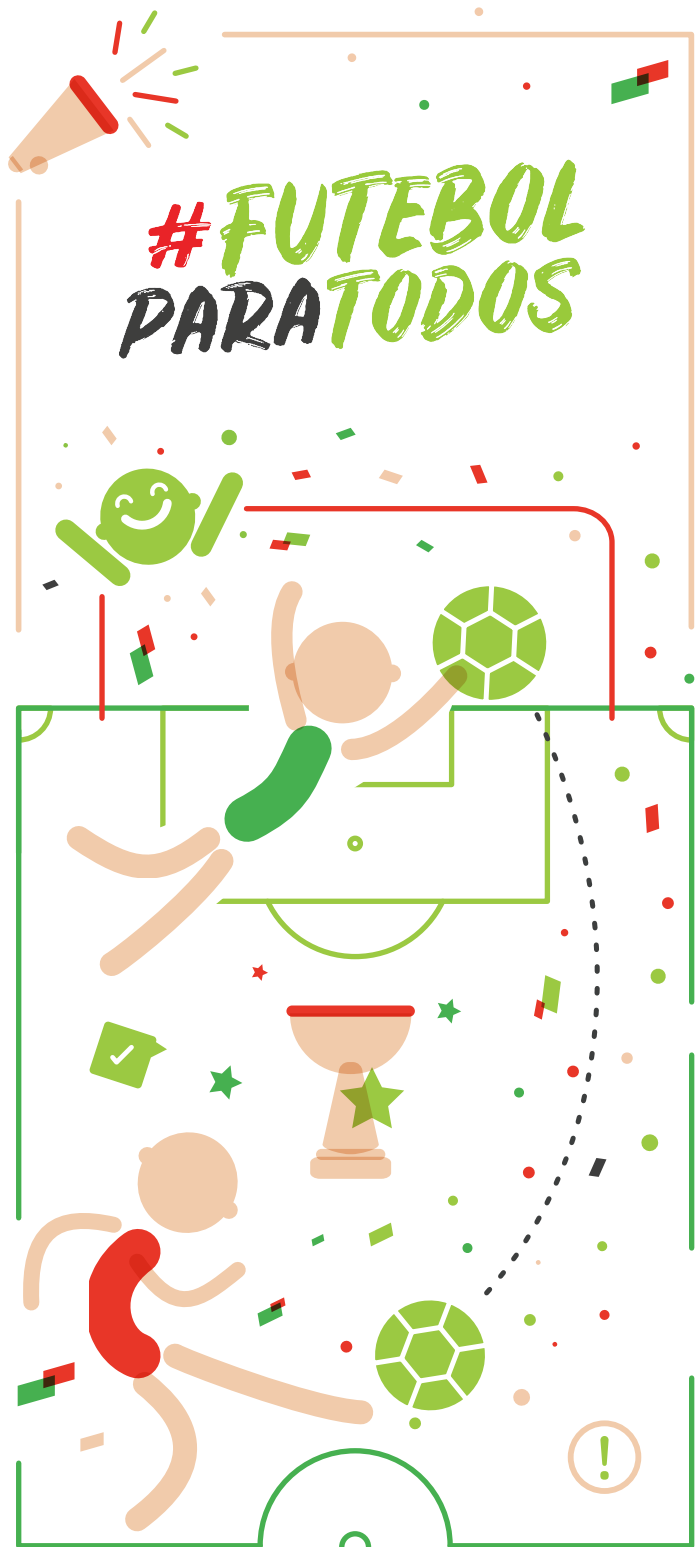
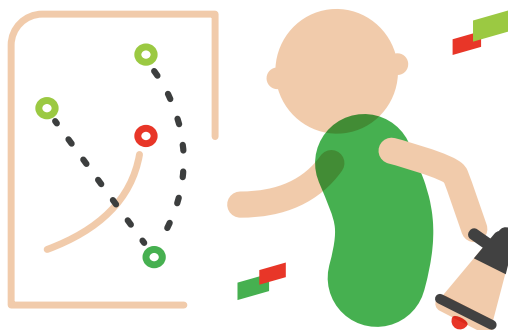




#FUTEBOL
PARATODOS



VIOLÊNCIA
FORA DE JOGO

EQUIPAS TÉCNICAS
E/OU DIRIGENTES

CHAMADA GRATUITA

116 006

LINHA DE APOIO À VÍTIMA
DIAS ÚTEIS DAS 08H-23H

www.apav.pt



APAV®
associação portuguesa de
Apoio à Vítima



DENTRO DO CONTEXTO DESPORTIVO, PODE EXISTIR A PRESSÃO PARA ALCANÇAR O SUCESSO.

As expectativas sobre o desempenho podem surgir, assim como a frustração após derrotas, más exibições, lesões e/ou sentimento de injustiça sobre determinado resultado. Às vezes, também existem conflitos e a violência é usada como resposta para os mesmos.



Não se esqueça que pode ter um papel ativo e positivo na prevenção destes comportamentos!

A VIOLÊNCIA NO DESPORTO PODE APARECER DE VÁRIAS FORMAS.

- **Violência física** – acontece quando há uso da agressão física, como empurrões ou pontapés, mas também ocorre quando o corpo é posto em risco, por exemplo, treinos excessivos, ignorar dores ou lesões.
- **Violência sexual** – acontece quando há toques, comentários ou agressões de natureza sexual.
- **Violência verbal** – usar palavras para magoar, por exemplo, insultos, gritos, ameaças.
- **Violência psicológica e emocional** – quando se humilha, compara atletas de forma negativa ou se exige ganhar sempre, sem respeitar os limites de cada pessoa.
- **Negligência** – quando quem devia cuidar ignora ou desvaloriza as necessidades básicas do/a atleta, como saúde, descanso ou bem-estar.

- **Discriminação** – quando alguém é tratado de forma injusta, por exemplo, por causa do seu género, origem, nacionalidade ou orientação sexual.
- **Bullying/cyberbullying** – quando há insultos, gozos ou agressões repetidas entre colegas, muitas vezes em situações em que uma pessoa tem mais poder e a outra fica numa posição frágil. Pode acontecer presencialmente ou online.
- **Tráfico de pessoas** – casos em que as/os atletas são levadas/os para outros países estrangeiros com promessas falsas, como um futuro melhor no contexto desportivo, mas, ao chegarem não lhes são garantidas as condições básicas (como casa, comida ou roupa) e serem forçadas/os a praticar desporto contra a sua vontade.

ALGUNS COMPORTAMENTOS E ATITUDES NO CONTEXTO DESPORTIVO PODEM ORIGINAR SITUAÇÕES DE MAL-ESTAR E/OU DE VIOLÊNCIA, ENTRE OS QUAIS:

- **Valorizar mais as vitórias** do que o bem-estar das crianças e dos jovens.
- **A frustração** sentida, por exemplo, após derrotas, más exibições, lesões ou percepções de injustiça, o que pode levar à agressividade.
- **O incentivo direto à agressividade**, sob o pretexto de “motivar” ou “endurecer” as/os atletas.
- **O ambiente online**, que pode amplificar conflitos ou ser palco de cyberbullying relacionado com o desempenho desportivo.

COMO IDENTIFICAR SINAIS DE ALERTA NAS CRIANÇAS E NOS JOVENS:

- Mudanças de comportamentos e atitudes.
- Rejeição súbita do desporto ou recusa em ir aos treinos.
- Medo ou ansiedade quando se fala de determinadas pessoas.
- Ferimentos sem explicação clara.



Nem sempre as crianças ou jovens sabem explicar o que sentem, mas mostram de outras formas.

COMO AGIR E ENCAMINHAR AS SITUAÇÕES DE RISCO OU VITIMAÇÃO:

- **Ouvir com atenção**, sem julgar ou pressionar; mostrar apoio e tranquilidade (“Podes contar comigo. Fizeste bem em falar.”).
- **Registar o que a criança ou jovem diz**, com as suas palavras.
- **Evitar confrontar** diretamente a pessoa agressora ou tentar resolver sozinha/o.
- **Procurar ajuda** junto da escola, do clube ou de entidades de apoio, conforme a situação.



O mais importante é que a criança ou jovem se sinta segura e saiba que as pessoas adultas estão atentas.

Para mais informações:
<https://precisodeajuda.pt/>