

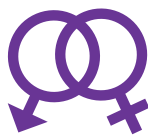
# COVID-19 e género

## Um guião para adolescentes e jovens

Durante esta época de incerteza, devemos ter conhecimento sobre como a COVID-19 nos afeta de forma diferente devido ao nosso género.



### O que é o género?



Todos nós – mulheres, homens, raparigas e rapazes – somos influenciados por funções e expectativas de género. Estas

moldam a forma como pensamos e nos comportamos, o tipo de trabalhos que realizamos, as roupas que vestimos e o poder que temos para tomar decisões. Espera-se que as mulheres façam trabalhos domésticos gratuitos e que cuidem dos filhos, em quanto que os homens são vistos como o ganha-pão da família, trazendo dinheiro para casa. No entanto, estes papeis podem mudar.

### Por que motivo temos de saber mais sobre a questão de género e a COVID-19?

#### 1. As mulheres e as raparigas estão a fazer mais trabalho de cuidado não pago



Muitas mulheres jovens e raparigas estão a fazer mais trabalho de cuidado não pago durante o confinamento. Tal inclui cuidar de pessoas doentes, passar mais tempo a cuidar de crianças, cozinhar, lavar loiça e roupa, além das tarefas escolares e cuidar delas próprias.



**Temos de prestar atenção à maneira como estamos a sentir-nos e como os outros também estão a sentir-se. Temos de cuidar de nós próprios e uns dos outros e estabelecer ligação com os outros.**

## 2. O acesso a serviços de saúde sexual e reprodutiva é limitado



Durante este período, pode ser difícil aceder a elementos essenciais como contraceptivos, preservativos e cuidados de saúde materna. Tal pode resultar em mais gravidezes não planeadas, abortos inseguros, complicações na gravidez e no parto e infeções sexualmente transmissíveis (IST), incluindo o HIV.

## 3. A violência baseada no género está a aumentar



A casa não é um lugar seguro para toda a gente. Em alguns países, estamos a assistir a um aumento da violência baseada no género, incluindo a violência doméstica. Qualquer pessoa pode ser vítima de violência, mas as mulheres, as crianças e as pessoas lésbicas, homossexuais, bissexuais e transgénero correm o maior risco.

## 4. Mais homens estão a ficar gravemente doentes



Evidências demonstram que os homens são mais gravemente afetados pela COVID-19 do que as mulheres. Também sabemos que os homens e os rapazes geralmente correm mais riscos ao longo da vida como forma de provar que são homens. Tendem a procurar cuidados de saúde com menos frequência do que as mulheres e as raparigas e geralmente só vão ao hospital quando já estão muito doentes ou não estão a tomar a medicação.



Para mais informações, visite:

OMS – [www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)

ONUSIDA – [www.unaids.org/en/covid19](http://www.unaids.org/en/covid19)



## Medidas que todos podemos tomar que irão ajudar toda a gente

### Cuidados não pagos



Os jovens e os rapazes podem e devem dedicar-se mais às tarefas de **cozinhar, limpar e fazer compras**.



Os homens jovens e os rapazes podem e devem **tomar conta dos irmãos mais novos, parentes idosos ou familiares doentes**.



### Lembre-se!

As mulheres jovens e as raparigas geralmente fazem a maior parte deste trabalho. Contudo, esta situação afeta a sua educação e significa que têm menos tempo livre.



### Saúde sexual e reprodutiva e direitos relacionados



**Obtenha sempre o consentimento do seu parceiro para ter sexo**, mesmo que esteja numa relação. Se o seu parceiro não quiser ter sexo, ou concordar em ter sexo mas depois mudar de ideias (por exemplo, pelo facto de não ter preservativo), deve respeitar a sua decisão.



**Converse e tome decisões conjuntas** sobre ter sexo mais seguro usando um preservativo e/ou anticoncepcional. Evite o sexo não protegido, já que pode ser difícil aceder a tratamentos para o HIV/IST, cuidados de saúde materna ou serviços de aborto seguros.



### Lembre-se!

**O sexo sem consentimento é violência sexual.**



Saiba mais sobre consentimento em <https://frontlineaids.org/resources/sexual-and-reproductive-health-information-for-young-people/>

Obtenha informações junto de colegas de confiança, profissionais de saúde e fontes fiáveis. Visite: FNUAP - [www.unfpa.org/covid19](http://www.unfpa.org/covid19)



**Lembre-se!**

Se estiver a sentir-se ansioso, deprimido ou confuso, fale com alguém ou ligue para o seu prestador de apoio psicossocial mais próximo.

## Responder à violência



Se estiver em **perigo imediato**, ou qualquer outra pessoa da sua casa, chame a polícia ou os serviços de emergência.



Mantenha-se em contacto com os **amigos, familiares e vizinhos**. Obtenha apoio de alguém em que confie.



Se estiver preocupado com a **violência doméstica**, contacte uma linha de apoio ou rede de aconselhamento.



**Mantenha-se calmo, converse sobre a situação** e afaste-se de conflitos que possam transformar-se em agressões. Beber álcool em excesso pode piorar a situação.

## Tipos de violência



**Violência física**, por ex. comportamento de espancar, bater, esbofetear e ameaçar



**Violência emocional**, por ex. gritar, assediar, criticar, controlar, mudanças de humor imprevisíveis



**Violência sexual**, por ex. violação, abuso sexual, toques inapropriados ou perseguição.



**Lembre-se!**

**A violência emocional também é um tipo de violência doméstica.**

