

Dopo lo stupro: come ottenere giustizia e riconquistare la vita

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Gentile professoressa, viviamo a Roma e siamo rimasti molto colpiti dal recente caso della tassista aggredita e violentata. Abbiamo una figlia di 23 anni, e siamo sempre in pensiero quando la sappiamo fuori di casa. Ma in che mondo viviamo? Ci aiuti a capire: che cosa può fare una donna per limitare il rischio di subire una violenza, e che cosa deve fare dopo per ottenere giustizia? Sappiamo infatti che certe volte la legge va per le lunghe e non sempre i colpevoli pagano per il loro crimine. Grazie di cuore".

Virgilio e Silvia, genitori riconoscenti (Roma)

Gentili Virgilio e Silvia, le vostre domande toccano temi che ho già trattato in passato: ma riprendo volentieri il discorso, perché davvero l'emergenza stupri sembra non avere fine, accanto a quella altrettanto tragica dei femminicidi. Nonostante le differenze, infatti, sono convinta che le due situazioni siano da porre sullo stesso piano esistenziale e legale: come il femminicidio rapisce anzitempo la vita, così lo stupro è un vero e proprio assassinio di serenità, di salute e di futuro, non solo per il fatto in sé, già orrendo sotto ogni punto di vista, ma anche per lo strascico che può comportare in termini di gravidanze indesiderate e malattie trasmesse attraverso il rapporto sessuale, per non parlare delle assurde reazioni di diffidenza e ostilità che la violenza può scatenare nei famigliari e negli amici della vittima, come se questa, sotto sotto, se la fosse andata a cercare.

Che cosa prova la donna durante lo stupro?

Una drammatica angoscia di morte, indotta dalla subitanità e violenza dell'attacco, e uno spaventoso dolore fisico, spesso determinato anche da lacerazioni, emorragie interne, percosse. Tutto ciò può scatenare una vera e propria sindrome post traumatica da stress, che porterà la donna a rivivere spesso l'incubo subito, provando le stesse reazioni neurovegetative di spavento e orrore, e a maturare una crescente incapacità di abbandono, sino all'avversione assoluta per ogni forma di intimità. Poi ci sono, come accennavo, i rischi concreti sul piano della salute fisica: concepimenti indotti dalla violenza, qualora non si ricorra tempestivamente alla contraccezione d'emergenza, che espongono la donna all'ulteriore trauma di un aborto o di una maternità segnata dal dolore; infezioni a diverso tempo di latenza e di variabile pericolosità (dalla gonorrea all'AIDS e alla sifilide); una sterilità tubarica a tradimento, indotta dalla Clamidia; lesioni pretumorali o tumorali da ceppi maligni di Papillomavirus.

Quali caratteristiche ha questa forma di avversione sessuale?

L'avversione che si sviluppa dopo un abuso non è solo emotiva, ma può avere anche una forte componente fobica, con i sintomi tipici dell'ansia somatizzata: ferito in modo profondo da quell'antico trauma, il sistema neurovegetativo, alla sola prospettiva di un contatto sessuale, va

in crisi e provoca nausea, sudorazione fredda, vasocostrizione, tachicardia, brusche variazioni di pressione, a volte persino fame d'aria e vomito. Tutto ciò è provocato da un brusco aumento degli ormoni dell'allarme, adrenalina e cortisolo, e delle citochine pro-infiammatorie, che causano depressione e riduzione del desiderio sessuale. In parallelo, lo stress altera l'armonia della produzione di ormoni da parte dell'ovaio, e questo spiega ulteriormente l'effetto deprimente che l'attacco fobico esercita sulla motivazione erotica. Questi disturbi, a volte, possono essere così intensi da confondersi con quelli di un vero e proprio attacco di panico.

Come si cura l'avversione da trauma?

La complessità e la gravità dei sintomi neurovegetativi suggeriscono un approccio terapeutico integrato, che può includere:

- una terapia farmacologica che attenui progressivamente il terremoto neurochimico di tipo ansioso e fobico che si attiva ad ogni segnale, anche indiretto, di corteggiamento maschile;
- stili di vita atti a scaricare le tensioni e le emozioni negative: a questo proposito sono utilissimi il movimento fisico quotidiano e un sonno regolare, ma anche tecniche finalizzate a regolarizzare il respiro e a modulare l'ansia, come lo yoga;
- una psicoterapia individuale, che permetta di lavorare sulle basi emotive del sintomo, dar voce al dolore e alla rabbia per l'esperienza subita, curare la fiducia ferita e decondizionare, ossia disinnescare, la risposta di avversione;
- un'eventuale psicoterapia di coppia, che consenta di conquistare gradualmente una reale intimità fisica;
- una terapia sessuologico-comportamentale, per recuperare una piena competenza sessuale.

Che cosa deve fare la donna dopo lo stupro?

E' importante tenere presenti alcuni aspetti concreti che poi diventano dirimenti in caso di denuncia per avere giustizia. Il primo è: non lavarsi dopo la violenza. Il gesto di pulirsi, comprensibile dal punto di vista umano, va evitato assolutamente perché porta via le tracce di violenza, quali macchie di sangue e/o di sperma, peli o capelli, frammenti di cute o sangue sotto le unghie, che possono essere essenziali per la perizia e l'identificazione dell'aggressore.

E' opportuno andare al Pronto Soccorso?

Sì, perché più si tarda e più le prove possono diventare insufficienti. E' quindi importante rivolgersi immediatamente al Pronto Soccorso, meglio ancora se presso un Centro Antiviolenza, dove il personale è specificamente preparato per raccogliere nel modo più accurato prove e documentazione.

Come si svolge la visita?

Si articola in: visita medica generale; visita ginecologica; prelievo di muco vaginale per accertare la presenza di sperma, di altro materiale biologico per la prova del DNA e di eventuali germi

patogeni. Molte infezioni hanno però tempi di latenza diversi, per cui bisognerà fare molti controlli successivi, genitali e plasmatici, per escludere di aver contratto gonorrea, Clamidia, sifilide, herpes, Papillomavirus, AIDS e altro ancora.

E se c'è rischio di concepimento?

Diventa indispensabile la contraccezione d'emergenza. E' necessario che la donna ci pensi subito e la richieda – al medico di famiglia o al ginecologo – anche nel caso in cui decida di non andare subito al Pronto Soccorso. La pillola del giorno dopo ha infatti la massima efficacia nelle prime 24 ore dopo il rapporto.

Come si fa a essere sicuri che tutto sia ben documentato?

E' essenziale accertarsi che sul referto vengano descritte in modo accurato e sistematico tutte le lesioni subite: graffi, morsi, lacerazioni tessutali, lesioni ai denti, fratture o segni di percosse, ma anche lividi all'interno delle cosce, prova di una divaricazione forzata che non può essere confusa con i segni di un rapporto sessuale fra persone consenzienti. La donna deve essere esaminata in piena luce, in modo che ogni lesione venga descritta, fotografata e riportata correttamente nella documentazione. E' bene non accettare mai un referto generico di "ecchimosi" o di "ferite lacero-contuse diffuse".

A quel punto scatta la denuncia?

Solo se la donna lo vuole. Fare un referto accurato non obbliga alla denuncia, ma per poter fare denuncia è essenziale avere il referto: più accurato è, maggiori sono le possibilità che le prove siano considerate inequivocabili. Solo così si può sperare di avere giustizia.

Come può una donna proteggersi dal pericolo di essere violentata?

Esistono alcuni accorgimenti che riducono il rischio:

- non fermarsi in intimità in luoghi bui o appartati;
- non muoversi di casa a tarda ora o lungo vie poco frequentate: se si deve rientrare da una cena o una festa, farsi accompagnare in macchina da una persona fidata; se si prende un taxi, si può chiedere cortesemente all'autista di attendere a ripartire sino a quando non si sia varcato il portone di ingresso;
- non dare e non accettare passaggi da sconosciuti, e non dare confidenza a chi non si conosce bene;
- fare attenzione a presenze sospette, anche intorno a casa: nel dubbio, chiamare la polizia o i carabinieri;
- evitare assolutamente l'alcol e le droghe, che abbassano nettamente la soglia di autoprotezione e rendono più vulnerabili alle aggressioni anche da parte di conoscenti o amici.