Universidade do Minho

Escola de Psicologia

Beatriz Daniela dos Santos Costa

Violência facilitada pelas tecnologias entre adolescentes: Revisão sistemática dos programas de prevenção

junho de 2025

Violência facilitada pelas tecnologias entre adolescentes: Revisão sistemática dos programas de prevenção

Beatriz Costa

UMinho | 2025

Universidade do Minho
Escola de Psicologia

Beatriz Daniela dos Santos Costa

Violência facilitada pelas tecnologias entre adolescentes: Revisão sistemática de programas de prevenção

Dissertação de Mestrado
Mestrado em Psicologia da Justiça

Trabalho efetuado sob a orientação do
Professora Doutora Marlene Matos

junho de 2025

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.

Licença concedida aos utilizadores deste trabalho



Atribuição-NãoComercial-SemDerivações
CC BY-NC-ND
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

Universidade do Minho, 16/06/2025

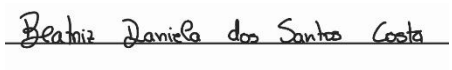
Assinatura: Beatriz Daniela dos Santos Costa

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração.

Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

Universidade do Minho, 16/06/2025

Assinatura: 

Agradecimentos

À minha orientadora Professora Doutora Marlene Matos o meu profundo agradecimento pelo conhecimento partilhado, pela orientação incansável e pela confiança que depositou em mim. À Doutora Maria Vale toda a partilha de conhecimento, reflexão crítica e dedicação longo de todo este processo. Aos meus colegas da equipa de investigação, principalmente à Jacinta e ao Santiago, agradeço as críticas construtivas, pelo diálogo enriquecedor e pela rede de apoio que existiu ao longo do processo.

A ti, mãe, por seres o meu pilar, a minha companheira, a minha ouvinte e por falares de mim com um orgulho visível no rosto. Obrigada por acompanhares todas as etapas da minha vida e por estares lá enquanto enfrentava dificuldades. A ti, mano, por seres uma das pessoas a quem mais dedico o término deste ciclo. De uma forma ou de outra, foste um pilar em toda a minha vida. A ti, bó, por estares presente em todos os momentos especiais da minha vida e me ouvires por horas a falar sobre o que acontecia. À minha princesa, que diz com muito orgulho que a tia é psicóloga, és uma das pessoas que me mantém de pé e me faz querer ser melhor. Não esquecer o resto da família, muito obrigada, padrinhos, prima Ana e cunhada pelo apoio incondicional e por tornarem este caminho mais simples.

Aqueles que por motivos de força maior não puderam acompanhar toda a minha trajetória, a ti avô *(in memoriam)*, por seres o meu porto-seguro, o meu refúgio e por seres a pessoa que mais acreditou em mim. E a ti pai *(in memoriam)*, que não conseguiste acompanhar o meu primeiro dia de escola primária nem a conclusão deste ciclo educativo. Obrigada por me guiarem e serem a minha estrela, que brilha todas as noites de forma a me relembrar que não estou sozinha.

Às minhas amigas e em especial, as que a Psicologia me deu, Ju e Guerra, sem vocês eu não conseguiria chegar onde estou. Obrigada pelas horas de risos, companheirismo, animação e apoio. Um especial agradecimento à Becas que me acompanhou fielmente ao longo dos cinco anos e pelo grande apoio, além de me proporcionar os melhores momentos desta jornada. A ti Bruna, minha amiga de 11 anos, obrigada pelo apoio, companheirismo e horas de conversa fiada.

Por fim, um agradecimento especial a ti– por nunca teres desistido, mesmo nos momentos mais difíceis. Contigo aprendi a lidar com os meus limites, a crescer com os desafios e amar cada passo do caminho que escolhi percorrer. Obrigada por nunca teres desistido de mim, mesmo quando a luz parecia escassa no meio da escuridão.

"A vida é dura demais e as coisas nem sempre correm bem, mas devemos ser corajosos e seguir em frente com as nossas vidas" – Min Yoongi

Violência facilitada pelas tecnologias entre adolescentes: Revisão sistemática de programas de prevenção

Resumo

A violência facilitada pelas tecnologias (VFT) – incluindo humilhação, monitorização/controlo, coerção sexual e ameaças – é comum entre adolescentes, com efeitos prejudiciais na sua saúde e bem-estar. A investigação sobre este tema tem-se concentrado na prevalência, etiologia e consequências. Esta revisão sistemática identificou e analisou os programas de prevenção que abordam a VFT. Seguindo as diretrizes do Prisma, foram realizadas pesquisas, em quatro bases eletrónicas para a inclusão de estudos quantitativos, qualitativos, ou mistos, publicados em Português, Espanhol ou Inglês. Dos 2.065 estudos, 15 foram considerados elegíveis (2015–2024), maioritariamente provenientes dos EUA e de Espanha. Identificaram-se 11 programas, sobretudo de prevenção primária, implementados em contexto escolar, presenciais, de formato grupal, e com participação equitativa por género. Os programas abordam tanto a VFT como a violência no namoro presencial, com reduções mais consistentes na vitimação e perpetração de comportamentos presenciais do que nos digitais, sem, no entanto, abordarem o papel dos *bystanders*. Conclui-se que é necessário proceder a ajustamentos metodológicos, desde a criação de conteúdos específicos para plataformas digitais até modalidades híbridas que integrem ambientes *online* e presenciais, com atenção às variáveis culturais e de género. Investigações futuras devem incluir uma meta-análise que quantifique a eficácia dos programas, bem como uma exploração das estratégias direcionadas a grupos específicos.

Palavras-chave: Violência facilitada pelas tecnologias, Adolescentes, Prevenção, Intervenção, Bystanders

Technology-facilitated dating abuse among adolescents: Systematic review of prevention programs

Abstract

Technology-facilitated violence (TFV) - including humiliation, monitoring/control, sexual coercion and threats - is prevalent among adolescents, with detrimental effects on their health and well-being. Research on this topic has focused on the prevalence, etiology and consequences. This systematic review identified and analyzed prevention programs that address TFV. Following the Prisma guidelines, searches were carried out across four electronic databases to include quantitative, qualitative or mixed studies published in Portuguese, Spanish or English. Out of 2,065 studies, 15 were considered eligible (2015-2024), mostly from the USA and Spain. Eleven programs were identified, most of which were primary prevention programs, implemented in a school, face-to-face, in a group format, and with equal gender participation. The programs address both VFT and in-person dating violence, with more consistent reductions in victimization and perpetration of offline behaviors compared to digital ones, without, however, addressing the role of bystanders. The findings suggests a need for methodological adjustments, such as developing digital-specific content for digital platforms and adopting hybrid formats that integrate online and face-to-face environments, with consideration for cultural and gender differences. Future research should include a meta-analysis that quantifies the effectiveness of the programs, as well as an exploration of strategies aimed at specific groups.

Keywords: Technology-facilitated dating abuse, Adolescents, Prevention, Intervention, Bystanders

Índice

Introdução 9

Violência facilitada pelas tecnologias 9

Programas de prevenção 12

Relevância da atual revisão sistemática 12

Metodologia 13

Estratégias de pesquisa 13

Critérios de inclusão/exclusão 13

Seleção dos artigos e extração dos dados 14

Qualidade Metodológica e Risco de Viés 14

Resultados 15

Avaliação da qualidade e risco de viés 15

Ano de publicação e localização geográfia dos artigos 15

Características da amostra 16

Caracterização dos programas de prevenção 17

Resultados principais 24

Bystanders 27

Discussão 37

Conclusão, limitações e recomendações para estudos futuros 41

Referências 43

Índice de Figuras

Figura 1: Fluxograma do processo da revisão sistemática da literatura 19

Índice de Tabelas

Tabela 1: Avaliação da qualidade metodológica dos estudos incluídos 20

Tabela 2: Caracterização dos estudos incluídos na revisão sistemática (n= 15) 22

Tabela 3: Resultados dos programas analisados 28

Introdução

As relações de intimidade constituem um marco fundamental do desenvolvimento na adolescência (Collins et al., 2009), desempenhando um papel central na construção da identidade, da intimidade e da sexualidade (Furman & Shaffer, 2003). Atualmente, o acesso e o uso das tecnologias de informação e comunicação (TIC) permitem aos adolescentes iniciar, manter e terminar essas relações (Caridade et al., 2020; Li et al., 2023; Vaterlaus et al., 2018). Não obstante as oportunidades proporcionadas, as TIC também expõem os adolescentes a riscos acrescidos, nomeadamente à vitimação e/ou perpetração de VFT no contexto das relações de intimidade (e.g., Caridade et al., 2019; Fernet et al., 2019; Li et al., 2023).

Num estudo realizado por Caridade e colegas (2020), com uma amostra de 173 adolescentes e jovens *(M=25,36),* evidenciou-se que a utilização das redes sociais desempenha um papel significativo na manutenção e consolidação das relações íntimas entre os adolescentes em Portugal. Os dados revelaram que 99,4% dos jovens utilizavam as tecnologias para comunicar com os seus parceiros. Devido a este uso constante, é essencial identificar os comportamentos de risco e capacitar os adolescentes com ferramentas que promovam uma utilização segura da *internet* e das redes sociais.

Violência facilitada pelas tecnologias

A violência facilitada pelas tecnologias (VFT; *"technology-facilitated dating abuse"* - também designado como ciberabuso nas relações de intimidade ("*cyber dating abuse*"; Rocha-Silva et al., 2021) - trata-se de um fenónemo multidimensional, no qual se destavam diferentes tipologias abusivas: humilhação (e.g., sentimento de ser rebaixado(a), ridicularizado(a) e/ou desvalorizado(a) pelo parceiro/a), controlo/monitorização (e.g., verificar a localização do parceiro/a através das redes sociais), coerção (e.g., pressionar o parceiro a enviar conteúdos sexuais) e ameaças (e.g., ameaçaram, através das TIC, que se irá ferir fisicamente se o/a parceiro/a não cumprir o que lhe é pedido) (e.g., Brown et al., 2021; Fernet et al., 2019). Estes comportamentos podem ser perpetrados através de diferentes dispositivos digitais (desde tecnologias quotidianas a aplicações avançadas e sofisticadas), ocorrer em diferentes tipos de relações de intimidade (e.g., heterossexuais ou homossexuais, monogâmicas ou abertas, casuais ou sérias, de curta ou longa duração), em qualquer fase da relação (desde o namoro até ao pós-término) e em contextos tanto privados como sociais, com uma maior exposição pública (e.g., Fernet et al., 2019). Paralelamente, existem outros comportamentos de VFT como o *sexting*, que consiste na troca de conteúdos sexuais explícitos pelos dispositivos eletrónicos (Barroso et al., 2023), o *online grooming*, que consiste no aliciamento de menores por adultos, na tentativa de obtenção de material sexual (Machimbarrena et al., 2018) e ciberbullying, que é a agressão intencional e repetida através das

TIC (Machimbarrena et al., 2018). Estas formas de violência, embora distintas, partilham características comuns, como a dificuldade de deteção e a amplificação do dano pelos meios digitais.

Ser alvo de VFT significa experienciar este tipo de comportamentos abusivos de forma instantânea e assíncrona, além de ultrapassar quaisquer limites temporais e barreiras geográficas (Afrouz & Vassos, 2024). As vítimas podem ter dificuldades em identificar a violência, e a permanência do conteúdo digital – por exemplo, através da releitura de mensagens abusivas – aumenta o risco de revitimização (Hellevik et al., 2019). A ausência da presença física e o anonimato dos perpetradores podem, consequentemente, intensificar a desinibição comportamental, bem como a desindividualização das ações e a sensação de impunidade do perpetrador (e.g., "*online disinhibition effect",* (Suler, 2004)).

Apesar da VFT ser tipificada como crime em diversos países (e.g., Reino Unido, onde a legislação abrange as relações de namoro [GOV.UK, 2024]), continua a afetar uma proporção significativa de adolescentes a nível global.

Dados de Li et al. (2023), numa meta-análise de 25 estudos com adolescentes realizados nos EUA, Canadá e Europa entre 2013 e 2021, reportaram uma prevalência global de 36,9% para a vitimização (variação: 7–76%) e 24% para a perpetração (variação: 8–58%). Em Portugal, um estudo conduzido pela UMAR (2025) revelou que 66,3% dos jovens inquiridos sofreram violência no namoro, incluindo comportamentos de controlo (50,8%) e violência através das redes sociais (19,8%). De notar uma elevada legitimação desses mesmos comportamentos: controlo (63,6%) e da violência nas redes sociais (19,4%).

Os adolescentes vítimas de VFT apresentam uma maior probabilidade de se tornarem perpetradores desses comportamentos, e vice-versa, criando assim um ciclo de violência (Temple et al., 2016). Isto possivelmente ocorre como uma forma de retaliação e expressão emocional, na qual as vítimas recorrem a comportamentos agressivos contra o agressor e, porventura, os agressores podem posteriormente assumir o papel de vítima, resultado de alterações nas dinâmicas de poder e controlo na relação (Curry & Zavala, 2020). Quanto às taxas de vitimação e perpetração entre os géneros, diversos estudos não identificaram essas diferenças, sugerindo uma simetria na vitimação e perpetração da VFT em adolescentes (Li et al., 2023).

Nos domínios da Psicologia e da Criminologia, diferentes abordagens teóricas têm vindo a orientar alguns estudos empíricos que procuram compreender a vitimação e/ou perpetração de VFT em função de características individuais, familiares ou situacionais.

A Teoria das Atividades Rotineiras explica que a VFT ocorre a partir da convergência de três fatores: a presença de um ofensor motivado, um alvo vulnerável e a ausência de elementos protetores

eficazes. Van Ouytsel e colegas (2018) (*N* = 1.187, 16-22 anos) identificaram que, no contexto digital, os jovens que apresentam comportamentos de risco online encontram-se frequentemente em situações sem supervisão parental. Além disso, os resultados evidenciaram uma associação positiva entre o tempo que os adolescentes estão nas redes sociais e a probabilidade de serem vítimas de VFT.

Na Teoria da Aprendizagem Social (Akers et al., 1979), é enfatizada a influência de figuras de referência, como pais ou amigos, que podem influenciar o desenvolvimento do indivíduo. O estudo de Van Ouytsel e colegas (2020) (*N* = 1.187, 16-22 anos), identificou que os perpetradores de VFT tendem a associar-se a pares com atitudes semelhantes. Adicionalmente, os resultados demonstram que os adolescentes que percecionam comportamentos de controlo por parte dos pais, apresentam maior probabilidade de serem perpetradores de VFT.

O Modelo Ecológico (Bronfenbrenner, 1977) foi adaptado à prevenção da violência interpessoal por Dahlberg e Krug (2002) e propõe que a vitimação resulta da interação de fatores em diferentes níveis, desde os mais proximais até aos mais distais. Os fatores proximais, como experiências prévias de violência presencial e a exposição a múltiplas formas de violência, exercem um efeito cumulativo que aumenta significativamente a vulnerabilidade dos adolescentes (Wallace et al 2023). Contudo, fatores distais (e.g., características da comunidade ou bairro) mostraram uma menor predição da VFT sugerindo que a VFT é predominantemente moldada por contextos individuais e relacionais (Wallace et al., 2023).

A VFT apresenta um impacto multidimensional na vida das vítimas, manifestando-se em diversos domínios como a nível psicológico (e.g., ansiedade, *stress*, baixa auto-estima), a nível social (e.g., isolamento, redução do contacto social com os pares) e a nível pessoal (e.g., perda de autonomia, falta de auto-expressão)(Afrouz & Vassos, 2024; Hellevik, 2019; Torp Løkkeberg et al., 2023). Os comportamentos abusivos conferem, ainda à vítima um sentido de desconfiança, crítica e culpa que pode desencadear interpretações negativas sobre si mesmas (Hancock et al., 2017).

A violência perpetrada por parceiro íntimo através do uso das tecnologias pode ser difícil de ser identificada como vitimação por parte de terceiros, uma vez que o meio utilizado é de domínio pessoal e privado. No entanto, é preocupante notar que os jovens não conseguem reconhecer os sinais de VFT em relacionamentos íntimos*,* muitas vezes confundindo-os com demonstrações de amor ou de atenção (Lu et al., 2021) ou distinguir, no contexto *online,* quando a relação se transforma em controlo e monitorização abusiva (Temple et al., 2016). Concretamente, as mulheres mais jovens apresentam menor probabilidade de identificar sinais de abuso, como partilhar as *passwords* com o parceiro, comportamentos de monitorização, e de resistir aos mesmos (Afrouz & Vassos, 2024). Este fenómeno poderá ser explicado por diversos fatores, incluindo a necessidade percebida pelas mulheres de

monitorizar constantemente os seus companheiros como uma estratégia de manter e salvaguardar a relação (Stonard et al., 2017). Adicionalmente, a cultura associada às relações íntimas tende a tipificar os ciúmes e comportamentos possessivos por parte dos homens, interpretando-os frequentemente como indicadores positivos de afeto (em (Towler et al., 2020)).

Programas de prevenção

Os programas de prevenção podem ser categorizados conforme o momento em que são aplicados. A prevenção primária atua na população em geral, implementando medidas proativas para evitar o surgimento da violência. Na prevenção secundária, as iniciativas concentram-se nos indivíduos com fatores de risco identificados, e impede o desenvolvimento do problema. Por fim, a prevenção terciária ocorre após a manifestação do problema e foca-se em intervir para mitigar os impactos e prevenir a recorrência do problema (Centers for Disease Control and Prevention, 2004).

No contexto da violência no namoro presencial entre os adolescentes, Lee e Wong (2022) conduziram uma revisão sistemática e meta-análise sobre a eficácia dos programas de prevenção existentes. Contudo, esta revisão sistemática não contempla a VFT nem as suas especificidades, o que justifica a pertinência da presente revisão sistemática. Dessa revisão (Lee & Wong, 2022), é ainda possível inferir que alguns programas têm em conta os *bystanders* e o treino das competências associadas aos mesmos. O conceito de *bystander* refere-se a indivíduos que testemunham situações de violência sem serem a vítima nem o agressor (Casey et al., 2017). O modelo cognitivo-comportamental de Latané e Darley (1970) propõe que a ação dos *bystanders* depende da forma como o indivíduo perceciona o evento, interpreta a necessidade de intervir, assume a responsabilidade, decide como ajudar e por fim intervém de forma segura. Este modelo foi complementado pela Teoria do Comportamento Planeado, que sugere que os comportamentos são determinados pelas intenções dos indivíduos de intervir, as quais são influenciadas pelas atitudes, normas sociais e controlo comportamental percebido (Casey et al., 2017).

Relevância da atual revisão sistemática

A evidência empírica é consensual em destacar que VFT é prevalente e consequencial (Caridade et al., 2019), e que os programas de prevenção devem fornecer estratégias aos adolescentes para o uso seguro da *internet* e identificar os comportamentos abusivos perpetrados por este meio (Martinez-Soto et al., 2024).

Até ao momento, o estudo de Galende e colegas (2020) representa uma revisão sistemática dedicada a programas de VFT. Contudo, a sua análise restringe-se exclusivamente a programas de

prevenção universais, deixando uma lacuna no que diz respeito a programas com diferentes níveis de prevenção ou que são adaptados a subgrupos da população específicos, como adolescentes expostos a violência doméstica ou que foram vítimas dos mesmos comportamentos.

Face ao exposto, esta revisão sistemática procura analisar o conhecimento disponível sobre este tema, bem como identificar aspetos ainda por explorar, assim, responder às seguintes questões de investigação: a) que programas têm sido desenvolvidos?; b) quais são as principais caraterísticas concetuais e metodológicas?; c) em que medida os programas existentes demonstram eficácia na redução da vitimação e/ou perpetração?; e d) de que forma integram o papel dos *bystanders*?

A revisão contribui para a identificação de práticas promissoras e limitações persistentes nos programas. Estes contributos são essenciais para orientar futuras investigações, apoiar o desenvolvimento de programas mais eficazes e fundamentar a formulação de políticas públicas informadas e ajustadas.

Metodologia

A revisão sistemática seguiu as diretrizes *Preferred Reporting Items of Systematic Reviews and Meta-Analysis* (PRISMA) com recurso à *checklist* do PRISMA *Extension for Systematic Review* (Moher et al., 2010; Page et al., 2021) e foi registada na *OSF Registries*.(osf.io/hpjd8).

Estratégias de pesquisa

Considerando os múltiplos construtos utilizados para operacionalizar a VFT, foram incluídas as palvras-chaves pré-definidas com base na análise de Rocha-Silva et al. (2021): (*cyber** OR *technology** OR *digital* OR *internet* OR *online* OR *electronic*) AND ("*dating violence"* OR "*dating abuse*" OR "*dating aggression*" OR "*dating victimization*" OR "*dating perpetration*" OR "*intimate partner" OR "partner violence")* AND (*adolescent** OR *teen** OR *youth** OR *juvenile** OR *young** OR *minor** OR "*middle school student**" OR "*high school student**")* AND (*program** OR *prevention** OR *promotion** OR *evaluation** OR *intervention OR bystander**). Dois investigadores independentes consultaram as seguintes bases de dados: *Scopus, PubMed, Web of Science e APA PsycNet.* A pesquisa abrangeu todos os estudos disponíveis até dia 11 de novembro de 2024, inclusive, e restringiu-se a títulos, resumos e palavras-chave em português, espanhol e inglês. Paralelamente, esta pesquisa foi complementada por um procedimento de pesquisa manual (por exemplo, revisão bibliográfica de estudos relevantes).

Critérios de inclusão/exclusão

A seleção dos estudos respeitou os seguintes critérios de inclusão: a) estudos com uma população adolescente, com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos; b) estudos que abordam

VFT nas relações de intimidade; c) estudos que integram programas de prevenção; d) estudos de metodologia quantitativa, qualitativa ou mista; e) estudos publicados em Português, Inglês ou Espanhol.

Para que um artigo fosse excluído, deveria apresentar pelo menos um dos seguintes critérios: a) estudos com população adulta; b) estudos que não abordem a violência facilitada pelas tecnologias nas relações de intimidade; c) estudos que não integrem programas de prevenção, e d) revisões sistemáticas, artigos concetuais e artigos não publicados, literatura cinzenta, legislação, notícias, capítulos de livros.

Seleção dos artigos e extração dos dados

Os artigos selecionados foram importados para o *software Rayyan* (Ouzzani et al., 2016), tendo sido removidos os duplicados. Os títulos e resumos foram examinados por dois revisores independentes, que procederam à inclusão de possíveis estudos relevantes (1ª triagem). Posteriormente, leituras integrais foram realizadas por dois revisores independentes, para garantir que os critérios de inclusão fossem cumpridos (2.ª triagem). A incerteza ou desacordo nestas fases foi resolvida por consenso e, se não fosse possível tomar uma decisão, podia ser consultado um terceiro revisor independente. A Figura 1 apresenta o fluxograma PRISMA, detalhando as etapas de identificação, seleção, e elegibilidade dos estudos.

Os dados foram extraídos para uma tabela de *Excel*, para posterior análise, que incluiram: (a) identificação do estudo (e.g., autor(es), ano de publicação, país, *design* do estudo, objetivos principais); (b) características da amostra (e.g., número de participantes, género, idade); (c) características do VFT (e.g., tecnologia utilizada, número e área dos facilitadores) e (d) características do programa (e.g., duração do programa, foco dos *bystanders*, enquadramento teórico, instrumentos utilizados, nível de prevenção, questões éticas subjacentes, limitações do programa, número de sessões).

Qualidade Metodológica e Risco de Viés

A qualidade metodológica dos artigos selecionados e o risco de viés dos estudos incluídos foram verificados utilizando o *Mixed Methods Apraisal Tool* (MMAT; Hong et al., 2018), uma *checklist* que permite avaliar a qualidade de estudos com diferentes *designs* (e.g., qualitativos, quantitativos descritivos, métodos mistos). O processo de avaliação inclui duas questões de triagem e cinco critérios metodológicos. Cada um dos critérios pode ser classificado como "sim", "não" e "não sei dizer". Quando necessário, pode ser reportado um índice de qualidade global, que varia de 20% a 100% de critérios de qualidade cumpridos. Os estudos com maior classificação indicavam um baixo risco de enviesamento, enquanto uma menor qualidade metodológica traduzia um risco elevado de enviesamento. No caso do MMAT, a exclusão de estudos com baixa qualidade metodológica é geralmente desaconselhada.

Paralelamente, o grau de acordo entre os interavaliadores foi calculado através do coeficiente kappa de Cohen (k) que pode variar entre -1 e +1: < 0 indica ausência de concordância; 0,01-0,20 indica concordância nula ou ligeira; 0,21-0,40 indica concordância justa; 0,41-0,60 indica concordância moderada; 0,61-0,80 indica concordância substancial; 0,81-0,99 indica concordância quase perfeita, e 1 indica concordância perfeita (McHugh, 2012). O processo da avaliação de qualidade foi efetuado por dois revisores independentes. Incertezas e desacordos nestas fases foram resolvidos por consenso e, quando não foi possível tomar uma decisão, um terceiro investigador independente foi consultado.

Resultados

Da pesquisa nas bases de dados resultaram 2.065 artigos, dos quais 624 eram duplicados e foram consequentemente eliminados. Assim, 1.441 artigos foram selecionados, com base no título e resumo, para a análise da elegibilidade. Desta análise, 1.424 artigos foram excluídos porque os critérios de inclusão não foram cumpridos e assim, 17 estudos foram selecionados para a leitura integral. Desta leitura, 14 artigos foram incluídos e três eliminados pelos seguintes motivos: o estudo não abordou violência no namoro facilitada pelas tecnologias, o estudo avaliava a eficácia e aceitação do programa ou o estudo focava na perceção dos participantes sobre o programa. Em adição aos 14 artigos incluídos a partir das bases de dados, um estudo foi adicionado através da pesquisa manual pelas bases de dados. Em suma, 15 estudos foram incluídos nesta revisão e os dados foram extraídos de cada um deles encontram-se na Tabela 2. Os estudos incluídos foram assinalados com um "*" na secção de referências.

Avaliação da qualidade e risco de viés

Predominantemente, os estudos apresentaram uma metodologia quantitativa aleatória (n = 11) (e.g., Foshee et al., 2015), seguido de quatro estudos quantitativos não aleatórios (n = 4) (e.g., Miller et al., 2015). A avaliação da qualidade revelou que três estudos atenderam a 100% dos critérios de qualidade (e.g., Calvete et al., 2023; Miller et al., 2015), oito estudos atenderam a 80% desses critérios (e.g., Peskin et al., 2019; Rothman et al., 2020) e três estudos atenderam a 60% desses critérios (e.g., Abebe et al., 2018). Os critérios que resultaram em avaliações globais mais reduzidas incluíram a ausência de comparação na *baseline,* a falta de avaliadores "cegos" em relação à intervenção, dados incompletos, os fatores de *confounding* não foram tidos em conta na análise e a intervenção não ocorreu como o previsto. O índice de acordo revelou uma concordância perfeita entre os revisores de 1. A avaliação detalhada de qualidade de cada critério e o índice de qualidade global dos estudos incluídos estão representados na Tabela 1.

Ano de publicação e localização geográfia dos artigos

Os estudos foram publicados entre o ano de 2015 e 2024. Os anos com mais estudos publicados foram 2023 e 2018 (n = 3) (e.g., Abebe et al., 2018; Rizzo et al., 2018, 2023; Weber et al., 2023), seguido dos anos 2015, 2020, 2024, com o mesmo número de artigos (n = 2) (Fernández-González et al., 2020; Foshee et al., 2015; Jaureguizar et al., 2024; Miller et al., 2015; Ortega-Barón et al., 2024; Rothman et al., 2020). A maior parte dos estudos foi conduzida nos Estados Unidos da América (n = 9), seguindo-se na Europa, mais concretamente em Espanha (n = 5).

Características da amostra

Os estudos abrangeram 15 amostras independentes, uma vez que, dois recorreram à mesma amostra (Foshee et al., 2015, 2016). O tamanho das amostras variou entre os 109 (Rizzo et al., 2018) e 1.764 participantes (Sánchez-Jiménez et al., 2017). A idade dos participantes variou entre os 11 anos (e.g., Peskin et al., 2019) e os 19 anos (e.g., Rothman et al., 2020).

A maioria das amostras era mista em termos do género, com uma distribuição equitativa entre rapazes e raparigas, conforme é possível observar pela percentagem de distribuição do género mais predominante. De notar, que alguns artigos adotaram a terminologia género enquanto outros recorreram à designação sexo. Alguns estudos apresentam uma amostra constituindo apenas por um género, como Rizzo et al. (2018), exclusivamente com raparigas, e Abebe et al. (2018), com rapazes. No âmbito da representação de género em contextos de VFT, dois programas adotaram uma abordagem neutra, seja através da representação equilibrada de rapazes e raparigas como potenciais agressores (e.g., Jaureguizar et al., 2024), seja mediante a utilização de linguagem neutra nos materiais do programa (e.g., Peskin et al., 2019).

No que diz respeito à origem étnica, quatro programas apresentaram uma diversidade cultural na sua amostra de participantes (e.g., Rothman et al., 2020) e outros quatro incluíram diversidade sobre a orientação sexual dos participantes (e.g., Calvete et al., 2023). No que concerne ao nível económico, cinco programas incluíram na amostra participantes de níveis socioeconómicos diferentes (e.g., Foshee et al., 2015) e um programa, incluiu participantes tanto de áreas urbansa como rurais (e.g., Calvete et al., 2023).

Os participantes foram maioritariamente recrutados em escolas, embora alguns estudos tenham considerado outros contextos, como tribunais de família (Rizzo et al., 2023) e hospitais (Rothman et al., 2020). No âmbito da representação de género, dois programas adotaram uma abordagem neutra, seja através da representação equilibrada de rapazes e raparigas como potenciais agressores (e.g., Jaureguizar et al., 2024), seja mediante a utilização de linguagem neutra nos materiais do programa (e.g., Peskin et al., 2019). Alguns estudos apresentavam ainda critérios de inclusão específicos, como o

histórico de violência no namoro (Rizzo et al., 2018) ou exposição à violência doméstica (Foshee et al., 2016).

Caracterização dos programas de prevenção

Os programas abordaram a VFT, sendo que alguns integraram outros tipos de comportamentos de violência presencial e *online*. Por exemplo, no programa *Health Care–Based Brief Intervention* (Rothman et al., 2020), a perpetração de VFT foi analisada a partir do comportamento de invasão de privacidade através do e-mail ou telemóvel da vítima. Noutra medida, comportamentos de violência no namoro como ciberbullying (*n* = 4; e.g., Ortega-Barón et al., 2024), *sexting* (*n* = 3; e.g., Calvete et al., 2023), aliciamento online (*n* = 2; e.g., Ortega-Barón et al., 2021), invasão de privacidade (*n* = 2; e.g., Rothman et al., 2020), sexismo (*n* = 1) (Jaureguizar et al., 2024), interação sexual com adultos (*n* = 1; Calvete et al., 2023) e abuso sexual *online* (*n* = 1; Abebe et al., 2018) foram igualmente analisados.

A maioria dos programas foi implementado em formato presencial (*n* = 13), com um programa aplicado em regime híbrido (Sánchez-Jiménez et al., 2018) e outro em regime *online* (Calvete et al., 2023). Predominou a abordagem grupal (*n* = 9), embora tenham sido identificadas intervenções individuais (*n* = 4) e modelos híbridos (*n* = 2). Um dos programas consistia no envio de panfletos educativos para casa, sendo aplicado pelas mães dos adolescentes.

Quanto à duração, os programas variaram entre uma única sessão (e.g., Rothman et al., 2020) e intervenções até 16 sessões (e.g., Ortega-Barón et al., 2024). A distribuição mais frequente concentrou-se em programas com 6 sessões (*n* = 5; e.g., Abebe et al., 2018; Foshee et al., 2015; Rizzo et al., 2023), seguido por programas de sessão única (*n* = 3). Apenas um estudo forneceu dados sobre o custo-efetividade (Weber et al., 2023).

Relativamente à avaliação longitudinal dos programas, dos 11 estudos com *follow-up*, verificou-se uma predominância de avaliações a curto e médio prazo (1 a 12 meses), sendo os *follow-ups* de 6 meses os mais frequente (*n* = 3). Alguns estudos incluíram múltiplos momentos de avaliação, como 1 semana, 3 meses e 6 meses (Calvete et al., 2023) ou 3, 6 e 9 meses (Rizzo et al., 2018).

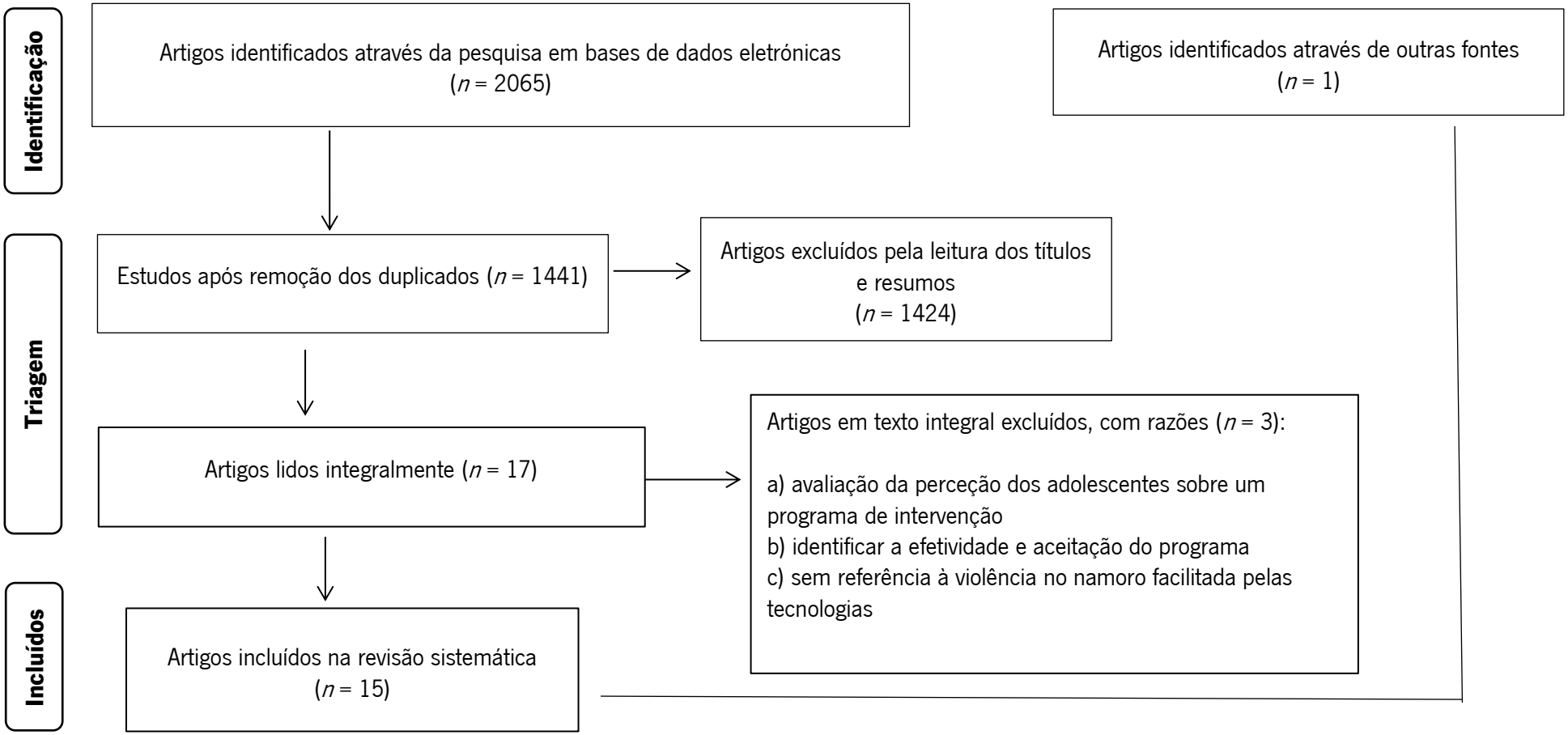
Os programas focaram-se maioritariamente na prevenção primária (*n* = 10). No entanto, também foram identificados programas de prevenção terciária (n = 4), como *Growth Mindset and Self-Affirmation* de Calvete et al. (2023), dirigido a participantes com histórico de vitimação de VFT, e o *Date SMART* (Rizzo et al., 2018), que exigia que os adolescentes tivessem sido vítimas e/ou perpetradores de violência física, medida a partir da utilização do CADRI. Um estudo integrou uma abordagem de prevenção secundária, envolvendo adolescentes expostos à violência doméstica (Foshee et al., 2016).

Os programas foram implementados por diferentes facilitadores, sendo mais frequente a implementação pelos próprios investigadores (*n* = 3) ou em conjunto com professores (*n* = 3). Dois dos programas foram implementados exclusivamente por professores, enquanto noutros os facilitadores foram funcionários do tribunal (Rizzo et al., 2023) ou as mães dos adolescentes (*n* = 2).

As teorias mais frequentemente utilizadas nos programas foram a Teoria do Comportamento Planeado (*n* = 3), Aprendizagem social/emocional (*n* = 3) e Teoria Cognitivo-Comportamental (*n* = 3). Seguem-se, a Teoria Cognitivo-social (*n* = 2), a Co-construção social (*n* = 2), Teoria do Empowerment (*n* = 2), Modelo do Risco Acumulado (*n* = 2) e o Modelo socioecológico (*n* = 2). Por fim, foi utilizado o Modelo das Fases das Mudanças (*n* =1), a Teoria da Inteligência Múltiplas (*n* = 1), Teoria Incremental da Personalidade (*n* = 1), a Teoria das Normas Sociais (*n* = 1), Teoria da Ação Fundamentada (*n* = 1), Teoria do Género e do Poder (*n* = 1), Modelo de sistemas dinâmicos e desenvolvimento (*n* = 1), Teoria das repercussões/efeitos, estratégias de auto-afirmação (*n* = 1), estratégias de Growth-Mindest (*n* = 1) e a utilização do conceito de resiliência (*n* = 1). Importa salientar que um mesmo artigo pode integrar múltiplas teorias ou modelos associados ao programa.

Figura 1

Fluxograma do processo da revisão sistemática da literatura.



Nota: Adaptado de Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. Journal of Clinical Epidemiology, 134, 178–189. https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2021.03.001

Tabela 1

Avaliação da qualidade metodológica dos estudos incluídos

Autores	Triagem[1]		Quantitativo – Aleatório (RCT)[2]					Quantitativo Não-aleatório[3]					Qualidade[4]
	Q1	Q2	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	
Miller et al. (2015)	Sim	Sim	-	-	-	-	-	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	*****
Ortega-Báron et al. (2021)	Sim	Sim	-	-	-	-	-	Sim	Sim	Sim	Não	Não	***
Ortega-Báron et al. (2024)	Sim	Sim	-	-	-	-	-	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	*****
Jaureguizar et al. (2024)	Sim	Sim	-	-	-	-	-	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	****
Abebe et al. (2018)	Sim	Sim	Sim	Sim	Não sei	Não	Sim	-	-	-	-	-	***
Calvete et al. (2023)	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	-	-	-	-	-	*****
Fernández-González et al. (2020)	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	-	-	-	-	-	****
Foshee et al. (2016)	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	****
Foshee et al. (2015)	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	****
Peskin et al. (2019)	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	****
Rizzo et al. (2023)	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	****
Rizzo et al. (2018)	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	***
Rothman et al. (2020)	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	****
Sánchez-Jiménez et al. (2018)	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	****
Weber et al. (2023)[5]	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Não	Sim	-	-	-	-	-	****

Nota:

[1] Questões de triagem. Q1 = As questões de investigação são claras?; Q2 = Os dados recolhidos permitem abordar a questão de investigação?.

[2] Quantitativo aleatório. Q1 = A aleatorização é efetuada de forma adequada?; Q2 = Os grupos são comparáveis na *baseline*?; Q3 = Existem dados completos sobre os resultados?; Q4 = Os avaliadores dos resultados são cegos em relação à intervenção efetuada?; Q5 = Os participantes aderiram à intervenção?

[3] Quantitativo não aleatório. Q1 = Os participantes são representativos da população-alvo?; Q2 = As medições são adequadas tanto em relação ao resultado como à intervenção?; Q3 = Existem dados completos sobre os resultados?; Q4 = Os fatores de confounding são tidos em conta na conceção e na análise?; Q5 = Durante o período do estudo, a intervenção é administrada (ou a exposição ocorre como previsto?

[4] Índice de qualidade. 1*20% dos critérios de qualidade cumpridos; 2** ou 40% dos critérios de qualidade cumpridos; 3*** ou 60% dos critérios de qualidade cumpridos; 4**** ou 80% dos critérios de qualidade cumpridos; 5***** ou 100% dos critérios de qualidade cumpridos.

[5] Weber et al. (2023) baseia-se diretamente no ensaio clínico RCT previamente avaliado (Peskin et al., 2019), utilizando a mesma amostra, intervenção e medidas de resultados para realizar uma avaliação económica do programa. Como tal, a avaliação da qualidade do MMAT está ligada ao design original do ensaio.

Tabela 2

Caracterização dos estudos incluídos na revisão sistemática (n= 15)

Autor(es), ano de publicação	País de publicação	Características da amostra (N, género, faixa etária)	Tipo de VFT	Formatos de aplicação, números de sessões	Nível de Prevenção
Ortega-Báron et al. (2024)	Espanha	*N* = 726, raparigas 395 (54,4%), 11-14	Aliciamento *online; sexting; cyberbullying*	Grupo, 16 sessões	Primária
Jaureguizar et al. (2024)	Espanha	*N* = 409, rapazes = 220 (53,8%), 12-17	-	Grupo, 12 sessões	Primária
Calvete el al. (2023)	Espanha	*N* = 1086, raparigas = 590 (54,3%), 11-18	*Sexting, Cyberbullying;* Interação sexual com adultos	Grupo, 1 sessão	Terciária
Rizzo et al. (2023)	Estados Unidos da América	*N* = 240, raparigas = 240 (100%), 14-18	-	Grupo, 6 sessões	Primária
Weber et al. (2023)	Estados Unidos da América	*N* = 709, raparigas = 372 (52,5%), 11-14	-	Mista, 13 sessões	Primária
Ortega-Barón et al. (2021)	Espanha	*N* =165, raparigas = 102 (61,8%), 11-14	*Sexting;* Aliciamento *online; cyberbullying*	Grupo, 16 sessões	Primária
Rothman et al. (2020)	Estados Unidos da América	*N* =172, raparigas = 147 (85,5%), 15-19	Invasão de Privacidade	Individual, 1 sessão	Terciária

Autor(es), ano de publicação	País de publicação	Características da amostra (N, género e faixa etária)	Tipo de VFT	Formatos de aplicação, números de sessões	Nível de Prevenção
Fernández-González et al. (2023)	Espanha	*N* = 123, raparigas = 66 (53,6%), 13-17	-	Individual, 1 sessão	Primária
Peskin et al. (2019)	Estados Unidos da América	*N* = 709, raparigas = 372 (52,4%), 11-14	-	Mista, 13 sessões	Primária
Sánchez-Jiménez et al. (2018)	Espanha	*N* = 1764, rapazes = 918 (52%), 11-19	-	Grupo, 7 sessões	Primária
Rizzo et al. (2018)	Estados Unidos da América	*N* = 109, raparigas = 109 (100%), 14-17	*Cyberbullying*	Grupo 6 sessões	Terciária
Abebe et al. (2018)	Estados Unidos da América	*N* = 866, rapazes = 866 (100%), 13-19	Abuso sexual *online*	Grupo, 6 sessões	Primária
Foshee et al. (2016)	Estados Unidos da América	*N* = 409, rapazes = 147 (36%), 12-15	-	Individual, 6 sessões	Secundária
Foshee et al. (2015)	Estados Unidos da América	*N* = 409, rapazes = 147 (36%), 12-15	Invasão de Privacidade	Individual, 6 sessões	Terciária
Miller et al. (2015)	Estados Unidos da América	*N* = 1517, raparigas = 758 (49,9%), 11-14	-	Grupo, 12 sessões	Primária

Resultados principais

Identificaram-se 11 programas de prevenção cujos principais resultados são descritos adiante e sintetizados na tabela 3.

Safety.Net (Ortega-Barón et al., 2024; 2021)

Relativamente à vitimação da VFT, verificou-se um aumento em ambos os grupos, mas com um aumento menos acentuado no grupo intervenção e sobre a perpetração da VFT, não houveram efeitos significativos. No estudo realizado em 2021, houve ainda uma diminuição da vitimação de VFT.

Além disso, observou-se um aumento menos acentuado no *sexting* consensual, entre parceiros, amigos ou alguém que conheceram somente *online*, em comparação com o grupo de controlo. O programa *Safety.Net* demonstrou eficácia na redução da cibervitimação entre pares, na solicitação de interações sexualizadas com adultos, e na redução da vitimação de aliciamento *online*.

CDA-STOP (Jaureguizar et al., 2024)

O CDA-STOP não apresentou efeitos significativos na vitimação de VFT nem na perpetração da VFT. Além disso, o programa contribui para a diminuição do sexismo, com uma redução significativa no grupo experimental. Verificou-se ainda uma diminuição dos mitos sobre o amor, em ambos os grupos no pós-teste, sendo o efeito mais acentuado no grupo experimental. Por fim, observou-se um aumento da perceção dos riscos online no grupo experimental, sem diferenças no grupo controlo.

Growth Mindset Intervention (Calvete et al., 2023)

Este programa não demonstrou efeitos na VFT entre adolescentes, apresentando apenas efeitos noutros comportamentos analisados.

Entre adolescentes **com** histórico de vitimação, observou-se um aumento mais acentuado do *sexting* no grupo experimental. Quanto às interações sexuais com adultos, verificou-se um auemnto, embora não significativo. Relativamente às agressões *online* entre pares, registou-se uma inclinação negativa no grupo controlo, sem diferenças entre os grupos.

Entre os adolescentes **sem** histórico de vitimação, o programa preveniu o aumento do *sexting* uma vez que o declive foi positivo em ambos os grupos, mas mais elevado no grupo controlo. Nas interações sexuais com adultos, o declive foi positivo apenas no grupo controlo. No que concerne ao *sexting,* o declive foi positivo em ambos os grupos, embora mais elevado no grupo controlo.

Date SMART (Rizzo et al., 2023; 2018)

O programa impactou positivamente a VFT, sem discriminação específica dos efeitos ao nível da vitimação ou perpetração dos comportamentos. O *Date SMART* apresentou efeitos significativos na redução da violência emocional e/ou verbal e violência física e/ou sexual. Além disso, verificou-se uma diminuição na perpetração de violência emocional e/ou verbal, sem efeitos significativos na diminuição da perpetração física e/ou sexual.

Em 2018, o *Date SMART* apresentou efeitos na violência sexual e nos comportamentos de controlo *online*. Outros efeitos incluíram a diminuição da aceitação da violência no namoro aos 3 meses; e aos 9 meses, e aumento do conhecimento sobre HIV aos 3 meses e aos 9 meses.

Brief Intervention Based on and Incremental Theory of Personality (Fernández-González et al., 2020)

No caso de vitimação, os resultados não foram significativos, quer na forma tradicional, quer na *online.* A interação entre o tempo e a condição revelou-se estatisticamente significativa para a pontuação total da perpetração da violência, tanto presencial como *online*. A perpetração de comportamentos agressivos contra o parceiro diminui entre o pré-teste e o *follow-up* de 1 ano nos participantes do grupo experimental.

HealthCare-Based Brief Intervention (Rothman et al., 2020)

O programa revelou efeitos globais na perpetração da VFT e, especificamente efeitos no sexo masculino, em relação a qualquer violência, violência física e VFT. Verificaram-se efeitos positivos aos 3 meses, com redução da VFT e na violência psicológica. Além disso, a intervenção estava associada a uma diminuição da perpetração de qualquer violência no namoro entre os rapazes, mas não entre as raparigas. Aos 6 meses, observou-se uma redução na perpetração de qualquer forma de violência no namoro. Importa salientaar que os efeitos foram mais pronunciados em participantes do sexo masculino, sugerindo diferenças de género na resposta à intervenção.

Dat-e Adolescence (Sánchez-Jiménez et al., 2018)

O programa *Dat-e Adolescence* demonstrou um aumento da vitimação de VFT, diminuição da vitimação de violência psicológica e física. Relativamente à perpetração, verificou-se uma redução da perpetração de VFT e de violência psicológica e física. Ademais, apresentou efeitos adicionais, incluindo a diminuição da aceitação de mitos sobre as relações amorosas, o aumento da confiança na autoregulação da raiva e efeitos sobre a autodepreciação, mas não sobre a autoconfiança.

Me & You (Peskin, et al., 2019; Weber et al., 2023)

Neste programa, não foram encontrados efeitos significativos, em específico na perpetração e vitimação da VFT.

Adicionalmente, não se verificaram diferenças significativas na probabilidade de vitimação de violência no namoro nos participantes. Por outro lado, a probabilidade de os participantes perpetrarem violência no namoro foi menor no grupo de intervenção do que no grupo controlo. O *Me & You* reduziu significativamente a vitimação da violência sexual. Ao nível da perpetração, observou-se uma diminuição na violência física, no uso de ameaças e na violência psicológica.

Manhood 2.0 (Abebe et al., 2018)

A aplicação do *Manhood 2.0* previu efeitos positivos em três dimensões principais: a redução da violência, com uma diminuição esperada dos casos de violência sexual e física, cujo efeitos se projetavam como estáveis após 9 meses; aumento de intervenções positivas dos *bystanders*, e uma mudança nas atitudes relativas aos papéis de género, sugerindo que intervenções focadas em masculinidade saudável podem ser eficazes na prevenção da violência.

Moms and Teens for Safe Dates (Foshee et al., 2015, 2016)

O programa revelou-se particularmente eficaz para adolescentes com elevada exposição à violência doméstica, reduzindo a vitimação da violência psicológica e física. Na perpetração, verificou-se uma diminuição na violência psicológica e da VFT, com efeitos moderados pela exposição prévia à violência doméstica.

No artigo de 2016, os resultados evidenciaram efeitos indiretos na vitimação e perpetração psicológica apenas entre adolescentes com maior exposição a violência doméstica, bem como um efeito indireto na perpetração de VFT mediado pela aceitação da violência do namoro quando a exposição era elevada.

Start Strong Initiative (Miller et al., 2015)

O programa *Start Strong Initiative* não apresentou efeitos na vitimação e perpetração da VFT entre os adolescentes.

A curto prazo e ao longo do tempo (interação grupo-tempo), o programa aumentou o apoio e satisfação nas relações, além de reduzir a aceitação da violência no namoro e os estereótipos de género no grupo experimental. A longo prazo, observou-se uma diminuição na aceitação da violência no namoro e nos estereótipos de género.

Bystanders

Apenas um estudo abordou o papel dos *bystanders*, revelando uma lacuna significaiva nesta área. O programa *Manhood 2.0* (Abebe et al., 2018), teve como objetivo secundário capacitar os jovens para intervir quando testemunhassem comportamentos abusivos.

Tabela 3

Resultados dos programas analisados

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
Safety.Net (Ortega-Barón et al., 2024)	(ANOVA 2x2) Violência online (F (1, 79) = 3,78, *p* = .05) Cibervitimação pelos pares (F (1, 719) = 12,10, *p* = .001)	Sexting – aumento menos acentuado em comparação com o grupo controlo (F (1, 692) = 3,20, *p* = .01)	**X**	**X**	**X**	Diminuição dos comportamentos de risco online como solicitação sexual com adultos (F (1, 698) = 4,23, *p* = .01)
CDA-STOP (Jaureguizar et al., 2024)	**X**	**X**	**X**	**X**	**X**	(ANOVA, significância e efeito) Redução de sexismo (F (6, 335) = 2,43, *p* = .026, $\eta 2$ = .04), Mitos sobre o amor (F (1, 340) = 26,18, *p* < .001, $\eta 2$ = .07) Perceção dos riscos online F (1, 340) = 10.34, *p* = .001, $\eta 2$ = .03)

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
Growth Mindset Intervention (Calvete et al., 2023)	**X**	**X**	**X**	**X**	**X**	Interação sexual com adultos – aumento apenas no grupo controlo (controlo: 0.02, $t = 3,46$, $p = .001$; experimental: -0.012, $t = -0,75$, $p = .456$; teste de diferença de inclinação: t = 3,69, $p < .001$). *Sexting* – atenuou o aumento no grupo experimental (controlo: 0,079, $t = 6,55$, $p < .001$; experimental: 0.039, $t = 6,42$, $p < .001$; teste de diferença do declive: $t = 2,255$, $p = .024$). Agressão *online* dos pares- atenuou o aumento (controlo: 0.043, $t = 6,06$, $p < .001$; experimental: 0,018, $t = 2,60$, $p < .001$; teste de diferença de declive: $t = 3,70$, $p < .001$

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
Date SMART (Rizzo et al., 2023)	(Modelos lineares generalizados) Violência emocional/verbal (Cohen's *d* = 0.51) Violência sexual (Cohen's *d* = 0.35)	**X**	Violência emocional (Cohen's *d* = 0.51)	**X**	**X**	Violência *online* (sem especificar) (Cohen's *d* = 0.28)
Safety.Net (Ortega-Barón et al., 2021)	(ANOVA 2x2) Aliciamento *online* com efeito do tempo (η2 = 0.03) e interação grupo x tempo (η2 = 0.04) Vitimação *online* com efeito no tempo (η2 = 0.08) e efeito do grupo (η2 = 0.01)	**X**	**X**	**X**	**X**	Sem efeito na violência *online* e no *sexting*

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
Brief Intervention Based on Incremental Theory of Personality (Fernández-González et al., 2020)	**X**	**X**	(Modelo hierárquicos HLM 6.0) Violência presencial na interação tempo x condição (b = -0.11, p = .017) Violência *online* na interação tempo x condição (b = -0.07; p = .036)	**X**	**X**	O tamanho do efeito comparando as pontuações médias nas mudanças da perpetração foi de • 0.34 na *baseline* para 6 meses • 0.68 da *baseline* para o acompanhamento de 1 ano. Nos casos de vitimação, os resultados não foram significativos em nenhuma forma de violência.

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
HealthCare-Based Brief Intervention (Rothman et al., 2020)	**X**	**X**	(Equações de estimativa generalizada) Efeitos aos 3 meses na violência *online* (RR=0,39) e violência psicológica (RR=0.24) Diferença em qualquer tipo de perpetração aos 6 meses (RR = 0.13)	**X**	**X**	Efeitos maiores nos participantes rapazes comparativamente com as raparigas

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
Dat-e Adolescence (Sánchez-Jiménez et al., 2018)	Vitimação psicológica (71% - 68,8%) Vitimação física (15.36% - 11,7%)	Vitimação *online* (17% - 18%)	Agressão psicológica (73% - 65,9%) Agressão Física (13,2% - 10,6%) Agressão *online* (16,5% - 15,7%)	**X**	**X**	Redução da aceitação de mitos sobre as relações amorosas (efeito variou entre -0.84 e -0.56). Aumento na confiança da auto-regulação (Cohens's *d* = -.19) e impacto positivo na auto-depreciação (Cohen's *d* = -,15).
Me & You (Peskin et al., 2019) (Weber et al., 2023)	Violência sexual (AOR = 0.32, IC95%= 0.11)	**X**	(Estatística de Wald) Violência física (AOR = 0.35, IC95%= 0.19) Ameaças (AOR = 0.33, IC95%= 0.15) Violência psicológica (AOR = 0.62; IC 95% = 0.41)	**X**	**X**	Não houve efeitos significativos na perpetração de violência *online* e sexual e alguns tipos de vitimação (e.g., física, psicológica)

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
Manhood 2.0 (Abebe et al., 2018)	**X**	**X**	(Modelos Lineares Mistos) Prevê uma diminuição da violência sexual e violência nas relações 9 meses após o programa	**X**	Prevê um aumento dos comportamentos positivos de *bystanders*	Prevê uma mudança nas atitudes de género, reconhecimento dos comportamentos abusivos
Date SMART[1] (Rizzo et al., 2018)	(Modelos lineares generalizados) Violência sexual (Cohen's d = -0.67, p < .05) Comportamentos de controlo *online* (Cohen's d = -0.52, p < .05)				**X**	Redução da aceitação da violência no namoro aos 3 meses (Cohen's d= -0.18, p < .05) e 9 meses (Cohen's d= -0.31, p < .05) Aumento do conhecimento sobre o HIV aos 3 meses (Cohen's d = 0.43, p < .05) e 9 meses (Cohen's d = 0.34, p < .05)

[1] O resultado da aplicação do programa não distingue a perpetração e vitimação dos resultados dos questionários utilizados para efetuar as devidas análises estatísticas

Designação do Programa	Redução da Vitimação	Aumento da Vitimação	Diminuição da Perpetração	Aumento da Perpetração	*Bystanders*	Outros efeitos
Moms and Teens for Safe Dates (Foshee et al., 2015) (Foshee et al., 2016)	(Cohen) Violência psicológica em adolescente com elevada exposição à violência doméstica (*b* = -0,8311, *p* = .016) Violência física em adolescentes com elevada exposição à violência doméstica (*b* = -0,4066, *p* = .051)	**X**	Violência psicológica em adolescentes com elevada exposição à violência doméstica (*b* = -0,9394, *p* = .001) Violência *online* em adolescentes com elevada exposição à violência doméstica (*b* = -0,3879, *p* = .034)	**X**	**X**	Efeitos foram moderados pela quantidade de exposição dos adolescentes à violência doméstica – maior exposição, maior o efeito

						(Modelo de crescimento longitudinal)
Start Strong Initiative (Miller et al., 2015)	**X**	**X**	**X**	**X**	**X**	A curto-prazo para o apoio (b = 0.19, p < .05), satisfação (b = 0.18, p < .05) nas relações de namoro e diminuição da aceitação da violência no namoro (b = -0.15, p < .01). A longo-prazo para a diminuição da aceitação de violência no namoro (b = −0.03, p < .01 e diminuição dos estereótipos de género (b = −0.08, p < .05).

Discussão

A presente revisão sistemática procurou analisar os programas de prevenção da VFT em adolescentes, nomeadamente examinar as suas características conceptuais e metodológicas, verificar a eficácia e explorar o papel dos bystanders.

Em Portugal, ao analisar a prevalência das diversas tipologias da VFT numa amostra de jovens, verificou-se que uma parte significativa dos participantes relatou ter sido vítima (38,2%) e/ou ter praticado (43,3%) algum tipo de comportamento de controlo (Caridade et al., 2020). Esta forma de violência, que engloba comportamentos como a partilha não consentida de conteúdos íntimos e o controlo digital, está associada a consequências graves, incluindo depressão, ansiedade e a normalização de dinâmicas abusivas (Hancock et al., 2017; Torp Løkkeberg et al., 2023). Apesar da sua relevância, a investigação sobre os programas de prevenção focados na VFT ainda é escassa.

A presente revisão sistemática constitui um contributo pioneiro na análise e caracterização de programas de prevenção direcionadas à violência no namoro facilitada pelas tecnologias em adolescentes, com foco em vítimas, perpetradores e *bystanders*.

Uma das principais conclusões deste estudo reside na escassez de investigação dedicada especificamente à VFT, evidenciada pela inclusão de apenas 11 programas (15 artigos) nesta revisão sistemática, muitos dos quais abordam o tema de forma genérica ou pouco aprofundada. Estes resultados destacam a necessidade de um maior reconhecimento científico e de investimento em intervenções direcionadas, capazes de contemplar as particularidades da violência facilitada pelas tecnologias.

Além da escassez de investigação, o interesse da comunidade científica por esta temática é relativamente recente, com uma grande parte dos estudos a serem publicados a partir de 2020. Este crescimento coincide com o período da pandemia COVID-19, que não apenas limitou a implementação presencial dos programas junto dos adolescentes, como também acelerou significativamente a adoção das TIC entre adolescentes. Este fenómeno insere-se numa transformação tecnológica nos últimos anos, que redefiniu profundamente os padrões de comunicação e interação social, com as redes sociais assumiram um papel central na socialização dos adolescentes (Galende et al., 2020).

Adicionalmente, constata-se uma predominância de estudos originários dos Estados Unidos da América e da Espanha, o que pode ser explicado por múltiplos fatores, como o destaque do desenvolvimento tecnológico nestes países ou, eventualmente uma maior consciencialização para estas problemáticas ou, uma maior sensibilização social e institucional, refletida no financiamento e nas

políticas públicas direcionados para o desenvolvimento de programas de prevenção nesta área. De facto, os Estados Unidos da América demonstraram ser um dos pioneiros na investigação da VFT.

Os estudos analisados apresentam uma distribuição equitativa quanto ao género dos participantes, incluindo também estudos com foco exclusivo no género masculino ou género feminino. Esta distribuição reflete uma abordagem inclusiva na prevenção da VFT, alinhando-se com os dados de prevalência que indicam não existirem diferenças significativas na perpetração entre géneros (Temple et al., 2016). Ademais, o programa *Health Care-Based Brief* demonstrou efeitos mais expressivos nos participantes masculinos, enquanto o *Me & You* reduziu a vitimação sexual entre as mulheres. Contudo, salienta-se a necessidade do desenvolvimento de programas que considerem uma perspetiva diferenciada por género, tendo em conta as distintas manifestações da violência. Por exemplo, mulheres mais jovens são menos propensas a identificar sinais de abuso, como a partilha de *passwords* com o parceiro, comportamentos de monitorização, bem como a resistir a esses mesmos comportamentos (Afrouz & Vassos, 2024).

A maioria dos programas analisados foi implementada em formato presencial e grupal, predominantemente em contextos escolares. Esta abordagem está alinhada com as evidências científicas que demonstram que as intervenções presenciais em ambiente escolar constituem estratégias particularmente eficazes para alcançar o maior número de adolescentes (Temple et al., 2013). A predominância da aplicação dos programas em formato grupal reforça o papel da aprendizagem social e da influência dos pares nos comportamentos de violência no namoro. Por exemplo no *Brief Incremental Theory* foi possível modificar as crenças do grupo relativamente à violência no namoro. Contudo, a menor eficácia observada nos contextos digitais sugere a necessidade de desenvolver modelos específicos e adaptados para o ambiente digital, como, mecanismos de denúncia de comportamento abusivo nas redes sociais.

Relativamente ao número de sessões, verificou-se uma variação, sendo a modalidade de seis sessões a mais frequente, existindo também programas de 12, 13 e 16 sessões. Estes dados corroboram parcialmente as recomendações de alguns autores, que sugerem 10 e 12 sessões como o intervalo que melhor otimiza a eficácia das intervenções (Genovés & Tello, 2009). Contudo, é importante que o número de sessões seja adaptado ao nível de complexidade dos conteúdos e à população-alvo do programa, de modo a aumentar a adesão e prevenir *drop-outs,* uma vez que adolescentes podem ser mais propensos à fadiga ao longo da intervenção (Lee & Wong, 2022).

De forma geral, os estudos demonstram que as avaliações pós-testes imediatas tendem a revelar ganhos substanciais em termos de aquisição de conhecimentos pelos adolescentes, quando comparadas

com *follow-up* realizados em períodos mais longos (Lee & Wong, 2022). O intervalo de 6 meses surge como o mais comum nos estudos analisados, embora alguns tenham optado por um *follow-up* em períodos mais curtos, como 1 semana ou 1 mes após a aplicação do programa. Esta prática é recomendadável, uma vez que permite identificar os efeitos a curto prazo, sem descartar a importância de um acompanhamento mais prolongado que permita avaliar a longevidade dos efeitos da intervenção.

Os programas de prevenção primária destacam-se pela capacidade de alcançar uma ampla população-alvo e de permitir uma atuação proativa antes do aparecimento do problema (Galende et al., 2020). De facto, os resultados evidenciam uma predominância deste tipo de programas, alinhando-se com a premissa de que é necessária uma intervenção precoce para evitar a emergência da violência. No entanto, a presença significativa de programas de prevenção terciária reflete uma evolução paradigmática na área, além de se revelarem particularmente eficazes para jovens que já perpetraram ou foram vítimas de violência nas relações (Wolfe et al., 2003). O programa *Moms and Teens for Safe Dates* foi particularmente eficaz para adolescentes com histórico de violência no namoro, sugerindo que as intervenções terciárias podem ser cruciais para populações de elevado risco. De notar, a presença de programas de prevenção secundária demonstra uma tentativa de intervir ao nível dos fatores de risco nos adolescentes, promovendo a mitigação da violência e o desenvolvimento de competências essenciais para a sua diminuição (Foshee et al., 2004).

A VFT pode englobar diversos comportamentos, sendo que parte dos estudos analisou incluiu também fenómenos como o aliciamento *online, sexting* e a invasão de privacidade. É ainda, percetível um maior foco nas componentes da violência presencial do que na *online* (Galende et al., 2020), como a monitorização ou controlo perpetrado através das tecnologias, contrariando o aumento da exposição dos adolescentes à *internet.* Desta forma, recomenda-se a inclusão mais evidente de módulos que visem reduzir comportamentos abusivos *online* e dotar os jovens de competências que lhes permitam identificar estes comportamentos.

A análise revela que apenas um estudo (Abebe et al., 2018) incorporou explicitamente os *bystanders* no programa e demonstrou efeitos significativos na redução da perpetração de comportamentos abusivos. Contudo, estudos recentes indicam que essa abordagem apresenta eficácia limitada na prevenção da vitimação dos participantes (Lee & Wong, 2022). Isto sugere que é pertinente trabalhar a temática dos *bystanders* quando o objetivo principal é reduzir a perpetração de comportamentos abusivos e adotar uma abordagem cautelosa quanto ao seu uso para diminuir a vitimação. Além disso, a escassez de programas que desenvolvam competências de *bystander* evidencia uma falha crítica na prevenção na VFT, especialmente porque, segundo a Teoria das Atividades Rotineiras

(Cohen & Felson, 1979), a ausência de indivíduos competentes para intervir na escalada da violência nos espaços digitais, onde a vigilância é naturalmente menor, cria oportunidades ideais para a ocorrência de agressões. Estes dados destacam uma lacuna crítica nos programas de prevenção, tornando-se necessário realizar investigação que capacite os pares e professores para lidar com os cenários de violência no namoro nos meios digitais.

Na violência *online*, os programas demonstraram apenas efeitos limitados (e.g., *Safety.Net*; $\eta^2 =$ 0.01 para VFT), o que pode refletir a complexidade destas dinâmicas, como a normalização dos comportamentos de controlo (Borrajo et al., 2023). Ademais, apresentaram, de forma geral, maior eficácia na redução da perpetração (especialmente psicológica e física) do que na redução da vitimação, com efeitos significativos, por exemplo, no *Brief Intervention Based on Incrimental Theory*, com redução da violência *online.*

A análise integrada dos 11 programas revela que as intervenções mais eficazes partilham características semelhantes, tais como sessões participativas em contexto escolar (e.g., *Dat-e Adolescence)*, com dinâmicas de *role-play* e discussão em grupo, o treino de competências socioemocionais (e.g., *Brief Incremental Theory*) e o envolvimento ativo dos professores (e.g*., Safety Net*). A análise indicou que três fatores podem constituir mecanismos-chave para promover mudanças nos adolescentes: a aplicação presencial dos programas, que favorece a criação de vínculos entre os participantes, a aplicação mista, que integra sessões prensencias com um reforço digital e o foco nas normas grupais.

Os resultados desta revisão sistemática, aliados à evidência que demonstra a correlação entre o uso excessivo de tecnologias e um maior risco de vitimação *online* (Van Ouytsel et al., 2018), sugerem que políticas como a proibição do uso dos telemóveis nas escolas portuguesas são um avanço positivo na prevenção de tais comportamentos. No entanto, embora esta medida permita limitar as oportunidades imediatas de VFT (e.g., comportamentos de monitorização e controlo durante o horário escolar), atua apenas como uma barreira temporária, sem abordar as causas subjacentes. O panorama português tem registado um esforço no combate à violência no namoro, com diversas entidades – como a APAV, o Centro Internet Segura e a MiudosSegurosNa.Net – a promoverem ações de sensibilização, muitas delas em ambiente escolar. Segundo dados da PSP (2024), apenas no ano letivo de 2023/2024 foram dinamizadas mais de 11.000 sessões educativas, alcançando cerca de 615.000 mil alunos e abordando temáticas como a segurança *online* e a prevenção da violência nas relações íntimas. Para uma prevenção efetiva, recomenda-se implementar iniciativas de educação digital integradas nas campanhas de

sensibilização sobre a violência no namoro, bem como o envolvimento das famílias na definição de regras para o uso das tecnologias.

Embora Portugal apresente um enquadramento legal para a VFT, com a inclusão das relações de namoro no Art. 152.º do Código Penal e a criminalização da divulgação não consensual de conteúdos íntimos através de meios digitais (Lei n.º 44/2018), a escassez de programas de prevenção direcionados aos adolescentes evidencia uma lacuna na abordagem nacional à VFT. Para maximizar a eficácia dos programas de prevenção de VFT entre adolescentes em Portugal, sugere-se a implementação de intervenções híbridas, que combinem sessões presenciais em contexto escolar (ou noutros contextos, quando aplicado em populações de elevado risco) com módulos digitais de reforço, de forma a integrar a tecnologia no programa. É crucial envolver toda a comunidade educativa (alunos, professores, pais), priorizar ações continuadas com *follow-ups* aos 6 e 12 meses para monitorizar os impactos a longo prazo e atender à diversidade cultural da população, bem como ao ambiente em que os adolescentes residem (urbano ou rural). Esta abordagem está alinhada com o Modelo Socioecológico de Bronfenbrenner (1979), que defende que a eficácia é maximizada quando se atua simultaneamente ao nível individual (e.g., autorregulação, mitos das relações), relacional (dinâmicas entre pares e *bystanders*) e comunitário (escola como um ambiente facilitador).

Conclusão, limitações e recomendações para estudos futuros

A violência facilitada pelas tecnologias no namoro entre os adolescentes afigura-se um problema crescente na sociedade, potenciado pelo uso excessivo das redes sociais nesta faixa etária.

A presente revisão sistemática representa um marco inicial para a compreensão deste fenómeno da VFT, sendo notória a necessidade de uma abordagem ecológica e multinível que envolva ativamente os adolescentes enquanto atores centrais (potenciais vítimas, perpetradores e *bystanders*), as suas famílias e a sociedade em que se inserem no combate a esta problemática. Esta perspetiva holística, alinhada com o Modelo ocioecológico de Bronfenbrenner (1979), revela-se essencial para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e intervenção eficazes.

Todavia, esta revisão sistemática apresenta algumas limitações. Em primeiro lugar, a restrição da análise a publicações em inglês, espanhol e português pode ter resultado na exclusão de estudos relevantes noutros idiomas, potencialmente enviesando os resultados no que diz respeito à diversidade geográfica e cultural. A não inclusão de literatura cinzenta constitui uma limitação metodológica, uma vez que alguns programas relevantes poderão ter sido excluídos. No entanto, esta decisão justifica-se pelo facto de esses documentos apresentarem, frequentemente, fragilidades ao nível do rigor científico, validação limitada e um maior risco de viés. Adicionalmente, o foco exclusivo em adolescentes, excluindo

os jovens adultos (por exemplo, entre os 18-25 anos e 25-30 anos), poderá ter negligenciado evidências importantes sobre a transição entre a violência no namoro nos adolescentes para as dinâmicas abusivas no início da idade adulta, bem como a sua continuidade da vida adulta. A análise da qualidade metodológica dos estudos incluídos, ainda que fundamentada em critérios pré-definidos, consiste numa análise subjetiva e poderá ter introduzido algum viés na interpretação. Para mitigar este risco, adotou-se um procedimento de dupla avaliação independente, com recurso a um terceiro investigador em casos de discordância (Page et al., 2021). A análise dos resultados dos programas foi essencialmente descritiva, dificultando a identificação de fatores contextuais (por exemplo, características dos facilitadores, adaptação cultural). O viés de seleção (e.g., exclusão de estudos não escolares, livros) poderá ter negligenciado programas importantes. Por fim, a heterogeneidade dos instrumentos de avaliação utilizados comprometeu a comparação direta dos resultados, constituindo um viés de medição.

Para investigações futuras, recomenda-se a inclusão de estudos publicados noutros idiomas, como o francês e alemão, de forma a enriquecer a análise. Seria igualmente pertinente a realização de uma meta-análise que avalie eficácia dos programas direcionados à violência *online*, permitindo obter uma avaliação quantitativa mais rigorosa e comparativa dos efeitos. Dada a possível lacuna identificada na transição da adolescência para o início da vida adulta, recomenda-se a realização de um estudo longitudinal que compare os efeitos dos programas em diferentes faixas etárias, nomeadamente entre adolescentes (12-18 anos) *vs* jovens adultos (19-25 anos). Por fim, é importante desenvolver estudos que explorem as diferentes manifestações específicas da violência *online* em função do género.

Referências

*Abebe, K. Z., Jones, K. A., Culyba, A. J., Feliz, N. B., Anderson, H., Torres, I., Zelazny, S., Bamwine, P., Boateng, A., Cirba, B., Detchon, A., Devine, D., Feinstein, Z., Macak, J., Massof, M., Miller-Walfish, S., Morrow, S. E., Mulbah, P., Mulwa, Z., ... Miller, E. (2018). Engendering healthy masculinities to prevent sexual violence: Rationale for and design of the Manhood 2.0 trial. *Contemporary Clinical Trials*, *71*, 18–32. https://doi.org/10.1016/j.cct.2018.05.017

Afrouz, R., & Vassos, S. (2024). Adolescents' Experiences of Cyber-Dating Abuse and the Pattern of Abuse Through Technology, A Scoping Review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 15248380241227457. https://doi.org/10.1177/15248380241227457

Akers, R. L., Krohn, M. D., Lanza-Kaduce, L., & Radosevich, M. (1979). Social learning and deviant 13 behavior: A specific test of a general theory. *American Sociological Review, 44,* 636-655. doi:10.2307/2094592

Barroso, R., Marinho, A. R., Figueiredo, P., Ramião, E., & Silva, A. S. (2023). Consensual and Non-consensual Sexting Behaviors in Adolescence: A Systematic Review. *Adolescent Research Review*, *8*(1), 1–20. https://doi.org/10.1007/s40894-022-00199-0

Borrajo, E., Gámez-Guadix, M., & Calvete, E. (2015). Cyber Dating Abuse: Prevalence, Context, and Relationship with Offline Dating Aggression. *Psychological Reports*, *116*(2), 565–585. https://doi.org/10.2466/21.16.PR0.116k22w4

Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist, 32*(7), 513–531. https://doi. org/10.1037/0003-066X.32.7.513

Brown, C., Sanci, L., & Hegarty, K. (2021). Technology-facilitated abuse in relationships: Victimisation patterns and impact in young people. *Computers in Human Behavior*, *124*, 106897. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106897

*Calvete, E., Fernández-González, L., & Orue, I. (2023). A Growth Mindset and Self-Affirmation Intervention to Reduce Violent and Risky Online Behaviors: The Moderating Role of Previous Victimization. *Journal of Interpersonal Violence*, *38*(7–8), 5875–5901. https://doi.org/10.1177/08862605221127221

Caridade, S., Braga, T., & Borrajo, E. (2019). Cyber dating abuse (CDA): Evidence from a systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, *48*, 152–168. https://doi.org/10.1016/j.avb.2019.08.018

Caridade, S., E Sousa, H. F. P., & Dinis, M. A. P. (2020). Cyber and Offline Dating Abuse in a Portuguese Sample: Prevalence and Context of Abuse. *Behavioral Sciences*, *10*(10), 152. https://doi.org/10.3390/bs10100152

Casey, E. A., Lindhorst, T., & Storer, H. L. (2017). The situational-cognitive model of adolescent bystander behavior: Modeling bystander decision-making in the context of bullying and teen dating violence. *Psychology of Violence*, *7*(1), 33–44. https://doi.org/10.1037/vio0000033

Centers for Disease Control and Prevention. (2004). *Sexual violence prevention: beginning the dialogue*. Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention.

Collins, W. A., Welsh, D. P., & Furman, W. (2009). Adolescent Romantic Relationships. *Annual Review of Psychology*, *60*(1), 631–652. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163459

Curry, T. R., & Zavala, E. (2020). A Multi-Theoretical Perspective on Cyber Dating Abuse Victimization and Perpetration within Intimate Relationships: A Test of General Strain, Social Learning, and Self-Control Theories. *Victims & Offenders*, *15*(4), 499–519. https://doi.org/10.1080/15564886.2020.1734996

Dahlberg, L. L., & Krug, E. G. (2002) Violence: A global public health problem. In E. G. Krug, L. L. Dahlberg, J. A. Mercy, A. B. Zwi, & R. Lozano (Eds.). *World Report on Violence and Health. World Health Organization*, (pp. 1–21).

Decreto-Lei n.º 44/2018. Código Penal - CP - Art.º 152. Diário da República n.º 152/2018, Série I. Assembleia da República. 2018. https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/44-2018-115946549

Decreto-Lei n.º 48/95. Código Penal - CP - Art.º 152. Diário da República n.º 48/95, Série I-A. Assembleia da República. 1995. https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/decreto-lei/1995-34437675-169645609

*Fernández-González, L., Calvete, E., & Sánchez-Álvarez, N. (2020). Efficacy of a Brief Intervention Based on an Incremental Theory of Personality in the Prevention of Adolescent Dating Violence: A Randomized Controlled Trial. *Psychosocial Intervention*, *29*(1), 9–18. https://doi.org/10.5093/pi2019a14

Fernet, M., Lapierre, A., Hébert, M., & Cousineau, M.-M. (2019). A systematic review of literature on cyber intimate partner victimization in adolescent girls and women. *Computers in Human Behavior*, *100*, 11–25. https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.06.005

Foshee, V. A., Bauman, K. E., Ennett, S. T., Linder, G. F., Benefield, T., & Suchindran, C. (2004). Assessing the Long-Term Effects of the Safe Dates Program and a Booster in Preventing and

Reducing Adolescent Dating Violence Victimization and Perpetration. *American Journal of Public Health*, *94*(4), 619–624. https://doi.org/10.2105/AJPH.94.4.619

*Foshee, V. A., Benefield, T., Chen, M. S., Reyes, L. M., Dixon, K. S., Ennett, S. T., Moracco, K. E., & Bowling, J. M. (2016). The Effects of the Moms and Teens for Safe Dates Program on Dating Abuse: A Conditional Process Analysis. *Prevention Science*, *17*(3), 357–366. https://doi.org/10.1007/s11121-015-0617-0

*Foshee, V. A., Benefield, T., Dixon, K. S., Chang, L.-Y., Senkomago, V., Ennett, S. T., Moracco, K. E., & Bowling, J. M. (2015). The Effects of Moms and Teens for Safe Dates: A Dating Abuse Prevention Program for Adolescents Exposed to Domestic Violence. *Journal of Youth and Adolescence*, *44*(5), 995–1010. https://doi.org/10.1007/s10964-015-0272-6

Galende, N., Ozamiz-Etxebarria, N., Jaureguizar, J., & Redondo, I. (2020). Cyber Dating Violence Prevention Programs in Universal Populations: A Systematic Review. *Psychology Research and Behavior Management*, *Volume 13*, 1089–1099. https://doi.org/10.2147/PRBM.S275414

Genovés, V. G., & Tello, M. C. (2009). La prevención de la violencia en la relación amorosa entre adolescentes a través del taller «La Máscara del Amor». *Revista de Educación*, *02*.

Hancock, K., Keast, H., & Ellis, W. (2017). The impact of cyber dating abuse on self-esteem: The mediating role of emotional distress. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, *11*(2). https://doi.org/10.5817/CP2017-2-2

Hellevik, P. M. (2019). Teenagers' personal accounts of experiences with digital intimate partner violence and abuse. *Computers in Human Behavior*, *92*, 178–187. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.11.019

Hong, Q. N., Fàbregues, S., Bartlett, G., Boardman, F., Cargo, M., Dagenais, P., Gagnon, M.-P., Griffiths, F., Nicolau, B., O'Cathain, A., Rousseau, M.-C., Vedel, I., & Pluye, P. (2018). The Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) version 2018 for information professionals and researchers. *Education for information, 34*(4), 285–291. https://doi.org/10.3233/efi-180221

*Jaureguizar, J., Dosil-Santamaría, M., Galende, N., & Redondo, I. (2024). Evaluation of the Effectiveness of the CDA-Stop Program: Cyberviolence Prevention Program for Adolescent Couples. *Journal of Interpersonal Violence*, 08862605241294240. https://doi.org/10.1177/08862605241294240

Latané, B., & Darley, J. M. (1970). *The Unresponsive Bystander: Why Doesn't He Help?* Appleton-Century Crofts. https://books.google.pt/books?id=wU1-f2RLVKgC

Lee, C., & Wong, J. S. (2022). Examining the effects of teen dating violence prevention programs: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Experimental Criminology*, *18*(1), 1–40. https://doi.org/10.1007/s11292-020-09442-x

Li, J., Ran, G., Zhang, Q., & He, X. (2023). The prevalence of cyber dating abuse among adolescents and emerging adults: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, *144*, 107726. https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107726

Lu, Y., Van Ouytsel, J., & Temple, J. R. (2021). In-person and cyber dating abuse: A longitudinal investigation. *Journal of Social and Personal Relationships*, *38*(12), 3713–3731. https://doi.org/10.1177/02654075211065202

Machimbarrena, J. M., Calvete, E., Fernández-González, L., Álvarez-Bardón, A., Álvarez-Fernández, L., & González-Cabrera, J. (2018). Internet Risks: An Overview of Victimization in Cyberbullying, Cyber Dating Abuse, Sexting, Online Grooming and Problematic Internet Use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *15*(11), 2471. https://doi.org/10.3390/ijerph15112471

Magalhães, M. J., Wiedemann, A., Guerreiro, A., Dias, A. T., Pinto, B., Borges, B., Iglesias, C. F., Pontedeira, C., Jasmins, C., Gouveia, C., Martins, J., Rodrigues, L., Maia, M., Pacheco, M., Mendes, T., & Ferreira, V. S. (2025). VIOLÊNCIA NO NAMORO EM PORTUGAL : VITIMAÇÃO E CONCEÇÕES JUVENIS - 2025.

Martínez Soto, A., Lopez-del Burgo, C., Albertos, A., & Ibabe, I. (2024). Cyber dating abuse in adolescents: Myths of romantic love, sexting practices and bullying. *Computers in Human Behavior*, *150*, 108001. https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.108001

McHugh, M. L. (2012). Interrater reliability: The kappa statistic. *Biochemia Medica*, 276–282. https://doi.org/10.11613/BM.2012.031

*Miller, S., Williams, J., Cutbush, S., Gibbs, D., Clinton-Sherrod, M., & Jones, S. (2015). Evaluation of the Start Strong Initiative: Preventing Teen Dating Violence and Promoting Healthy Relationships Among Middle School Students. *Journal of Adolescent Health*, *56*(2), S14–S19. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.11.003

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2010). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *International Journal of Surgery*, *8*(5), 336–341. https://doi.org/10.1016/j.ijsu.2010.02.007

*Ortega-Barón J, González-Cabrera J, Machimbarrena JM, Montiel I. Safety.Net: A Pilot Study on a Multi-Risk Internet Prevention Program. *Int J Environ Res Public Health. 2021 Apr 16;18*(8):4249. doi: 10.3390/ijerph18084249.

*Ortega-Barón, J., Machimbarrena, J. M., Díaz-López, A., Caba-Machado, V., Tejero, B., & González-Cabrera, J. (2024). Efficacy of a multi-risk internet prevention program: Safety.net. *Revista de Psicodidáctica (English Ed.)*, *29*(2), 97–106. https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2024.02.001

Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—A web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, *5*(1), 210. https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, n71. https://doi.org/10.1136/bmj.n71

Polícia de Segurança Pública. (2024). *Escola Segura*. https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-escolasegura.aspx#:~:text=No%20ano%20letivo%202023/2024%20foram%20realizadas%2011.408,contaram%20com%20a%20participação%20de%20615.739%20alunos.&text=As%20ações%20do%20Programa%20Escola%20Segura%20na,Escola%20Segura%20ou%20do%20e-mail%20 %20escolasegura@psp.pt.

*Peskin, M. F., Markham, C. M., Shegog, R., Baumler, E. R., Addy, R. C., Temple, J. R., Hernandez, B., Cuccaro, P. M., Thiel, M. A., Gabay, E. K., & Tortolero Emery, S. R. (2019). Adolescent Dating Violence Prevention Program for Early Adolescents: The Me & You Randomized Controlled Trial, 2014–2015. *American Journal of Public Health*, *109*(10), 1419–1428. https://doi.org/10.2105/AJPH.2019.305218

*Rizzo, C. J., Collibee, C., Barker, D., Houck, C., Kemp, K., Tolou-Shams, M., Zlotnick, C., & Brown, L. K. (2023). Dating Violence Prevention for Juvenile-Justice Involved Females: A Hybrid Trial. *Pediatrics*, *151*(4), e2021056010. https://doi.org/10.1542/peds.2021-056010

*Rizzo, C. J., Joppa, M., Barker, D., Collibee, C., Zlotnick, C., & Brown, L. K. (2018). Project Date SMART: A Dating Violence (DV) and Sexual Risk Prevention Program for Adolescent Girls with Prior DV Exposure. *Prevention Science*, *19*(4), 416–426. https://doi.org/10.1007/s11121-018-0871-z

Rocha-Silva, T., Nogueira, C., & Rodrigues, L. (2021). Intimate abuse through technology: A systematic review of scientific Constructs and behavioral dimensions. *Computers in Human Behavior*, *122*, 106861. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106861

*Rothman, E. F., Stuart, G. L., Heeren, T., Paruk, J., & Bair-Merritt, M. (2020). The Effects of a Health Care–Based Brief Intervention on Dating Abuse Perpetration: Results of a Randomized Controlled Trial. *Prevention Science*, *21*(3), 366–376. https://doi.org/10.1007/s11121-019-01054-w

*Sánchez-Jiménez, V., Muñoz-Fernández, N., & Ortega-Rivera, J. (2018). Efficacy evaluation of «Dat-e Adolescence»: A dating violence prevention program in Spain. *PLOS ONE*, *13*(10), e0205802. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205802

Stonard, K. E., Bowen, E., Walker, K., & Price, S. A. (2017). "They'll Always Find a Way to Get to You": Technology Use in Adolescent Romantic Relationships and Its Role in Dating Violence and Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, *32*(14), 2083–2117. https://doi.org/10.1177/0886260515590787

Suler, J. (2004). *The Online Disinhibition Effect*.

Temple, J. R., Choi, H. J., Brem, M., Wolford-Clevenger, C., Stuart, G. L., Peskin, M. F., & Elmquist, J. (2016). The Temporal Association Between Traditional and Cyber Dating Abuse Among Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, *45*(2), 340–349. https://doi.org/10.1007/s10964-015-0380-3

Temple, J. R., Le, V. D., Muir, A., Goforth, L., & McElhany, A. L. (2013). The Need for School-Based Teen Dating Violence Prevention. *Journal of Applied Research on Children: Informing Policy for Children at Risk*, *4*(1). https://doi.org/10.58464/2155-5834.1136

Torp Løkkeberg, S., Ihlebæk, C., Brottveit, G., & Del Busso, L. (2023a). Digital Violence and Abuse: A Scoping Review of Adverse Experiences Within Adolescent Intimate Partner Relationships. *Trauma, Violence, & Abuse*, 15248380231201816. https://doi.org/10.1177/15248380231201816

Towler, A., Eivers, A., & Frey, R. (2020). Warning Signs of Partner Abuse in Intimate Relationships: Gender Differences in Young Adults' Perceptions of Seriousness. *Journal of Interpersonal Violence*, *35*(7–8), 1779–1802. https://doi.org/10.1177/0886260517696869

Van Ouytsel, J., Ponnet, K., & Walrave, M. (2018). Cyber Dating Abuse Victimization Among Secondary School Students From a Lifestyle-Routine Activities Theory Perspective. *Journal of Interpersonal Violence*, *33*(17), 2767–2776. https://doi.org/10.1177/0886260516629390

Van Ouytsel, J., Ponnet, K., & Walrave, M. (2020). Cyber Dating Abuse: Investigating Digital Monitoring Behaviors Among Adolescents From a Social Learning Perspective. *Journal of Interpersonal Violence*, *35*(23–24), 5157–5178. https://doi.org/10.1177/0886260517719538

Vaterlaus, J. M., Tulane, S., Porter, B. D., & Beckert, T. E. (2018). The Perceived Influence of Media and Technology on Adolescent Romantic Relationships. *Journal of Adolescent Research*, *33*(6), 651–671. https://doi.org/10.1177/0743558417712611

Wallace, A., Langevin, R., & Hébert, M. (2023). An Analysis of Risk and Protective Factors Associated with Cyber-Dating Violence Victimization of Adolescent Girls: An Ecological Perspective. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, *16*(4), 1017–1029. https://doi.org/10.1007/s40653-023-00558-6

*Weber, E., Peskin, M. F., Markham, C. M., Shegog, R., Baumler, E. R., Addy, R. C., Temple, J. R., Hernandez, B., Cuccaro, P., Thiel, M. A., Gabay, E. K., & Tortolero Emery, S. (2023). Economic Evaluation of an Intervention to Prevent Adolescent Dating Violence (Me & You). *Journal of Interpersonal Violence*, *38*(3–4), 2983–3010. https://doi.org/10.1177/08862605221104534

Wolfe, D. A., Wekerle, C., Scott, K., Straatman, A.-L., Grasley, C., & Reitzel-Jaffe, D. (2003). Dating violence prevention with at-risk youth: A controlled outcome evaluation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *71*(2), 279–291. https://doi.org/10.1037/0022-006X.71.2.279