



Campanha 21 dias de *ativismo pelo fim da* violência contra a mulher

Liberdade em ser mulher

Autora: Elisia Buche - Instagram: @orbitadasentrelinhas

Cada ser humano
possui uma vivência
Nossa vida é construída
com base em experiências
Mas tudo se torna pior
quando é cercado por violência

Sobre Maria da Penha
Você já deve ter ouvido falar
mas não é sobre a lei
que eu quero comentar
e sim sobre quem carrega esse nome
e fez ele se destacar

Resumindo a você
a história que ela passou
duas tentativas de homicídio
seu marido contra ela tentou

Uma foi um tiro nas costas
e outra tentando eletrocutá-la
sem contar as agressões
que no dia a dia ela passava

Foram anos buscando justiça
e de todos recebendo não
mas ela não desistiu
e o resultado de sua ação
vemos atualmente
com a lei em nossa Constituição

Lei essa que protege
toda mulher de ser violentada
além de claro
poder ser amparada
do agressor afastada
e em todos os setores
receber atenção humanizada

A lei se torna
um grito de liberdade
para que as mulheres
possam ter dignidade
e não ter medo
de viver sua identidade

Mas violência física
não é a única existente
são divididas em 5
vou explicar para estar ciente

Violência psicológica
envolve humilhações
ameaça, isolamento
controle e manipulações
carregada também
de chantagem emocional
o agressor não mede esforços
para que a vítima fique mal

A violência sexual
é a falta de consentimento
onde o NÃO é ignorado
além de constrangimentos
Gravidez forçada
ou métodos contraceptivos
que não foram pela vítima
devidamente escolhidos

A violência patrimonial
é uma perda de autonomia
controle e destruição de bens
que a vítima possuía
dinheiro, documentos,
objetos pessoais,
Casa, roupa e celular
seus direitos legais

Já a violência moral
é o desrespeito a reputação
Falsa acusação, calúnia,
desonra e difamação
também busca controle da
vítima
através dessa manipulação.

E por fim a violência física
que é a mais evidente
pois deixa marcas na pele
e cicatrizes na mente
acompanhada das outras
e quem sofre é quem mais
sente

mulher sei que é difícil
romper o ciclo de violência
pois ele se repete
como uma nova experiência
e aos poucos a vítima
vai perdendo sua essência

A fase da tensão
é horrível vivenciar
você precisa pisar em ovos
ter cuidado ao falar
porque você não sabe
o que fará ele se estressar

A fase da agressão
é a raiva acumulada
transformada em violência
e em você descontada
o que é muito injusto
pois você não é culpada

Por último a lua de mel
o falso arrependimento
falas como “eu vou mudar”
são comuns nesse momento
mas elas não são verdadeiras
e são apenas pra te deixar presa
o comportamento se repetirá
em algum momento tenha certeza

Há o medo de permanecer
mas há o medo de ir embora
pois o futuro é incerto
o que eu faço agora?

Ligue 180
faça uma denúncia formal
não é justo esse sofrimento
busque a assistência social
há formas de proteção
e queremos ajudar
chega dessa situação
que faz você se calar
pode ser o primeiro passo
para sua vida recomeçar.