

## Prevenção a agressões contra a mulher

Postado em: 22/07/2013 às 15h07

O Brasil tem crescido em uma estatística nada feliz: o país contabiliza a 7ª maior taxa de homicídios femininos. A cada hora, 10 mulheres são vítimas de violência no Brasil. Em 70% dos registros, o agressor é o companheiro ou o cônjuge da vítima.

O Brasil tem crescido em uma estatística nada feliz: o país contabiliza a 7ª maior taxa de homicídios femininos. A cada hora, 10 mulheres são vítimas de violência no Brasil. Em 70% dos registros, o agressor é o companheiro ou o cônjuge da vítima. O Governo Federal acaba de anunciar uma campanha de "tolerância zero" à violência contra as mulheres, que vai envolver a construção de centros de atendimento integrado, campanhas de conscientização e melhoria no atendimento em hospitais e postos policiais. Todo esforço para minimizar esses números é bem vindo. Mas acredito que, além do suporte à mulher que já sofreu a agressão, há um trabalho anterior a ser feito: o de dar a essa mulher a confiança e os caminhos para que ela não seja agredida. As estatísticas mostram que ainda hoje é baixo o número de mulheres que chegam a denunciar as agressões, por vergonha ou medo. Falta a essas mulheres a confiança em si, em sua força e em sua capacidade para evitar a agressão a si mesma (muitas vezes também a seus filhos) e, em último caso, para denunciar. Quando se fala em defesa pessoal, se fala em direito à vida. Venho de Israel, um país que conhece de perto as guerras e os ataques inimigos. Desde criança, aprendi que a única chance de se ganhar uma situação de violência é enfrentando-a e que as ferramentas para isso são a coragem e confiança em si mesmo, o equilíbrio emocional, a mudança de postura frente à vida e o respeito a si próprio e ao seu oponente. Quando as mulheres descobrem que, apesar de não ter a mesma força física do homem, ela é capaz de se defender de forma simples e eficiente, ela adquire confiança. Quando ela percebe que a sua vida e a vida de seus filhos está em perigo e que ela pode fazer parte da solução para esse tipo de ameaça, ela muda a sua postura frente ao risco. Desde os anos 90, a Federação Sul Americana de Krav Maga, da qual sou fundador, tem atuado em todo o país na difusão dessa técnica israelense de defesa pessoal que permite a qualquer pessoa, independente de sexo ou força física exercer seu direito de voltar bem para casa. Trata-se de um trabalho responsável, realizado a partir de uma preparação rigorosa de instrutores, que garante às pessoas que pratiquem o Krav Maga uma técnica eficaz. Hoje, 30% de nossos alunos são mulheres e há um esforço de nossa parte para mostrarmos ao público feminino que a prática do Krav Maga se difere dos esportes de luta. Trata-se de um modo de melhorar a percepção, de adquirir um comportamento mais atento nas ruas, em locais públicos ou mesmo em casa, quando há uma situação de risco com um parceiro agressor, por exemplo, e de sobreviver. O cuidado às vítimas de agressões deve ser intensificado para que a mulher se sinta segura e amparada para denunciar. Mas acredito que é possível mudarmos definitivamente as estatísticas da violência brasileira contra a mulher se acreditarmos em um trabalho de prevenção, realizado com especialistas capacitados e preparados adequadamente para esta finalidade. \*Mestre Kobi Lichtenstein é fundador da Federação Sul Americana de Krav Maga, responsável pelo Krav Maga oficial no Brasil, Peru e Argentina. Recebeu a última graduação do Grão-Mestre Imi Lichtenfeld em janeiro de 1996, a faixa preta 6º Dan. Em maio de 2011, recebeu a graduação de honra 8º Dan do presidente da Federação Israelense de Krav Maga. É, ainda, autor de quatro publicações sobre o tema. \*Mestre Kobi Lichtenstein

[kravmaga@kravmaga.com.br](mailto:kravmaga@kravmaga.com.br)