

ELEVANDO
mulheres

**DO SILÊNCIO À VOZ:
O DESPERTAR DE
TODAS NÓS**

ANOSTRA

Priscila Wagner

ELEVANDO
mulheres

**DO SILÊNCIO À VOZ:
O DESPERTAR DE
TODAS NÓS**

70

Rio de Janeiro, 2025

Elevando mulheres

Copyright © 2025 Almedina Brasil/Edições 70.

Edições 70 é um selo da Editora Almedina Brasil do Grupo Editorial Alta Books (STARLIN ALTA EDITORA E CONSULTORIA LTDA).

Copyright © 2025 Priscila Wagner.

ISBN: 978-65-542-7327-5

Impresso no Brasil – 1ª Edição, 2025 – Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

W133e
1.ed.- Wagner, Priscila.

Elevando mulheres - Do silêncio à voz: o despertar de todas nós / Priscila Wagner. - Rio de Janeiro: Edições 70, 2025.

208 p.; 15,7 x 23 cm.

ISBN 978-65-542-7327-5

1. Feminismo. 2. Papéis de gênero. 3. Condição social da mulher. I. Título.

CDD 305.4

Índice para catálogo sistemático:
1. Mulheres - características, papéis e condições sociais. - 305.4

Todos os direitos estão reservados e protegidos por Lei. Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida.

A violação dos Direitos Autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e com punição de acordo com o artigo 184 do Código Penal.

O conteúdo desta obra fora formulado exclusivamente pelo(s) autor(es).

Marcas Registradas: Todos os termos mencionados e reconhecidos como Marca Registrada e/ou Comercial são de responsabilidade de seus proprietários. A editora informa não estar associada a nenhum produto e/ou fornecedor apresentado no livro.

Material de apoio e erratas: Se parte integrante da obra e/ou por real necessidade, no site da editora o leitor encontrará os materiais de apoio (download), errata e/ou quaisquer outros conteúdos aplicáveis à obra. Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso ao conteúdo.

Suporte Técnico: A obra é comercializada na forma em que está, sem direito a suporte técnico ou orientação pessoal/exclusiva ao leitor.

A editora não se responsabiliza pela manutenção, atualização e idioma dos sites, programas, materiais complementares ou similares referidos pelos autores nesta obra.

Almedina Brasil é uma Editora do Grupo Editorial Alta Books

Produção Editorial: Grupo Editorial Alta Books

Diretor Editorial: Anderson Vieira

Vendas Governamentais: Cristiane Mutús

Produtora Editorial: Luna Bolina

Revisão Gramatical: Livia Barros

Diagramação: Roberto Maia

Capa: Tatiana Lopes de Paiva



Rua Viúva Cláudio, 291 – Bairro Industrial do Jacaré
CEP: 20.970-031 – Rio de Janeiro (RJ)
Tels.: (21) 3278-8069 / 3278-8419

www.altabooks.com.br – altabooks@altabooks.com.br

Ouvidoria: ouvidoria@altabooks.com.br





Dedicatória

Dedico este livro a todas as mulheres, bruxas e revolucionárias, às minhas ancestrais que nunca tiveram voz. Hoje, eu a tenho, e com ela rompo o ciclo de silenciamento e opressão. Este livro é para todas vocês.

ANOSTRA



Agradecimentos

Há sete anos, iniciava meu processo de despertar sobre o que é ser mulher em nossa sociedade. Esse processo começou quando decidi iniciar uma análise com um psicanalista que, até hoje, segue sendo meu espelho: Sérgio Costa.

Sérgio me mostrou que toda a violência física, sexual e os assédios que sofri ao longo da vida não eram culpa minha, mas sim consequência de um sistema opressor chamado patriarcado. Ali se iniciou o meu despertar.

Não apenas com a análise, mas, ao longo desses anos, diversas pessoas estiveram ao meu lado, segurando a minha mão e me sustentando como rede de apoio.

Em 2020, após três infecções por COVID-19, no auge da pandemia, sofri uma angina como sequela das inúmeras reinfecções. Um vírus que devastou a humanidade e que, acredito, foi um gatilho para o despertar de muitas pessoas.

Nunca se falou tanto sobre violência contra as mulheres como no pós-pandemia. Todas as sombras vieram à luz.

Durante a internação – cinco dias isolada no CTI cardíaco – tive um sonho. Nele, eu estava em uma aldeia repleta de mulheres, e via nitidamente um símbolo feminino. Ao acordar, liguei imediatamente para minha amiga Vanessa Mussi e disse: “Precisamos criar um projeto chamado Elevando Mulheres.” Não sabia como e nem de que forma isso aconteceria, mas saí do hospital com a convicção de que meu propósito era ajudar outras mulheres a despertarem, como eu despertei – com a ajuda da minha rede de apoio.

Em 2021, Vanessa e eu fundamos o Elevando Mulheres, uma equipe multidisciplinar que acolhia mulheres pela internet, a única forma possível naquele momento. Ali, compreendi que eu não estava sozinha. Cada relato que ouvia, eu conhecia na pele – já havia vivido todos eles.

Com o incentivo de Sérgio e Vanessa, comecei a me aprofundar nos estudos sobre violência contra as mulheres e, ainda em 2021, comecei a esboçar este livro.

Com o afrouxamento das restrições sanitárias em 2022, voltamos ao trabalho presencial, e eu, sem perceber, fui apertando meu tempo e achatando meu propósito. Candidatar-me a deputada federal foi uma tentativa de continuar lutando por políticas públicas para as mulheres. Foi uma experiência intensa e transformadora, que reafirmou minha vontade de seguir elevando mulheres.

Em 2024, iniciei o mestrado em Saúde da Família, onde me vi novamente mergulhada nos estudos e com um desejo latente de retomar a escrita iniciada anos antes. E assim nasceu Elevando Mulheres: O Despertar.

Tive muitas pessoas que me acompanharam nesse percurso. Elas não foram apenas rede de apoio – foram verdadeiros anjos na minha vida. A elas, dedico este livro e minha alegria.

Aos meus pais, Ângela e Douglas: sem vocês, eu não estaria aqui, viva e cheia de sonhos. Desde cedo, vocês me ensinaram a desafiar a socialização feminina, dizendo: “Minha filha, estude, estude muito, trabalhe bastante para não depender de homem na sua vida!” (rs). Vocês estavam certos em me encorajar a ser independente, mas erraram ao dizer que eu não poderia acreditar ou confiar em homens. Foram justamente as mãos de vários deles que me ajudaram a chegar até aqui.

A Leonardo Amorim, a quem carinhosamente chamo de “minha pessoa”, meu melhor amigo, minha alma gêmea e meu amor: sua escuta sensível, seu incentivo constante e sua fé inabalável no meu trabalho foram fundamentais para que este livro ganhasse vida. Obrigada por caminhar ao meu lado nos dias bons – e, principalmente, nos dias difíceis.

Aos amigos que foram pilares nos momentos mais sombrios: Rodrigo Rangel, que nunca soltou minha mão e ainda confiou a mim a linda missão de ser madrinha de seus filhos, Davi, Lucas e Guilherme; Alexandre Polido, que me acompanha com carinho e paciência há mais de 24 anos, testemunhando minha transformação de menina a mulher, com todas as dores e conquistas do caminho; e Eduardo Costa, amigo e cabeleireiro, cuja amizade, incentivo e cuidado sempre iluminaram meus dias e elevaram minha autoestima nos momentos em que eu mais precisei.

E ao Diogo Oliveira, cuja existência e trabalho (na Polícia Federal) me inspiram profundamente. O comprometimento com o que ele faz, sua sensibilidade diante das dores do mundo e a maneira como atua me tocaram de forma definitiva. Foi por meio dele que floresceu em mim o desejo de investigar com mais profundidade as violências que atingem as infâncias, especialmente os temas ligados à pedofilia. Seu trabalho me ensinou que é possível transformar indignação em ação e me impulsionou a seguir

escrevendo, mesmo quando tudo parecia desabar. Obrigada por ser, sem saber, um farol em meio a tantos silenciamentos.

Aos meus irmãos de santo, Wagner e Marcelo Almeida: vocês foram e continuam sendo luz em meu caminho. Obrigada por me elevarem com sua sabedoria e companheirismo. A todos vocês, meu amor, minha gratidão e este livro, que também é parte de cada um de vocês.

Antes de honrar todas as minhas amigas mulheres, preciso honrar minha ancestralidade, aquelas que vieram antes de mim e já não estão mais aqui. Este livro é a nossa libertação. À minha querida e saudosa avó, Dona Felicidade; à Dona Dedena, Dona Cléia e Dona Walterlina: onde quer que estejam, sei que cada linha deste livro é um passo na quebra desse ciclo de violências. Eu vejo vocês, sinto vocês, amo vocês e as honro profundamente.

À minha irmã Gabriela Wagner e ao meu sobrinho Arthur Alvarez.

Às minhas tias paternas, que com carinho chamo de “a casa das sete mulheres matriarcais”: Vera Lúcia Wagner, Iozália Leite, Izinete Leite, Vânia Leite, Rose Leite, Adenilda Melo e Vânia Oliveira. Às minhas primas, que são irmãs e filhas maravilhosas dessas mulheres: Rayssa Leite, Sarah Leite, Giulia Tessadrelli, Juliana Oliveira e Maitê Melo. Ao meu tio paterno Jaelir Leite, e ao primo paterno Walter Bello, obrigada por serem meu abrigo e meu apoio incondicional nesta jornada chamada vida.

Às minhas tias e primas maternas: Ana Pinto, Adriana Pinto, Myllena Maia, Amaralina Monteiro, Valentina Monteiro, Márcia Rosa, Valéria Rosa e Caroline Rosa. Gratidão.

Às minhas melhores amigas, irmãs de alma e maiores incentivadoras: Vanessa Mussi, Bianca Musser, Jéssica Correa, Eliane

Estevão, Daiany Carraro, Aline Ferreira, Marcela Abreu, Danielle Quarteroli, Márcia Lygia, Jucielly Vasconcellos, Marcela Souza, Dalva Correa, Oci Ferreira, Monique Ferreira e Cristine Bretas. Sem vocês, minha cura não teria sido possível. Foi a mão invisível de cada uma que me sustentou, me acolheu e me permitiu seguir.

Bianca Musser, sem você eu não teria tido saúde física para viver com intensidade a criação deste livro. Sua amizade e presença foram essenciais em toda minha trajetória. Sou profundamente grata.

Dalva, sua sensibilidade como escritora, sua escuta generosa e sua amizade constante me inspiraram a permanecer focada – em estado de flow – durante toda a escrita. Foi você quem me lembrou que meu legado será deixado em livros, como sementes para as próximas gerações. Obrigada por acreditar em mim, mesmo quando eu duvidei.

Também sou profundamente grata à Jéssica Corrêa, que esteve ao meu lado em todos os momentos em que meu corpo se enfraqueceu. Você foi meu bálsamo, cuidando de mim com paciência, carinho e atenção, sempre pronta a oferecer apoio quando eu mais precisava. Sua presença me trouxe alívio, força e confiança para seguir em frente, e eu jamais esquecerei o quanto seu cuidado foi essencial para que eu pudesse me reerguer.

Agradeço à corrida por me mostrar que nada é impossível e que, muitas vezes, é a mente – e não o corpo – que nos limita. Foi correndo que aprendi a lidar com dores, silêncios e superações. Cada passo me ensinou que sou mais forte do que imaginava.

Sou grata também aos amigos que a corrida me trouxe, verdadeiros presentes do caminho: Márcia Marcon, Lucas Prestes, Felipe Ramos, Gustavo Suisso e sua esposa Cris Sepulveda, Ney Mesquita, Ale Pereira, Márcio (Trakinas), Daniel Ruiz e Vagner

Santos. A presença e o incentivo de vocês tornam os quilômetros mais leves e a jornada muito mais potente. Obrigada por me ajudarem a ir mais longe todos os dias, dentro e fora das pistas.

Em especial, quero agradecer a quem tem sido meu parceiro não apenas nas corridas, mas também na vida: Daniel Ruiz. Sua presença e incentivo têm feito uma diferença imensa no meu caminho. Você me mostrou que ser amada não exige que eu me molde, e que existem homens que escolhem, de forma consciente, desconstruir o machismo e tudo que ele carrega de nocivo. Ao seu lado, descubro todos os dias que amor também é respeito, apoio e liberdade para ser quem eu sou. Somos dois caminhando lado a lado, somando forças, cuidando um do outro e construindo algo que nos fortalece. Você é meu parceiro de vida, meu maior incentivador e eu te amo. Sou grata ao universo por ter nos cruzado na pista e na vida.

Às minhas gatas – minhas filhas de quatro patas – Babi, Amarelinha e Kyra, que me ensinam diariamente sobre a força do amor incondicional e o respeito à vida, em todas as suas formas.

Por fim, sou imensamente grata à vida por ter colocado em meu caminho meu orientador no mestrado, Dr. Luiz Antônio Teixeira, que sempre acreditou no meu potencial e se dispôs a caminhar ao meu lado na luta por um SUS melhor, com mais políticas públicas que protejam nossas crianças e mulheres.

A todas as minhas alunas, mulheres corajosas que, em algum momento, me permitiram entrar em suas vidas e ser facilitadora do despertar de cada uma de vocês: minha mais profunda gratidão. Obrigada por confiarem em mim, por abrirem seus corpos e corações, e por me permitirem caminhar junto nesse processo de transformação. Vocês são a razão e o sentido do que faço.



Prefácio

A jornada de escrever este livro nasceu de minhas vivências, marcadas por dores profundas e pelas diversas violências que sofri ao longo da vida. Há anos, vivi um relacionamento abusivo em todos os sentidos. Nele, experimentei a violência física, sexual e psicológica. Naquela época, a Lei Maria da Penha ainda não existia. Eu não sabia a quem recorrer, nem possuía os recursos emocionais necessários para compreender a extensão de tudo o que havia vivido. Após tamanha dor e humilhação, decidi buscar ajuda e iniciei meu processo de análise com uma psicanalista.

Na análise, pela primeira vez, entendi que a culpa por tudo o que havia sofrido não era minha, mas de uma estrutura social profundamente desigual e opressora. Assim como tantas vítimas de violência doméstica, eu carregava a culpa por algo que não estava sob meu controle. Eu me questionava incessantemente: “E se eu não tivesse feito isso ou aquilo, ele não teria me agredido? Eu não teria sofrido um estupro de vulnerável?” Essas perguntas, carregadas de dor e vergonha, foram desconstruídas ao longo do processo de autoconhecimento.

Com o tempo, mergulhei em anos de estudos e nas obras de pesquisadoras feministas que me ajudaram a entender o legado da violência estrutural contra as mulheres. Esse despertar foi

transformador. Foi quando percebi que precisava ajudar outras mulheres a encontrarem esse mesmo caminho de conscientização. Não para evitar que todas passem pelo que passei, pois o machismo e a violência são problemas sistêmicos, mas para que elas tenham mais recursos e consciência do que eu tive quando enfrentei esse ciclo de abusos.

Ao olhar para as mulheres ao meu redor, comecei a identificar padrões cíclicos de violência e opressão. Padrões que se repetiam, geração após geração, nas histórias de minha família e em tantas outras ao meu redor. Este livro, então, tornou-se um ato de rompimento – um grito de resistência contra os padrões ancestrais e sociais que nos aprisionam. Mesmo que ele desperte apenas uma mulher, será um passo significativo rumo à transformação.

Elevando Mulheres: O Despertar surge com a missão de ajudar as mulheres a enxergarem toda a estrutura patriarcal que sustenta e alimenta as opressões que vivemos. Cada capítulo é uma tentativa de desvendar as engrenagens desse sistema, desde as relações abusivas até os impactos do machismo no corpo, na mente e na alma feminina. Meu desejo é que esta obra sirva como um farol, guiando mulheres para longe da culpa e do silêncio, em direção à consciência e ao empoderamento.

Escrevo este prefácio com a certeza de que, embora os desafios sejam imensos, a força das mulheres é maior. Que esta obra inspire um despertar coletivo e seja um passo na construção de uma sociedade mais justa e humana para todas nós.

Priscila Wagner



Sumário

Dedicatória.....	5
Agradecimentos	7
Prefácio	13
Introdução.....	19
Capítulo 1 O Papel Histórico da Mulher em Nossa Sociedade	25
A Opressão e Resistência das Mulheres	33
A Socialização de Gênero na Infância.....	36
A Centralidade do Homem no Universo das Mulheres	39
A Educação Brasileira e o Reforço nos Papéis de Gênero.....	41
Capítulo 2 A Adolescência Consolidando Papéis de Gênero	45
A Ausência de Educação Sexual nas Escolas, e o Alto Índice de Gravidez.....	48
Impacto na Saúde Pública	50
Acesso a Contraceptivos e Serviços do SUS	52
Falta de Investimento em Prevenção.....	53

Maternidade e Carreira.....	55
O Mercado de Trabalho e a Maternidade, a Maior Dupla Opressora das Mulheres	57
Capítulo 3 Do Cartão de Crédito aos Direitos Reprodutivos	61
Esperança e Continuidade na Luta Feminista.....	65
Mulheres como Mercadoria	69
Cultura do Estupro	72
Pornografia, como Perpetuação da Pedofilia Infantil e Violência Sexual Contra as Mulheres.	75
Músicas Sexualizadas e a Objetificação Feminina	79
Filmes e Mídias Digitais na Perpetuação da Cultura do Estupro e Pedofilia	83
Capítulo 4 A Dependência Emocional e o Ciclo de Violência	87
O Ciclo de Violência Contra as Mulheres no Brasil: Análise dos Tipos de Violência e Impactos Regionais	90
Tipos de Violência Contra as Mulheres	94
Desigualdades de Gênero e Violência Obstétrica	112
Capítulo 5 Violência Contra as Mulheres no Parto e no Pós-Parto: Uma Perspectiva Crítica	115
A Relação entre Violência Obstétrica e Pós-Parto	115
Violência Obstétrica: Uma Análise Racial e Econômica no Brasil	116
Violência no Pós-Parto: Invisibilidade e Consequências.....	118
A Importância das Redes de Apoio e Políticas Públicas.....	120
Capítulo 6 Prioridade Invertida: Quando o Valor do Feto Supera a Proteção das Crianças Abandonadas	123
A Importância do Aborto Legal como Direito Reprodutivo	124
Lei de Alienação Parental: Uma Armadilha Jurídica para Mães e Crianças.....	127
Aborto Legal vs. Abandono Parental: Quem Realmente Causa Mais Mortes?	130
A Hipocrisia dos Fundamentalistas: O Paradoxo entre o Direito à Vida e a Negligência às Crianças Abandonadas	133

Capítulo 7 Amor ou Loucura Romântica 139

Amor Romântico	139
Origem dos Casamentos como Acordos Comerciais	140
Capitalismo e a Institucionalização do Amor	141
Crítica Feminista ao Amor Romântico.....	146
A Comercialização do Amor na Cultura Popular.....	148
Amor Romântico X Amor Verdadeiro	150
Feminismo e a Redefinição do Amor	153

**Capítulo 8 Patriarcado e Suas Interseções:
Uma Análise Crítica 157**

Machismo e a Perpetuação da Violência.....	159
A Resistência Masculina a Desconstrução dos Privilégios	161
Racismo e a Dupla Opressão das Mulheres Negras.....	162
Homofobia e a Violência contra Mulheres LGBTQIA+	164
Pressões Estéticas e a Violência Silenciosa	166
Fundamentalismo Religioso e o Controle sobre o Corpo Feminino	168
Monogamia e o Controle das Relações Afetivas.....	170
Não Monogamia Ainda Não é Sinônimo de Liberdade para as Mulheres	171

**Capítulo 9 O Despertar Feminino e o Desafio de
Transformar a Sociedade 175**

Conscientização e Educação	177
A Importância do Despertar Feminino	178
A Transformação da Sociedade: Uma Tarefa Coletiva	181
Respeitar as Mulheres Sob Qualquer Circunstância	184

Referências Bibliográficas..... 187

ANOSTRA