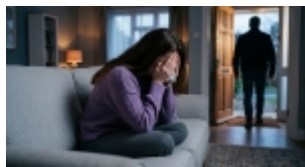


Por que ela não vai embora?": romper o ciclo da violência exige muito mais do que coragem



O Agosto Lilás, movimento nacional de conscientização pelo fim da violência contra a mulher, reforça a importância da prevenção, do acolhimento e da garantia de direitos às vítimas. Quase 20 anos após a criação da Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006), o Brasil avançou na construção de mecanismos legais de proteção, mas romper o ciclo da violência ainda é um dos maiores desafios enfrentados por milhares de mulheres.

A pergunta “Por que ela não vai embora?”, frequentemente dirigida às vítimas, desconsidera a complexidade das relações abusivas. Dependência emocional e financeira, isolamento social, presença de filhos e falta de perspectivas podem dificultar a decisão de romper com o agressor e reconstruir a própria vida.

Segundo especialistas, os relacionamentos abusivos costumam apresentar um ciclo que alterna momentos de tensão, episódios de agressão, arrependimento, pedidos de desculpas e períodos de aparente tranquilidade, conhecidos como “lua de mel”. Essa dinâmica pode confundir a vítima, fragilizar sua autoestima e criar a sensação de que a relação ainda pode mudar.

A dependência financeira também é apontada como um dos principais obstáculos. Filhos pequenos, dificuldade de retornar ao mercado de trabalho e o descumprimento de obrigações por parte de agressores podem tornar ainda mais difícil a decisão de deixar o relacionamento.

Imaginar que sair de uma relação violenta depende apenas da vontade da vítima significa ignorar uma série de barreiras econômicas, emocionais e sociais que vão muito além da agressão física.

A violência pode começar antes da agressão física

Embora os episódios de violência física geralmente tenham maior visibilidade, a violência psicológica pode aparecer antes e de maneira silenciosa. Humilhações, controle, desvalorização, ameaças e comentários que colocam em dúvida a capacidade da mulher como profissional, mãe ou companheira podem fazer parte do início de um relacionamento abusivo.

Com o tempo, comportamentos que inicialmente são apresentados como “brincadeiras” ou ciúmes podem se intensificar e provocar sofrimento emocional, tristeza, perda de autoestima e outros impactos na saúde da vítima.

Por isso, reconhecer os primeiros sinais é fundamental para interromper a escalada da violência antes que novas formas de agressão sejam incorporadas à rotina da relação.

Violência contra a mulher segue em alta no Brasil

Dados do Anuário Brasileiro de Segurança Pública citados no levantamento apontam que o país registrou 1.571 feminicídios em 2025, número 4% superior aos 1.504 casos registrados em 2024. Segundo o levantamento, trata-se do maior número de registros desde a criação da tipificação do feminicídio, em 2015.

Outros indicadores de violência contra a mulher também apresentaram crescimento. A violência psicológica aumentou 17%, enquanto os registros de stalking cresceram 30% e os descumprimentos de medidas protetivas tiveram alta de 17%.

Os números reforçam que o enfrentamento à violência contra a mulher exige ações permanentes de prevenção, proteção e responsabilização dos agressores.

Lei é fundamental, mas rede de apoio é decisiva

A Lei Maria da Penha ampliou os mecanismos de proteção às mulheres vítimas de violência, mas a reconstrução da vida após uma situação abusiva pode exigir acompanhamento contínuo.

Psicólogos, assistentes sociais, profissionais da saúde e grupos de acolhimento têm papel importante nesse processo, oferecendo suporte para que a mulher consiga romper o ciclo de violência e evitar o isolamento.

A violência contra a mulher também deve ser compreendida como uma questão de saúde pública, devido aos impactos físicos e psicológicos que pode provocar. Entre as consequências estão depressão, ansiedade, dores crônicas, transtornos emocionais e ideação suicida.

O enfrentamento passa, portanto, pela construção de uma cultura baseada no respeito, na igualdade de gênero e na educação desde a infância. Mais do que perguntar por que uma mulher não deixou uma relação violenta, é necessário perguntar o que falta para que ela tenha segurança, apoio e condições reais para sair.

Foto: Divulgação

<https://www.jornalpanfletus.com.br/noticia/8640/por-que-ela-nao-vai-embora-romper-o-ciclo-da-violencia-exige-muito-mais-do-que-coragem-em-10/08/2026-13:17>