

CULTURA

Afinal, o que é esse tal de empoderamento?

O que você precisa saber sobre feminismo e as novas palavras que o definem

Por **Abril Branded Content**

🕒 17 mar 2017, 17h30 - Atualizado em 21 mar 2017, 13h02



Ser feminista, hoje, nada mais é do que defender sua própria autoestima e capacidade pessoal (Shutterstock/Divulgação)

Poderosa ou empoderada? É impossível falar em feminismo hoje sem usar a palavra da vez: **empoderamento**. Mas você já parou para pensar no que ela realmente quer dizer? Quando ouvimos falar em “poder”, a tendência é pensar em autoridade, em ser ou se sentir melhor que alguém. Quando o termo é “empoderamento feminino”, porém, o significado é outro. “Com essa palavra, estamos querendo despertar a consciência das pessoas para algo que nada tem a ver com poder. O empoderamento feminino convida a nós, mulheres, a nos apropriar da expressão ‘**Eu posso**’. Ou seja, é sinônimo de nos sentirmos capazes”, diz a coach Heloísa Capelas, especialista em Autoconhecimento e Inteligência Feminina, diretora do Instituto Hoffman, em São Paulo.

Entender o significado dessa palavra ajuda a gente a se situar num momento do mundo em que tanto se fala em feminismo, especialmente neste mês dedicado às mulheres. São tantos debates e questões, nas conversas, nos cafezinhos do trabalho, nas redes sociais, que há quem se sinta confusa quando alguém pergunta: “**Você é feminista?**”.

Bem, cá entre nós, muitas batem no peito dizendo que sim ou que não sem sequer saber o que o movimento defende. Até porque, no imaginário de algumas pessoas, o feminismo é visto como uma revolta de mulheres mal-amadas, raivosas e avessas aos homens. Na verdade, o feminismo já teve diversas fases na história e sempre representou a luta por direitos. Inicialmente, pelo direito ao voto. Depois, pelo acesso à educação e à participação no mercado do trabalho. Nos anos 60, a bandeira principal era a libertação da mulher e de seu papel na sociedade.

Hoje, as mulheres já conquistaram grande parte de tudo isso. Mas ainda há avanços a serem feitos. “Por mais que tenhamos alcançado diversos direitos civis e sociais, **vivemos numa sociedade regida pelo machismo**, que ainda reprende e reprime as mulheres”, avalia a jornalista Brenda Torres, de 21 anos, repórter do coletivo feminista Desenrola E Não Me Enrola.

Na prática, mulheres continuam ganhando menos do que os homens (mesmo ocupando um mesmo cargo), arcando com a maior parte das tarefas domésticas e tendo que ouvir piadinhas machistas. Sem dizer que milhares continuam sendo agredidas, estupradas e mortas todos os dias. Ser feminista, hoje, nada mais é, portanto, do que defender sua própria **autoestima** e capacidade pessoal. **É ter a liberdade de fazer escolhas**. “Feminismo é acreditar na igualdade entre homens e mulheres”, resume a estudante Anita Miguel, de 13 anos.

“Feminismo não é só para mulheres”

Aluna do oitavo ano, a adolescente integra um **coletivo feminista** no Colégio Equipe, em São Paulo. Uma vez por semana, as garotas, entre 12 e 14 anos, se reúnem para falar de assuntos como, por exemplo, assédio. “Quando um menino quer beijar uma menina à força, isso não é legal”, diz Anita. O mais bacana é que elas acreditam que é **preciso incluir os garotos na roda**. A cada quinze dias, eles podem participar. “Não adianta só a gente se reunir, se a cabeça deles não mudar também. Feminismo não é só para mulheres”, aponta Anita.

“Mais do que liberdade sexual e autonomia, o feminismo busca a emancipação da mulher como um indivíduo, que tem total direito de decidir sobre si”, acrescenta a jornalista Brenda. Por ter crescido no bairro Grajaú, na zona sul paulistana, ela percebeu que muitos assuntos não chegam à periferia. Resolveu, então, registrar histórias desse cotidiano no livro “Identidade e Força Ancestral: A luta de mulheres dentro da periferia de São Paulo”. **“Essas mulheres são silenciadas** por discriminação de gênero e classe social. Mas todas nós muitas vezes somos todas ignoradas em reuniões de trabalho e discussões cotidianas, apenas por ser mulheres”, diz. “Isso tem que mudar”, finaliza Brenda.