

e-book

GUIA ANTICAPACITISTA

POR IVAN BARON



Sumário

- 03** Introdução
- 04** Quem sou eu?
- 06** O que é Capacitismo?
- 09** Tipos de Capacitismo
- 11** Qual o meu papel contra o Capacitismo?
- 12** Vivência de PCD's
- 18** Como identificar o Capacitismo?
- 21** As mulheres e a deficiência por Violeta Alvez

Dica do Ivan!

*Esse é um e-book interativo!
Você pode clicar no nome
do capítulo para ir até ele ou
clicar no “@” dos convidados
para segui-los no instagram.*



Introdução

*É sério que você comprou meu e-book?
E está lendo-o? Putz, que responsabilidade!*

De antemão, já lhe digo que ser escritor não é uma das minhas melhores qualidades e que espero de todo coração não responder a TODAS as suas perguntas.

Calmaaa, não precisa se estressar e ir pedir o reembolso no site! Me deixa lhe explicar a razão dessa afirmação: apesar do título bem sensacionalista que usei (claro, para atrair leitores e leitoras), nós não aprenderemos como exterminar o Capacitismo de uma vez, nem em algumas dezenas de páginas. Se eu conseguisse uma façanha dessa, merecia um Prêmio Nobel, não acha?!

Falando a real: resolvi criar este material com o maior afeto e a maior responsabilidade possível no intuito de transmitir um pouco das minhas vivências. Por isso, trago experiências de gente diferente e, simultaneamente, semelhante a mim.

Abordo tanto os conceitos quanto a criação de novas expressões que podemos adotar no nosso vocabulário. Além disso, procuro pensar sobre quem somos nessa luta anticapacitista.

Desde já, agradeço a minha amiga Violeta Alvez, uma mulher com deficiência, cantora, escritora, ativista e tudo mais que ela quiser ser, por ter acreditado e aceitado escrever um dos capítulos deste sonho.

Afinal, o Capacitismo também precisa ser incluído nas pautas feministas.

Um abraço inclusivo.





Quem sou eu?



Me chamo Ivan Vitor Dantas Pereira (isso mesmo, Baron não é meu sobrenome oficial. Mas vamos deixar isso em off). Nasci no dia 23 de janeiro de 1998 na localidade mais ensolarada do país: Natal – por causa disso, é popularmente conhecida como “Cidade do Sol”. Sendo o primeiro filho dos meus pais, logo eles esperavam que eu viesse sem nenhuma doença, “perfeitinho”, “normal”. De fato, isso aconteceu. Modéstia à parte, eu era um bebê muito fofo, digno de estampar capas de revistas e campanhas publicitárias de marcas de leite.

Porém, na vida nem tudo é como esperamos e precisamos passar por algumas situações necessárias para nos fortalecer. Aos 3 anos de idade, já quase andando e falando, eu adquiri uma Meningite Viral. Ela, por consequência, causou a Paralisia Cerebral que possuo até hoje.

Bom, neste momento eu poderia descrever o drama e a fase de não aceitação enfrentados pela minha família, mas... Posso deixar isso para um próximo e-book? Ah! Vale lembrar que sou muito grato pelos pais e pelo ciclo familiar que possuo. Como falei anteriormente, foi apenas a “fase”, logo foi superada.





Tive uma infância como qualquer outra criança: brincava na rua, estudava em escola de ensino regular, assistia ao Bom dia & Cia, à Xuxa no Mundo da Imaginação e depois ao X-MEN Evolution na hora do almoço... Entretanto, devo confessar que eu era viciado mesmo nas reprises de novela no horário da tarde. A única diferença que sentia dos outros garotos e garotas da minha idade era o fato de ser a única pessoa com deficiência e, em função disso, os dias de terapia tomavam conta da minha rotina.

As terças e quintas-feiras eram os dias que meus pais iam me buscar na escola. Eu saía no horário do lanche para ir à fisio e à hidroterapia. Confesso que era bem desgastante pelo lado físico. Na época, eu não tinha noção que aquilo era para o meu bem e fazia birra para não sentir o desconforto daqueles alongamentos e exercícios repetitivos.

Realizei esse tratamento até meus 16 anos, momento em que entrei para o Ensino Médio em uma escola pública e decidi optar por não mais sair na metade da aula – e ter o “mico” dos meus pais indo me buscar na porta. Parei para ver como meu corpo reagiria.





Foi um período bem difícil: enfrentei crises na coluna, espasticidades no meu corpo e alterações hormonais da adolescência, somados a estar estudando em um local com pessoas totalmente diferentes do que eu era acostumado. Ufa! Sobrevivi. Contudo, não aconteceram apenas coisas ruins nessa fase escolar: desenvolvi grandes amizades, vivi momentos inesquecíveis (como o dia em que participei da abertura dos Jogos Internos segurando a Tocha Olímpica). Ah! Os passeios no ônibus... Eram a maior bagunça!

Assim que conclui o ensino secundário, já entrei para o Ensino Superior através de um programa de financiamento estudantil. Fui para o curso de Nutrição, mas não fiquei muito tempo. “Corri” cursar Pedagogia, minha verdadeira vocação: EDUCAR e, lógico, aprender!





O que é Capacitismo?

Vamos imaginar uma família brasileira – de preferência, conservadora. Ela é constituída por um PAI que é racista, uma MÃE LGBTfóbica, um IRMÃO super machista e uma IRMÃ que não suporta o colega da escola que tem deficiência. Uma tristeza, não é? Mas, quanto ao último caso em específico, você saberia me definir o nome da atitude realizada? Durante muito tempo, eu não seria capaz de responder isso. Sempre falava as palavras “preconceito”, “discriminação”. Não sabia que se tratava de uma atitude capacitista!

Algumas breves explicações antes de avançarmos: quem são as Pessoas com Deficiência (PCDs)? É a partir da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF/OMS), que possui uma visão biopsicossocial, que podemos responder a esta pergunta. Por meio da CIF, se consolidou o desenvolvimento de conceitos relacionados à deficiência, desde uma versão de 1980, em que predominava uma ênfase médica (e sempre com reforço e associação à incapacidade), até os moldes atuais (que também incluem fatores ambientais como determinantes para definir o grau da deficiência).





A mudança conceitual da deficiência foi estabelecida pela Convenção dos Direitos da Pessoa com Deficiência, proclamada pela ONU em 2006. No artigo 1º, ela dispõe: “pessoas com deficiência são aquelas que têm impedimentos de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, os quais, em interações com diversas barreiras, podem obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade com as demais pessoas”.

Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas.

Essas desigualdades sociais sempre existiram e acabam sendo impulsionadas também pelo tal “Capacitismo” enraizado, que é exatamente a discriminação contra as Pessoas com Deficiência. O “achismo” reina nesse tipo de preconceito. Julgar uma pessoa pelas suas características físicas e intelectuais são as marcas predominantes dessa ação tão nociva. Para definir, trago o conceito a partir da afirmação da psicóloga Solyana Coelho: “Capacitismo é toda discriminação, violência ou atitude contra a pessoa com deficiência e se expressa desde formas mais sutis até as mais gritantes”. Partindo deste entendimento, complemento que ele também é um sistema bem estabelecido na sociedade, que cria essa nossa divisão, bem como contribui para a reprodução de práticas e posturas que geram exclusão.



Quem sofre com o Capacitismo?

Pode parecer o óbvio, mas é preciso reforçar que apenas alguém COM deficiência pode sofrer CAPACITISMO. Explico isso porque, por mais que uma pessoa SEM deficiência tenha muita proximidade conosco, ela jamais sentirá o peso das atitudes excludentes e limitantes promovidas por esse preconceito. Pois bem: vocês já pararam para pensar se reproduziram práticas capacitistas hoje?

É importante sempre termos em mente que todos nós, durante o decorrer da nossa formação, estamos sujeitos a uma série de mudanças e influências. Tendo a evolução da humanidade como base, acredito que é possível sim conseguirmos superar essas barreiras, para que possamos ampliar as possibilidades de uma comunidade mais inclusiva, com menos preconceitos. Para pensarmos sobre isso, apresento aqui situações que permitiram o Capacitismo se instaurar e como ele se reproduz nos espaços onde estamos inseridos – sejam eles de uma perspectiva mais pública ou mais íntima.





Tipos de Capacitismo

Engana-se quem pensa que esse preconceito se resume apenas a maus-tratos com violência física contra Pessoas com Deficiência, ele pode se apresentar de várias formas. Trouxe 3 delas para vocês conhecerem :

Capacitismo Médico

Calma, não quero dizer que todos os médicos e médicas odeiam pessoas com deficiência. Contudo, esse termo se dá justamente pelo fato de alguns indivíduos associarem DEFICIÊNCIAS a DOENÇAS. Conseqüentemente, eles procuram ajuda médica para serem “curados”.

ATENÇÃO

Procurar uma reabilitação não é um ato capacitista, muito pelo contrário, visto que se está em busca de ter uma vida com mais independência.





Capacitismo Recreativo

É quando aquele colega sem graça faz piadinhas usando DEFICIÊNCIAS: “ah, mas ele ri igual um retardado” ou “eu pensava que ela era autista andando desse jeito”. Pois é, acredito que a gente nem pode considerar isso como humor, muito menos usar as condições físicas ou intelectuais de uma pessoa como xingamento e zoação.

Capacitismo Institucional

Não sei se vocês sabem, mas pessoas com algum tipo de deficiência também comem, pagam contas, se divertem... Para fazer tudo isso com dignidade, logo precisam arrumar um EMPREGO. Infelizmente, a maioria das empresas não tem esse pensamento na hora de contratar esse público. Por vezes, o PRECONCEITO acaba sendo admitido no lugar do indivíduo, uma vez que ele é contratado geralmente para cumprir cotas. Todavia, essa institucionalidade não resume apenas à questão trabalhista: esse tipo de Capacitismo também pode acontecer em uma instituição de ensino que não se adapta para receber o estudante com deficiência, por exemplo.





Qual o meu papel conta o Capacitismo?

Para ser bem lúcido e objetivo: a pessoa sem deficiência é ALIADA! Ela tem um papel de apoio e de ecoar as vozes. Caso você possua alguma deficiência, lhe cabe o PROTAGONISMO.

Acredito muito na união de pessoas, sejam com ou sem deficiência – se não for assim, não faria sentido eu falar tanto em Inclusão, né? Porém, é preciso saber o lugar de cada uma na nossa sociedade. Não se trata de limitar, e, sim, de identificar quais oportunidades alguém tem ou deixa de ter por ser quem é.

Durante certo tempo, parentes ou indivíduos sem nenhum vínculo com pessoas atípicas tomaram o lugar de protagonismo nessas discussões. Isso provém da ideia da superproteção sobre nós, pois se imagina que não seríamos capazes de lidar com tal responsabilidade. Fico perplexo com o tanto de associações e entidades que existem para lutar pelos direitos de PCDs e que não possuem sequer uma única pessoa com deficiência nos cargos de presidência ou mesa diretora! Existe a possibilidade de combater o Capacitismo sem representatividade?





Vivências de PCDs

Vamos partir para a experiência do dia a dia? Convidei alguns amigos e amigas influenciadoras para darem depoimentos sobre como o Capacitismo, infelizmente, entrou na vida deles:



Glaucia Almeida
[@glauciajeam](#)

Olá! Meu nome é Glaucia Jeam, tenho 22 anos e possuo um encurtamento na perna esquerda, por isso uso ortoprótese. Sou preta, LGBT, nordestina, periférica... Enfim, a intersecção (risos)! Às vezes me pego refletindo no porquê de tantos de nós estarem solteiros. Será mesmo uma mera coincidência? Historicamente, isso é um fato: não somos a primeira opção (na maioria das vezes, não somos nem uma opção) para nenhum tipo de relacionamento, seja ele casual ou romântico.

Um tempo atrás, eu me relacionei com um homem sem deficiência. Ele me viu justamente no primeiro dia em que eu saí com minha prótese exposta e eu me lembro da sensação de gratidão por ele não ligar para isso – um absurdo, né?!). Nós começamos a ficar, mas era sempre escondido, sempre de madrugada, quando ninguém poderia nos ver juntos. Ele foi muito carinhoso – ou, pelo menos, aparentava ser. Porém, um dia o encontrei por acaso no ponto de ônibus e ele sequer me olhou.



Ficou desconfortável, com vergonha. Nunca vi tanto incômodo em alguém só por estar perto de mim. Desde então, tudo ficou diferente: ele passou a deixar bem claro que não podíamos nos beijar em público, qualquer situação em que pudéssemos ser vistos juntos era descartada. A frieza e a rispidez só aumentaram, porque era quase impossível esconder a relação. Eu sentia que existia constrangimento e ouvi dele: “eu tenho medo do que vão falar”.

Sempre compreendi a rejeição, a vergonha, a falta de afeto e a distância, porque foi isso que eu sempre recebi. Ser uma pessoa preta é saber que vai ser objetificada; ser uma pessoa com deficiência é saber que vai ser rejeitada. Nos dois casos, o indivíduo nunca é assumido. Sendo eu a junção dos dois, aceitei isso como se REALMENTE merecesse. Quando demonstro qualquer afeto, sou tratada como se minha obrigação fosse saber me colocar nesse lugar de objeto, como se aceitar a casualidade fosse minha sina e minha única

E nem lembro mais quantas vezes já ouvi que só querem estar comigo se for em segredo. Por um bom tempo, concordei que seria objetificada e que esse era meu destino, mesmo que isso me deixasse mal.

Mas, não é. Não precisamos viver humilhações por medo da solidão. Eu bem sei que ela dói, mas consentir esses sujeitos em nossas vidas só nos causa feridas. Somos PESSOAS como todas as outras. Entretanto, somente nós sabemos o cansaço de ter que provar isso o tempo todo. O fato é: não deveríamos ter que provar para nós mesmos que merecemos o mesmo amor que os comuns.

“Não deveríamos ter que provar para nós mesmos que merecemos o mesmo amor que os comuns.”

Glaucia Almeida
Salvador/BA



**Vanessa Grão**[@vanessagrao](#)

Maceió/AL

Meu nome é Vanessa Grão, sou lésbica e casada. Uso minhas redes sociais para falar sobre pautas PCDs e LGBTQIA+. Fui convidada pelo meu querido amigo Ivan para dar depoimentos de situações capacitistas que já enfrentei.

Já passei por várias situações de Capacitismo, mas uma das que mais me marcou foi na época de escola. Começou o ano e a escola tinha passado por algumas reformas: novas salas, decorações etc. A minha turma resolveu fazer um abaixo-assinado para estudar no primeiro andar. Detalhe: não existia acesso a não ser por uma escada. Tentei conversar com meus colegas para continuarmos no térreo, afinal, seria acessível a todos. Falei inclusive com a diretoria. Mas, como a maioria votou para mudar de sala, recebi como resposta: “a maioria vence”. Tive que me virar pra conseguir ter acesso à sala. E as pessoas ainda vinham me dizer: “nossa, que guerreira! Tendo toda essa força para estudar”.

Um relato mais recente aconteceu aqui no condomínio em que moro. Fui com minha esposa para a área de lazer. Lá, estavam alguns moradores que, de início, ficaram apenas calados, observando. Contudo, logo começaram a perguntar para ela se eu falava, qual a minha idade, se éramos irmãs ou se ela era minha cuidadora. Mesmo perante o silêncio dela, comigo respondendo às perguntas bem desconfortavelmente, eles ainda falavam olhando pra ela. E no final ainda me exclamaram: “parabéns por estar se divertindo”.



Eu sou Pedro, tenho 29 anos e sou autista nível 1 de suporte. Somos todos capacitistas em desconstrução. Muitas vezes, o ato de Capacitismo vem de pessoas próximas.

Não é nem por maldade: ele está tão enraizado que as pessoas o enxergam como um ato de gentileza e proteção. Por exemplo: uma vez minha esposa falou que achava melhor ela ir sozinha ao supermercado, porque eu tenho sensibilidade sensorial a ruídos, sons e cheiros.

Tal circunstância pode desencadear uma crise, uma sobrecarga sensorial. Todavia, ela deduziu sozinha que eu não queria ser exposto àquele estresse, em vez de me perguntar.

Não quero a pena de ninguém: quero que os locais públicos se tornem mais acessíveis para mim, para que eu tenha minha independência. Além disso, não quero que tomem decisões por mim, baseadas no que acham que é melhor para mim. Me pergunte e eu decido o que sou ou não capaz de fazer.



Pedro Jailson
[@autistafalandodeautismo](https://www.instagram.com/autistafalandodeautismo)
São Paulo/SP



Camélia

[@eu.camelia](#)

São Paulo/SP

Oi, tudo bem? Me chamo Mariana, mas, para alguns, me chamo Camélia. Sou deficiente auditivo e já vivenciei muitas situações capacitistas, sempre com aquela postura “não é por maldade”. Uma vez, ouvi uma pessoa próxima me dizer: “assim [eu estava calada] é tão bonita, nem parece que é surda e fala estranho”. Como também: “seria mais ainda bonita, se falasse direito. Tenho vergonha de sair com você, porque você não é normal”.





Meu nome é Igo Alex, tenho 24 anos, sou formado em Turismo e sou muito apaixonado pelo Teatro. Bem, diante dos vários episódios que já aconteceram comigo, não consigo esquecer um: estava atuando, fazendo o personagem do Saci, na frente da escola inteira. A galera começou a gritar: “esse Saci tá errado! Ao invés de faltar uma perna, tá faltando um braço!” E todos riram de mim. Eu sai correndo e sumi da escola durante dias – inclusive, tive que mudar o turno para continuar estudando. As pessoas não têm noção, mas coisas pequenas podem trazer grandes problemas psicológicos.



Igo Alex
[@igoalexpatrocinio](https://www.instagram.com/igoalexpatrocinio)
Cravolandia/BA



Como identificar o Capacitismo

Tudo que você ver, ouvir ou sentir que desumanize pessoas com deficiência é Capacitismo. Entretanto, ele é tão naturalizado na nossa sociedade que passa despercebido até pelo nosso vocabulário. Então, elenquei algumas expressões que são utilizadas na maior inocência, porém todas possuem um viés capacitista. Esse tipo de preconceito tem disso, assim como os “parentes” dele: o Capacitismo é sistemático, apresentando



“Para mim, todas as pessoas com deficiência são EXEMPLOS DE SUPERAÇÃO”.

Essa é clássica! Mas, superação do quê? Deficiências não precisam ser superadas e, sim, respeitadas. Essa sociedade que nos chama de “guerreiros” e “guerreiras” é a mesma que nos impõem diversos tipos de barreiras, como a falta de acessibilidade e a negação de oportunidades.



Troque por

“Para mim, todas as pessoas com deficiência são diversas e possuem suas individualidades”.



“Deixa de ser RETARDADO!”

Durante muito tempo, esse adjetivo foi utilizado para se referir pejorativamente aos indivíduos com deficiência intelectual – mais diretamente aos autistas e às pessoas com Síndrome de Down. A palavra surgiu a partir de uma ideia de “atraso”, que vem de um conceito médico desatualizado e incompatível sobre conhecimento científico dessas deficiências.



Troque por

“Deixa de ser sem noção”.



“Você não tá ALEIJADO. Venha buscar!”

O dicionário fala que “aleijado” é aquele que possui alguma perda física. Quando associamos esse termo, que já é bem pejorativo, à preguiça, as coisas ficam bem problemáticas. Só reforça o pensamento de que pessoas com deficiência física não podem ter uma vida com independência.



Troque por

“Não seja preguiçoso, viu? Venha buscar!”



“Mas eu NÃO TENHO PERNAS para fazer isso”.

Assim como a expressão anterior, esta última também ofende pessoas com alguma deficiência física, afetando diretamente os amputados ou com má formação por referir-se que elas são incompetentes ou não capazes de realizar tal atividade.



Troque por

“Mas eu não tenho capacidade para fazer isso”.



“Mais perdido do que CEGO em tiroteio.”

Não existe nada mais sem graça e sem criatividade do que usar deficiências como piada. Por que o CEGO precisa estar no lugar da pessoa atrapalhada ou perdida? Fica entendido que eles sempre serão inferiores que as outras pessoas que enxergam.

 **Troque por**

“Mais perdido do que quem não procura informação!”



“Tenho um lugar para te rezar, lá o meu líder pode te CURAR”.

Nada contra a fé religiosa de ninguém, mas se utilizar dela para oferecer falsas promessas de milagre... Parece uma piada! Deficiências não são doenças, logo, não precisam de cura instantânea. O lado ruim é que pessoas passam a vida inteira reféns de líderes religiosos, gerando dívidas enormes – fora as frustrações.

 **Troque por**

“Tenho um lugar para te apresentar. Vamos?”





As mulheres e a deficiência

Por **Violeta Alvez**
[@euvioletaa](#)



Olá! Como provavelmente não nos conhecemos, preciso me apresentar: me chamo Violeta Alvez, tenho 30 anos, sou cantora e escritora, militante dentro da luta anticapacitista e trabalho também com projetos culturais locais na minha cidade. Tenho a patologia Osteogenese Imperfeita, mais conhecida como “a doença dos ossos de vidro”. Essa doença afeta todos os ossos e as cartilagens do corpo, causando fragilidade óssea.

Meus pais descobriram sobre meus ossos de vidro quando eu tinha mais ou menos três anos, quando ocorreu minha primeira fratura. Se hoje pouco se fala sobre Osteogenese, imagina como era em 1993... A minha expectativa de vida era de até os cinco anos de idade.

Meus pais passaram por diversos médicos, muitos tratamentos me foram indicados. Durante todo esse processo, eu seguia tendo diversas fraturas. Em meados de 2002, um tratamento chamado pamidronato dissódico foi liberado para uso no Brasil. Ele garantia uma melhor qualidade de vida para pessoas que tinha não apenas ossos de vidro, mas também outras patologias ósseas.

Com o uso do pamidronato, comecei meu processo de reabilitação. Isso durou ao todo cinco anos, ao seu término eu tinha 16 anos. Idealizei dentro da minha cabeça que após o processo de reabilitação tudo seria de um jeito diferente.





Eu pensava assim porque a sociedade sempre me fez acreditar que ter uma deficiência era ruim, era errado. Por ser ruim e errado, eu precisava de conserto. Mas, corpos são corpos. São plurais, diferentes. Nenhum corpo é igual ao outro. A questão aqui é que a Mídia nos faz crescer pensando que o nosso corpo é um problema perto de todos os outros corpos – mesmo que os demais sejam diferentes. É como se apenas o nosso fosse fora do eixo e precisasse de ajustes.

Então a reabilitação chegou ao fim. Tudo estava bem, mas aos meus olhos não estava... Como eu havia passado também por muitas cirurgias sem o devido acompanhamento psicológico, meu ortopedista achou melhor iniciar a terapia comportamental.

Isso me ajudou a encontrar o meu lugar, a me compreender como pessoa e a começar o meu processo de entendimento e, principalmente, de autoaceitação. Claro, viver nos anos 2000 sendo uma adolescente com deficiência não foi fácil. A falta de acesso às informações era tão urgente quanto ainda é hoje. Porém, a terapia me ajudou (e ainda me ajuda muito!)

Porém, a terapia me ajudou (e ainda me ajuda muito!) com as cicatrizes desse período. Não por minha culpa, mas por culpa de todo preconceito que vivi no ambiente escolar, tanto dos alunos quanto do corpo docente – sim, do corpo docente.

Por isso, uma das minhas lutas hoje é pela inclusão social no ambiente escolar. Se faz cada vez mais urgente esse debate entre alunos e professores, para assim promover a normalização de corpos com deficiência em sala de aula.

Como eu andei de cadeira de rodas até os 16 anos, fui alvo de piadas e, frequentemente, precisei ouvir de professores e diretores que “eram brincadeiras”, que eu “não deveria me importar”, ou que “eu estava dando peso demais para frases bobas”. Fato é: algo que fere e dói em alguém jamais pode ser deslegitimado ou desvalidado.

Uma das perguntas que mais me fazem é: “como foi o primeiro amor nesse período escolar? Ele foi fácil? Aconteceu?” Bom, assim iniciamos uma conversa sobre segregação e exclusão.





No período da adolescência, num colégio de mais de quatrocentos alunos, éramos apenas eu e mais dois alunos com deficiência – sendo que estudávamos em turnos diferentes.

Como mencionei antes, a normalidade de corpos com deficiência em ambiente escolar precisa ser discutida. E não apenas nesse ambiente, mas no de trabalho, em universidades, novelas, revistas... Mais uma vez, responsabilizo a Mídia e todos os veículos de notícias por perpetuarem o preconceito, por causa da ausência de representatividade. Enquanto as pessoas não verem esses corpos por aí vivendo, eles não serão tratados com normalidade. E como podemos mudar essa realidade? Lutando por acesso, acessibilidade e representatividade. Só assim esses corpos poderão sair de casa e viver suas vidas.

E por que estou falando de tudo isso para falar sobre o amor? Começamos a falar e debater um pouquinho mais sobre acessibilidade estrutural no início dos anos 2000. Graças a esses diálogos, esses corpos conseguiram ter acesso a mais locais. Até então, esses corpos não eram vistos e, com isso, não eram aceitos

vivendo com normalidade. Assim, eu senti o peso dessa segregação de anos caindo nas minhas costas.

O primeiro garoto que me apaixonei não sabia lidar com o fato de eu ter uma deficiência. Sua família, que sempre o buscava no colégio, até gostava de mim, mas seus amigos sempre faziam piada quando nos viam juntos... O resto vocês já sabem, né?

A acessibilidade não é importante apenas pela inclusão da pessoa com deficiência, ela não é importante apenas para uma pessoa só: ela é importante para que a sociedade, como uma engrenagem, funcione! Somos todos um só e fazemos todos parte de um todo.

No meu terceiro ano do Ensino Médio, a minha família precisou tomar uma medida triste e muito urgente: me retirar do colégio devido à falta de acessibilidade. A instituição não queria arcar com as rampas de acesso nem com os elevadores – saliento que isso é uma obrigação perante a Lei.





Desse modo, no último ano, fui para uma instituição estadual. Em nosso país, constantemente, elas são alvo de comentários ruins, porém esta foi a instituição que me acolheu, aceitou minhas falas e entendeu que precisava melhorar sua acessibilidade, realizando as adaptações necessárias. Ali terminei meus estudos. Evidentemente, ainda passei muito preconceito com alguns professores, mas ao menos estava em um local onde o corpo docente entendia que o diálogo sobre acesso era mais que necessário.

Após me formar, pensei que estaria livre do preconceito... Ledo engano! O ambiente profissional ainda me reservava episódios horríveis de Capacitismo, palavra que, na época, eu nem sabia que existia, mas já sentia a dor dela.

Ouvi de chefes e coordenadores frases como “mas será que você consegue?”, “a sua deficiência não atrapalha exercer esse trabalho?” Além disso, por ter uma aparência jovial somada à deficiência, sofria muito com a infantilização. Mas eu precisava trabalhar.

Mesmo com a Lei de Cotas, era muito difícil encontrar emprego. Por isso, permaneci ali, o que me fez voltar para a terapia.

Eu sei que muitos sempre dizem “olha, priorize sua saúde mental”. Realmente, devemos fazer isso. Contudo, uma pessoa com deficiência na família faz os gastos aumentarem em mais de 30% e, no nosso caso, minha mãe também era uma mulher com deficiência. Eu sabia que não podia ficar sem trabalhar para poder ajudar com as contas da minha casa. Isso nunca me foi pedido pelos meus pais, porém, sentia que precisava fazer isso.

Após muito tempo, me encontrei verdadeiramente no meio artístico e tomei coragem para seguir meu caminho. Então, decidi sair da empresa em que trabalhava. Comecei a participar de coletivos femininos da minha cidade, a me envolver e conhecer mulheres com deficiência na Internet e a entender melhor sobre o que eu passava. As dores que sentia agora tinham um nome de verdade.



Tudo que eu havia vivido no passado tinha um significado e um porquê.

A realidade é um pouco dolorosa. Porém, quando acordamos para ela, nunca mais voltamos a ser a mesma pessoa. Nossa mente se expande a cada nova informação! E assim foi comigo.

Quando me dei conta, estava mediando rodas de conversa, me envolvendo em projetos, levando para frente tudo que vivi e passei... Mostrando para meninas e mulheres que tudo bem quando dói, mas que temos que estar unidas e nos levantarmos.

Muitas vezes, a luta anticapacitista é extremamente solitária. Sentimos que estamos no meio de uma ilha, somente entre nós. Precisamos de aliados e, mais do que isso, precisamos nos unir! Já temos muitas barreiras, não devemos criar mais entre nós.

Durante a minha vida, passei por muitas incertezas e dores. O Capacitismo deixou marcas profundas em mim. São cicatrizes que venho tratando com carinho e amor. Todavia, confesso que nem sempre é fácil. Com frequência, em encontros para rodas de conversa, meninas vêm até mim e dizem que queriam ter a minha força ou ser como eu sou.

Sempre respondo que no fundo sou igualzinha a elas: por mais que nossas deficiências e patologias sejam diferentes, no fim, nós sentimos as mesmas opressões, lutamos pelos mesmos espaços, queremos ocupar os mesmos lugares.

Se por acaso existe um pódio, quero que todas elas estejam no primeiro lugar junto comigo! Quero todas elas: as que me acompanham na Internet e no YouTube; as que me viram numa reportagem de jornal; as que compraram meu livro; as que foram numa sala comunitária e sentaram junto a mim para conversar; as que apreenderam e cresceram junto comigo...



É assim que eu acredito que devemos lutar e conquistar: unidos e unidas. Se não for assim, não faz sentido.

Hoje, mulher adulta, olho para trás e penso: como tudo seria se tivesse sido diferente? Se eu tivesse tomado outras decisões? Optado por outros caminhos? Acho que todos nós, em algum momento, temos esses questionamentos, né?

Mas, quando me vejo entre tantas mulheres, quando vejo a minha vontade de lutar, quando olho para as minhas cicatrizes (as físicas e as da alma), por mais que eu reconheça que não tenho resposta para essas perguntas, sei que a vida por si só não me traria até aqui.

Sei que pode soar clichê dizer isso...

Talvez, você não tenha agora uma resposta ou um nome para sua dor, para o que você sente quando sai na rua e alguém lhe olha oprimindo seu corpo; ou para quando alguém lhe rejeita pelo simples fato de você ser quem é.

Então, quero lhe dizer: você não está só. Nós estamos aqui, por você e para você. Por mais que tudo pareça tão distante às vezes, um fio de força inquebrável nos une. Isso não se arreventa e nem se rompe. Eu estou aqui por você.

Então, quero lhe dizer: você não está só. Nós estamos aqui, por você e para você.

Violeta Alvez





Acompanhe as minhas
redes sociais e me conte
o que achou do e-book!

 @ivanbaronn

 @ivanvbaron

