

Publicado em 08/09/2026 - 11:52

Violência contra mulheres impulsiona procura por aulas de defesa pessoal no país

#mulheresqueimporal



O EXPRESSO

Violência contra mulheres impulsiona procura por aulas de defesa pessoal no país

/jornal.oexpresso

Jornal O Expresso • Seguir

Jornal O Expresso #DEFESAPESSOAL | Violência contra mulheres impulsiona procura por aulas de defesa pessoal no país

A escalada da violência contra as mulheres fez crescer no país a procura delas por aulas de defesa pessoal, como jiu-jitsu e krav magá, de acordo com levantamento realizado pela Maximum Boxing, empresa especializada em equipamentos esportivos.

Segundo os dados do estudo recentemente divulgado, somente no último ano houve um crescimento de 23% no interesse de mulheres por esse tipo de modalidade. A busca por técnicas de defesa pessoal tem sido motivada não apenas pelo interesse em praticar uma atividade física, mas também pela necessidade de muitas mulheres se sentirem mais preparadas diante de situações de risco.

As modalidades trabalham, além do condicionamento físico, noções de reação, controle emocional, percepção de situações de perigo e estratégias para escapar de possíveis agressões. "Infelizmente acompanhamos casos diários de violência contra as mulheres e os números só crescem. Em 2025, foram 1.568 vítimas de feminicídio, mas o número da série histórica. A falta de capacidade do poder público em frear esse fenômeno justifica a procura e necessidade de mulheres em aprender a se defender por conta própria", afirma Maira Bandeira, presidente do instituto que leva seu nome e que oferece aulas de defesa pessoal para mulheres e crianças.

3 d

8 curtidas
há 3 dias

Adicione um comentário...

Postar

<https://www.instagram.com/p/Dc8pa-WjYiu/>

Veículo: Online -> Facebook -> Facebook Jornal O Expresso