

# Ana Bella

Creadora da Fundación Ana Bella

“Necesítase máis valor para durmir cada noite coa persoa que te está a matar ca para denunciar e comezar unha vida digna”

Escoitar a Ana Bella emociona. Deixan palabras porque ela apodérase de todas para explicar unha situación que lles afecta a máis de dous millóns de mulleres no noso país: unha de cada dez sofre ou sufriu violencia machista. Enmudece a quen a oe. Reivindica igualdade, respecto e apoio para as mulleres que sofren violencia de xénero. Reflexiona e mide as súas respostas, pero exprésase como sente e chega ao corazón. Ao propio e ao alleo. Fala de violencia machista coma da vida mesma porque foi a súa durante once anos. Pero non quere dar pena. Nin sequera pronuncia esta palabra. É positiva. Do maltrato sáese. Hai que reunir o valor para denunciar e salvar a vida. Ela tívoo e creou a Fundación Ana Bella, onde forman mulleres e onde as empoderan para cambiar a imaxe

social de vítima pola de supervivente. Porque así se consideran: “Somos moi fortes e perseverantes”. E dos homes, que opina? “Estamos en contra da violencia machista, non dos homes”, matiza.

Foi vítima de malos tratos físicos e psicolóxicos durante 11 anos, unha experiencia que pode ser traumática, pero que a converteu en exemplo de fortaleza e esperanza: pódese saír desta situación. Como o conseguiu? Unha noite, no canto de aguantar o meu maltratador, usei a miña valentía, o meu medo e a miña resistencia para coller os meus catro fillos, metelos no coche e denunciar o que acontecía. Necesítase máis valor para durmir cada noite coa persoa que te está a matar que para romper o silencio, para denunciar e para comezar unha vida digna.

No noso país hai dous millóns de mulleres vítimas de malos tratos e 1.600.000 non o denuncian, por que? Porque a forma que se usou para animar a iso consiste en mostrar as consecuencias físicas do maltrato: mulleres con negróns, con cicatrices, mortas... Se sofres maltrato e ves esas imaxes, non denuncias porque cres que rematarás así: morta ou morta de medo.

Son frecuentes os casos que rematan en traxedia? Algunhas mulleres son asasinadas polos seus maltratadores porque non os denuncian, pero a maioría comeza unha vida nova lonxe da violencia.

Por iso é importante visibilizar a violencia de xénero. É importante denun-



ciar para recibir a protección axeitada. Grazas ao noso exemplo, as mulleres poden reunir o valor para denunciar e salvar a súa vida.

**Estigmatízanse as mulleres que sofren ou que sufriron malos tratos?** Hai unha dobre vitimización que leva á exclusión social. Recibimos apoio porque somos vítimas. Pero, ademais, as canles oficiais de inserción laboral baséanse en traballos invisibles e pouco remunerados. Parece que as mulleres que fomos maltratadas só sabemos limpar, que é un traballo digno, pero non empodera. A vía máis eficaz para que as mulleres superen a violencia e eviten a exclusión social é favorecer a súa inserción laboral en traballos recoñecidos socialmente que lles reporten independencia económica e que as posicionen como un valor social.

**Este é o obxectivo da Escola Ana Bella para o Empoderamento da Muller.** Así é. Nela formamos mulleres para que sexan líderes da súa propia

vida e axentes activos na sociedade e realizamos seleccións de persoal e campañas de promoción para que, en tempos de crise, sexan un valor positivo nas empresas. Cambiamos a imaxe social de muller vítima pola de muller supervivente.

**Que outras axudas presta a Fundación Ana Bella?** Apoiamos cada ano a máis de 1200 mulleres en risco de exclusión por mor do maltrato. Ofrecemos aloxamento temporal en vivendas, formación, emprego, terapia psicolóxica, defensa legal, acompañamento, axuda económica e emocional e axudamos na resolución de todo tipo de problemas.

**Hai suficientes mecanismos de protección para as mulleres que sofren malos tratos?** Hainos. O problema é que o 73 % das mulleres maltratadas non acceden aos recursos porque non se atreven a denunciar.

**Cales son as súas principais necesidades?** Dependen da situación de cada



## “Cambiamos a imaxe social de muller vítima pola de muller supervivente”

unha, pero o apoio social, o traballo e a vivenda son fundamentais.

**Como se sente unha vítima de violencia doméstica?** Séntese morta en vida, moi soa e illada emocionalmente. É como un martirio constante, un terror silencioso que te vai matando e, cando empezas a entender que algo pasa, cres que é pola túa culpa. Ante os demais, os maltratadores adoitán ser homes amables, cariñosos e con don de xentes, así que as vítimas convencémonos de que ninguén nos crerá cando contemos como nos tratan na casa. Por iso, o papel de familiares e amizades é moi importante. O 90 % das mulleres maltratadas imos denunciar acompañadas dun familiar ou dunha amiga. Necesitamos que nos escoiten sen xulgarnos, que nos abran os ollos e que nos dean a man para sacarnos da dependencia emocional na que nos encerrou o maltratador.

**Podemos detectar unha situación de violencia?** Se percibimos que a muller cambia a súa forma de ser e que se separa do grupo de amizades, hai que preguntarse o porqué e, sobre todo, preguntarlle a ela. Os sinais de alarma son moi evidentes, pero ao principio pasan desapercibidos, camuflados polo amor romántico. Dende a Fundación, ensinámolles ás adolescentes a detectalos porque poden derivar en maltrato. Unha moza comentounos que cando chegaba á casa chamaba o seu noivo dende o teléfono fixo para que el non se preocupase. Non valería unha mensaxe ou unha chamada perdida dende o móbil? Non é amor, é control.

**Existe a violencia branda ou de baixa intensidade?** O maltrato comeza sendo sutil. Por iso nos atrapa. O maltratador quere dominar a súa vítima e pégalle cando se rebela. Pero un xesto, unha ameaza ou un insulto dominan.

**Cal é o primeiro paso ante estes casos?** Tanto a vítima como a testemuña

han de contalo. Nun colexio onde acudín a dar unha charla, un neno de 7 anos contoume que o seu pai lles pegaba a súa nai, ao seu irmán e a el. Unha noite, el chamou a policía e levaron o pai preso.

**Como o viven os fillos?** Non son testemuñas, senón vítimas. As nais cometemos o erro de aguantar nun matrimonio abusivo porque queremos que os nosos fillos vivan cos seus pais, pero o mellor exemplo de vida é non se deixar humillar. A violencia transmítese de pais a fillos e o 70 % repiten esta conduta na idade adulta. Nós non somos o problema, somos parte da solución.

**Supéranse as situacións de violencia no ámbito familiar?** Si, con terapia e con educación en igualdade.

**Como se involucran os homes no cambio?** O 20 % dos nosos voluntarios son homes. Estamos en contra da violencia machista, non dos homes. Unha sociedade igualitaria e inclusiva necesita a participación democrática de todos.

**É unha persoa positiva?** Positiva e emprendedora. A Fundación Internacional Ashoka seleccionoume como emprendedora social en España.

**Como lles infunde ese positivismo a outras mulleres?** Dende a Fundación Ana Bella, utilizamos os testemuños positivos de mulleres superviventes de violencia de xénero para visibilizar e apoiar o 73 % das vítimas que non denuncian e, polo tanto, non son beneficiarias dos recursos de axuda oficiais deseñados para elas. A través da creación de redes naturais de confianza e de casos positivos de superación, logramos empoderar as mulleres maltratadas. Axudamos a romper a cadea xeracional de violencia e o enfoque tradicional da vitimización. Estamos conseguindo cambiar a imaxe da muller e o desenvolvemento sustentable dunha sociedade en igualdade.

✚ [www.consumer.es](http://www.consumer.es)