

Cuidado Invisibilizado: análise das narrativas de mulheres que cuidam de crianças com deficiência na Região Metropolitana de Natal/RN

Luana Myrrha

Professora do PPGDem/UFRN

Coordenadora do LAEGEP/PPGDem



LAEGEP

- Em 2023, criamos o Laboratório de Estudos de Gênero e População (LAEGEP), sob minha coordenação, da Profa Jordana e Profa Karina, fruto de uma construção coletiva de discentes e docentes do PPGDem.
- O LAEGEP tem como objetivo ampliar o debate sobre a relação entre a dinâmica demográfica e os papéis de gênero na sociedade e promover pesquisas, ensino e extensão na temática.



Rodas de conversa

- A ideia de realizar as rodas de conversa com mulheres que cuidam de crianças com deficiência surgiu em uma de nossas reuniões, como uma proposição das alunas.



Créditos da imagem para Brenda Patriota

Objetivo da atividade

Compreender, a partir da escuta ativa das participantes, o tempo dedicado ao cuidado de crianças com deficiência, a inserção no mercado de trabalho, as estratégias de geração de renda, a saúde mental e as redes de apoio.

Rodas de conversa

- Realizamos 3 rodas de conversa em 2024 com mães de crianças com Trissomia 21, autismo e outras deficiências.
- 1ª Roda compareceram 2 mães de crianças com T21, ocorreu na UFRN, no dia 19/04/2024 , a tarde
- 2ª Roda compareceram 3 mães e 1 pai, ocorreu na Associação de Pais e Amigos dos autistas, no dia 10/05/ 2024, a tarde
- 3ª Roda compareceram 12 mães, ocorreu na Associação Rede de Apoio mãe Luiza Atípica, no dia 22/05/2025, a noite



Rodas de conversa 1 e 2

Amigos dos Autistas RN

Mães T21 RN



Roda de Conversa 3



**Rede de Apoio Mãe
Luiza Atipica**



RAMLA

RODA DE CONVERSA

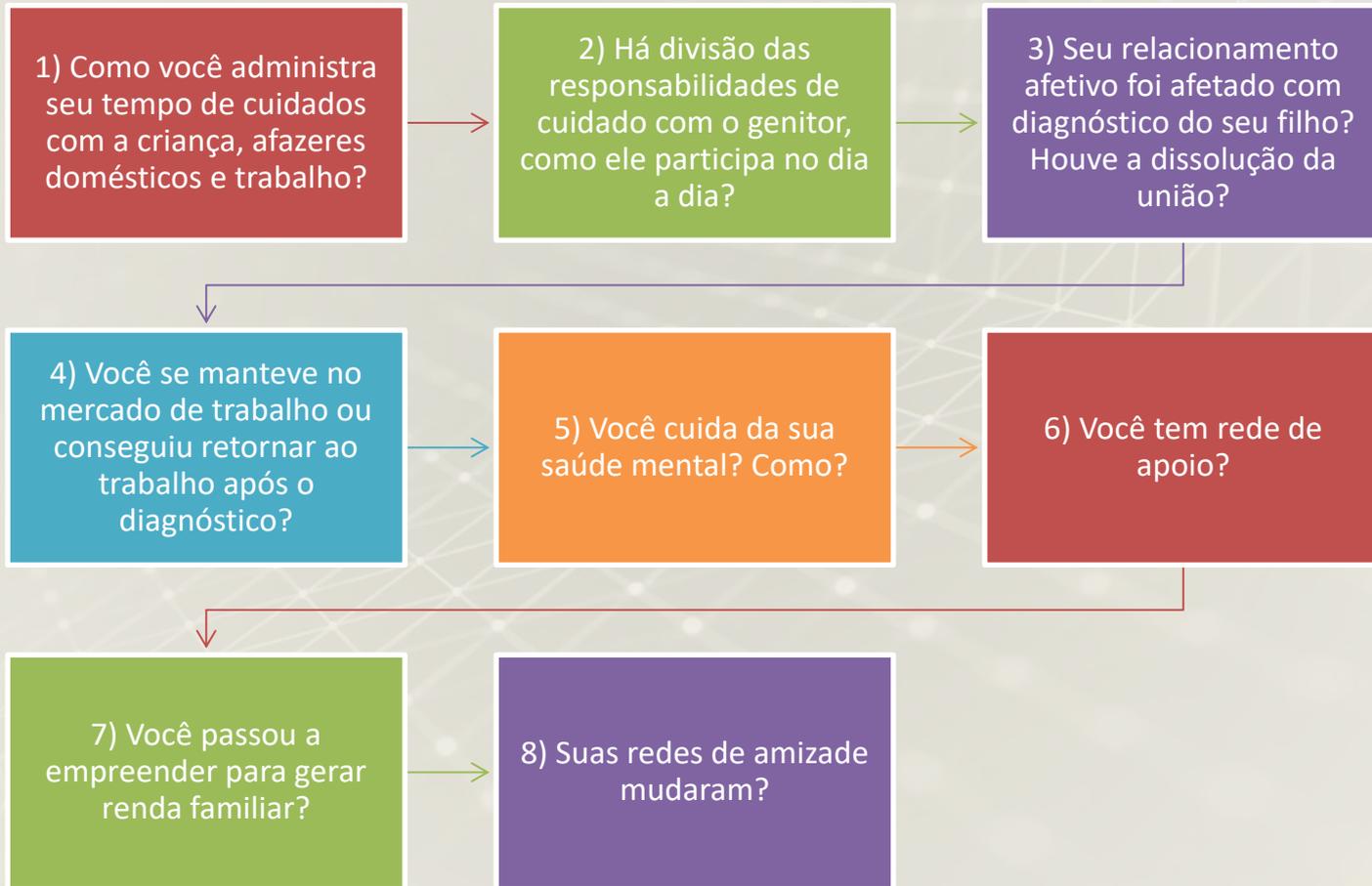
DEMOGRAFIA
U.F.R.N
LAEGEP

NOSSO ENCONTRO SERÁ:
19:30 CLUBE E DE MÃES

22.05.2024

The poster features a central logo of a blue hand holding a pair of scales of justice, set against a red and yellow background. The text is arranged in a clean, modern font. There are decorative floral elements in the corners: a brown sunburst in the top right and a pink and white flower in the bottom right.

Instrumentos: Questionário inicial e roda de conversa com as perguntas



Sobrecarga invisível

- Dificuldade em quantificar tempo com cuidados e planejamento.

- Planejamento constante e exaustivo, porém invisível até para as mães.

Redes de apoio frágeis e preconceitos

- Apoio familiar limitado ou inexistente.

- Pais pouco cobrados, mães sobrecarregadas.

- Preconceito familiar afeta relações e gera isolamento.

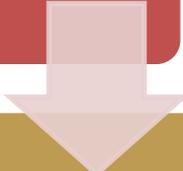
- Preconceitos de outros durante crises.

- Importância do uso do colar para aqueles cuja a deficiência não é “Visível”, custo para a família.

- Falta de acessibilidade e empatia.

Impacto nas relações afetivas

- Diagnóstico causa rupturas conjugais.



- Dificuldade para novos relacionamentos.



- Sentimento constante de solidão.

Isolamento social, perda de identidade e medos

- Medo do julgamento e afastamento social.

- Medo de morrer e deixar os filhos desamparados.

- Culpa materna da condição da deficiência.

- Esquecimento da própria identidade.

Acolhimento entre mães atípicas!

Mercado de trabalho e renda

- Abandono ou redução da carga de trabalho.

- Dependência do benefício do filho e insuficiência do valor.

- Risco de relações abusivas por dependência financeira.

- Limitação de passagens gratuitas.

Acesso limitado à educação e saúde

- Recusas em escolas (uma mãe relatou 19 recusas).

- Falta de acolhimento e bullying.

- Carência de profissionais especializados

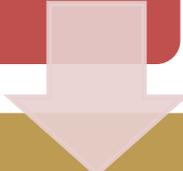
- Dificuldades para diagnóstico e tratamento.

- Burocracia, demora e escassez no SUS e privado.

- Sem diagnóstico não acessa BPC e nenhum outro direito previsto em lei

Saúde mental negligenciada

- Grande parte da exaustão vem da luta por direitos

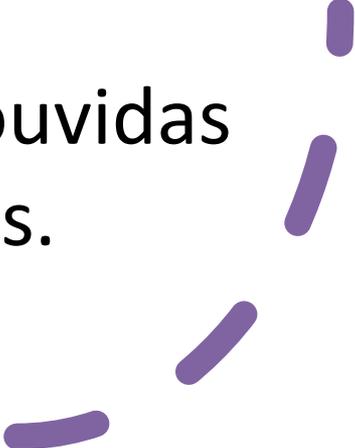


- Falta de tempo para pensar em si.



- Poucos momentos de autocuidado.

O que as mães desejam?

- Escolas e terapias integradas.
 - Acesso aos diagnósticos e tratamentos
 - Direito ao trabalho sem perder o benefício.
 - Mais descanso e acesso à psicoterapia.
 - Mães desejam ser ouvidas e influenciar políticas.
- 

Ações de psicoeducação, escuta e acolhimento emocional

Renata Myrrha

- Psicóloga clínica colaboradora no RAMLA com atendimento quinzenal ao grupo de mães cuidadoras.
- Atuação há mais de 20 anos como especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental, Luto, Saúde Mental da Mulher, Famílias e Análise do Comportamento.



Percepções da psicóloga

- “Em mais de um ano de atuação quinzenal junto a essas mães, por meio de ações de psicoeducação, escuta e acolhimento emocional, pude observar um padrão doloroso: elas se reconhecem como cuidadoras, mas raramente como sujeitas de Cuidado”.
- “Elas são responsáveis por filhos com necessidades específicas: acompanhamento médico constante, terapias multidisciplinares, escolas inclusivas. São demandas básicas que, diante da negligência do Estado, transformam-se em lutas diárias. O que deveria ser direito vira resistência. E essa resistência cobra um preço alto — especialmente na saúde mental”.

Percepções da psicóloga

- “Falta tempo, falta rede de apoio, falta legitimidade para desejar Descanso”.
- “Há uma ideia enraizada de que 'mãe é forte', que 'dá conta de tudo' — crenças que sustentam uma lógica de autonegligência”.
- “O sofrimento psíquico aparece, então, como sintoma de um sistema adoecido: quadros de ansiedade, depressão, somatizações, esgotamento extremo. E tudo isso muitas vezes é normalizado, não apenas por elas mesmas, mas pela sociedade ao redor”.

Percepções da psicóloga

- “No RAMLA, o trabalho desenvolvido visa justamente abrir espaço para que essas mulheres possam falar de si, repensar seu lugar e reconhecer que saúde mental também é um direito — e não um luxo”.
- “A cada encontro, vejo emergir uma mudança no olhar: elas começam a se perceber para além do papel de cuidadoras. Começam a reivindicar espaços, tempos e direitos. E esse movimento, embora sutil, é profundamente político”.

Considerações Finais

As narrativas das mães evidenciam uma sobrecarga invisibilizada, marcada por jornadas exaustivas, isolamento social e negligência com sua própria saúde mental.

A precarização das redes de apoio, o impacto nas relações afetivas e as dificuldades de inserção no mercado de trabalho revelam que o cuidado, quando delegado majoritariamente às mulheres, gera profundos efeitos na vida pessoal, profissional e emocional.

A ausência de políticas públicas efetivas transforma direitos básicos, como acesso à saúde, educação e apoio psicológico, em lutas diárias que sobrecarregam essas mulheres.

Caminhos e Recomendações

É urgente reconhecer o cuidado como responsabilidade coletiva - do Estado, das famílias e da sociedade — e não apenas das mulheres.

As mães reivindicam: escolas e terapias acessíveis e integradas, direito ao trabalho sem perda de benefícios, descanso e acesso à psicoterapia.

A escuta ativa, ações de psicoeducação e acolhimento emocional, como promovidas pelo RAMLA, são fundamentais, mas precisam ser ampliadas e institucionalizadas.

O fortalecimento da Política Nacional de Cuidados é essencial para garantir proteção social, dignidade e saúde mental às mulheres cuidadoras.

Obrigada!

Luana Junqueira Dias Myrrha
Professora/PPGDem-UFRN
luanamyrrha@gmail.com
[@laegep](#)



 ppgdem@gmail.com

 [@ppgdem](#)

 [/ppgdem](#)

 [/ppgdem](#)

 [Demografia UFRN](#)

 [Rasgaí](#)