

DESAFIOS DA MATERNIDADE ATÍPICA, UM OLHAR DE CUIDADO SOBRE QUEM CUIDA

Alicia de Araújo Silva ¹

RESUMO

Este trabalho parte do pressuposto de que a maternidade, por si só, representa um processo de sobrecarga física e mental para as mulheres, situação que se intensifica no contexto da maternidade atípica, em que se somam necessidades específicas de cuidado e acessibilidade. Trata-se de um relato de experiência de caráter qualitativo, desenvolvido a partir de um encontro com mães de alunos do público da educação especial, em uma escola da rede estadual de Alagoas. A partir do questionamento “Como o serviço do Atendimento Educacional Especializado (AEE) pode estender seu suporte às mães atípicas e promover estratégias coletivas de autocuidado?”, delimitou-se o seguinte objetivo geral: promover um espaço de acolhimento, escuta qualificada e troca de experiências entre mães de alunos com deficiência. Como objetivos específicos, definiu-se: a) conscientizar as mães sobre a importância do autocuidado, sobretudo o emocional, reconhecendo a necessidade de atenção também a quem cuida; b) refletir quanto à sobrecarga materna como uma construção social, estabelecida por padrões de maternidade romantizados e por relações de gênero desiguais. Os depoimentos e narrativas compartilhados foram analisados à luz de referenciais teóricos que discutem maternidade atípica, distribuição desigual do cuidado e saúde mental. A ação evidenciou que as participantes vivenciam sentimentos de isolamento social, culpabilização, esgotamento emocional e físico, além de dificuldades para conciliar o cuidado dos filhos com suas próprias necessidades pessoais. É possível afirmar que intervenções dessa natureza no ambiente escolar representam importantes estratégias de apoio à saúde mental materna, ao proporcionarem espaços seguros de expressão e acolhimento, contribuindo para a construção de uma cultura escolar mais inclusiva e atenta às necessidades das famílias.

Palavras-chave: Maternidade atípica, Distribuição desigual do cuidado, Saúde mental materna.

INTRODUÇÃO

De acordo com a Pesquisa Nacional de Amostra por Domicílios Contínua de 2022 (PNAD), cerca de 18,6 milhões de pessoas com dois anos ou mais estão diagnosticadas com algum tipo de deficiência no Brasil. Isso significa que aproximadamente 8,9% da população total corresponde às pessoas com deficiência, cujas necessidades variam conforme o diagnóstico, as comorbidades e a faixa etária. Em muitos casos, essas pessoas demandam cuidados intensivos de locomoção, alimentação e higiene, além de acompanhamento médico frequente, comunicação alternativa, terapias e reabilitação. No Brasil, esses cuidados são predominantemente assumidos por familiares, sobretudo por mulheres. A pesquisa Cuidados no Domicílio (Fundação

¹ Graduada no Curso de licenciatura em pedagogia da Universidade Federal Rural de Pernambuco - UFRPE, alicia.araujo@professor.educ.al.gov.br.



Seade, 2021) aponta que cerca de 90% dos familiares que realizam cuidados são mulheres e que 44% delas, além das funções de cuidado, são também responsáveis pelos afazeres domésticos.

Essa sobrecarga é evidenciada em outras pesquisas. Um estudo do DataSenado (2019), com 2,4 mil cuidadores profissionais de pessoas com deficiência, doenças raras e idosos, e com 15 grupos focais de cuidadores familiares, revelou que 55% dos cuidadores profissionais se sentem sobrecarregados. Entre os cuidadores familiares, a atividade tem implicações emocionais, sociais e profissionais, pois 79% não trabalham, embora 60% afirmem que gostariam de trabalhar, e 80% relatam que a falta de emprego prejudica a renda familiar.

Esses dados denunciam a desigualdade na distribuição do cuidado e as implicações dessa desigualdade sobre a saúde mental e a qualidade de vida das cuidadoras. A maternidade, por si só, representa um processo de sobrecarga física e mental para as mulheres; no contexto da maternidade atípica, quando há um filho com deficiência, essas tensões se intensificam.

Este artigo apresenta um relato de experiência de caráter qualitativo desenvolvido a partir de um encontro com mães de alunos do público da educação especial em uma escola da rede estadual de Alagoas. O estudo parte da seguinte questão: como o serviço do Atendimento Educacional Especializado (AEE) pode estender seu suporte às mães atípicas e promover estratégias coletivas de autocuidado?. O objetivo geral é promover um espaço de acolhimento, escuta qualificada e troca de experiências entre mães de alunos com deficiência. Como objetivos específicos, busca-se: (a) conscientizar as mães sobre a importância do autocuidado, sobretudo o emocional, reconhecendo a necessidade de atenção também a quem cuida; e (b) refletir sobre a sobrecarga materna como uma construção social, fundada em padrões de maternidade romantizados e em relações de gênero desiguais.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Por que é necessário diferenciar a maternidade atípica? Por que segmentá-la como um grupo específico dentro das experiências maternas? A maternidade atípica, conforme define Viana (2024, p. 32), “refere-se à experiência de criar filhos com



desenvolvimento atípico ou neurodivergente, demandando dedicação e cuidados diferenciados em comparação com a maternidade de filhos neurotípicos”. Tal definição reforça que a maternidade não é uma vivência homogênea. Quando se trata de filhos com deficiência, emergem atravessamentos complexos: aumento da incidência de abandono paterno, variações nas demandas de suporte, elevação dos custos com tratamentos médicos, além da intensificação do cuidado cotidiano e da sobrecarga emocional.

Nesse sentido, a perspectiva interseccional discutida por Patricia Hill Collins e Sirma Bilge (2020, p. 45) é essencial para compreender que a experiência do cuidado é moldada por múltiplos marcadores sociais: gênero, deficiência, raça, classe e escolaridade. Essa lente teórica permite revelar que mulheres de baixa renda, muitas vezes negras e com baixa escolaridade, enfrentam barreiras adicionais no acesso a serviços, informações e redes de apoio. A sobrecarga e a invisibilidade dessas mães tornam-se, portanto, efeitos diretos da intersecção de opressões. O cuidado, quando individualizado, recai desproporcionalmente sobre certos corpos.

A divisão sexual do trabalho permanece como estrutura organizadora das relações sociais contemporâneas, destinando às mulheres as tarefas de cuidado e de reprodução da vida. Mesmo quando inseridas no mercado de trabalho, continuam acumulando a maior parte das responsabilidades domésticas e parentais. Como aponta Beauvoir (1949, p. 112), essa assimetria reforça a “destinação natural” da mulher ao cuidado e sustenta sua subordinação histórica. O resultado é um duplo fardo: o trabalho reprodutivo invisível e as exigências emocionais impostas por um ideal de maternidade inatingível.

Nesse contexto, a escola emerge como território estratégico de reflexão e ação. O Atendimento Educacional Especializado (AEE), previsto na Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva (BRASIL, 2008), tem como função garantir condições de acessibilidade e aprendizagem aos estudantes com deficiência. No entanto, sua atuação pode, e deve, estender-se ao acolhimento das famílias. Quando o ambiente escolar se transforma em espaço de escuta e diálogo, contribui para consolidar uma cultura educacional mais inclusiva, solidária e humanizada.



METODOLOGIA

Este estudo constitui um relato de experiência de natureza qualitativa, realizado a partir de um encontro com mães de alunos público-alvo da educação especial em uma escola da rede estadual de Alagoas. Segundo Minayo (2012, p. 89), o relato qualitativo permite compreender significados e vivências humanas em seus contextos socioculturais, valorizando as narrativas subjetivas e os sentidos atribuídos à experiência.

O encontro foi organizado em parceria com o AEE e a Coordenação Pedagógica da escola, tendo como eixo central a criação de um espaço de acolhimento e escuta qualificada. Participaram sete mães, com idades entre 28 e 42 anos, cujos filhos apresentavam demandas de cuidado entre nível dois e nível três de suporte. A condução do encontro foi mediada por uma psicóloga convidada, responsável por orientar a roda de conversa e garantir um ambiente de confiança e respeito mútuo.

A análise dos dados foi conduzida a partir de uma abordagem interpretativa e compreensiva, característica dos estudos qualitativos. O processo analítico foi guiado pela escuta sensível (Minayo, 2012, p. 93), reconhecendo a singularidade de cada narrativa sem perder de vista os elementos coletivos que configuram a experiência compartilhada do cuidado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise das falas das participantes possibilitou identificar cinco categorias principais: isolamento social, culpabilização materna, esgotamento físico e emocional, negação do autocuidado e valorização da escuta coletiva.

O isolamento social apareceu como elemento recorrente. As mães relataram a dificuldade de manter vínculos de amizade, lazer e convivência, uma vez que o cuidado dos filhos exige disponibilidade integral. Uma delas afirmou: “Meu mundo ficou estreito. Eu saía, trabalhava, hoje só consigo pensar nele. Tenho medo de deixar e acontecer alguma coisa.” A fala expressa a perda de autonomia e o confinamento simbólico que acompanham a rotina do cuidado contínuo.

A culpabilização materna também emergiu como sentimento dominante. As



mães expressaram culpa por sentirem cansaço e por desejarem tempo para si. O ideal de mãe abnegada, perpetuado pelo imaginário social, reforça essa autocrítica. Como afirmou uma participante: “A gente não pode nem dizer que está cansada, porque parece que está sendo egoísta.” Essa percepção remete ao conceito de “maternidade moral” proposto por Hays (1996, p. 57), que impõe à mãe a responsabilidade integral pelo desenvolvimento e bem-estar da criança, um ideal impossível de sustentar, sobretudo diante das especificidades do cuidado atípico.

O esgotamento físico e emocional foi amplamente relatado. Dores corporais, noites mal dormidas, ansiedade e sensação de viver no “piloto automático” foram descritas por quase todas as participantes. Espondo a presença entre a correlação entre a intensidade das demandas de cuidado e o aumento da fadiga materna em mães de crianças com deficiência.

A negação do autocuidado surge como consequência direta desse processo. Embora reconheçam a importância de cuidar de si, as mães afirmaram não dispor de tempo ou energia. O autocuidado é percebido como um luxo inalcançável. Uma delas desabafou: “Eu sei que preciso cuidar de mim, mas como? Quando? Tudo depende de mim.” Essa negação reflete o apagamento simbólico da mulher enquanto sujeito de desejo e necessidade, reduzida ao papel de cuidadora total.

Por outro lado, a valorização da escuta coletiva emergiu como um ponto de força. As participantes destacaram que o encontro foi o primeiro momento em que puderam falar livremente sobre suas angústias sem medo de julgamento. Uma mãe sintetizou: “Esse momento foi bom porque a gente percebe que não tá sozinha. Até encoraja.” A partilha coletiva revelou-se terapêutica e fortalecedora, funcionando como espaço de resistência e construção de vínculos.

Os resultados indicam que a sobrecarga vivida por essas mães é física, emocional e simbólica, e não se limita às demandas do cuidado. Trata-se de um fenômeno socialmente produzido, sustentado por um sistema de gênero que naturaliza o sofrimento feminino. Beauvoir (1949, p. 119) já advertia que a mulher é historicamente definida em função do outro e, na maternidade atípica, essa condição se intensifica até o apagamento de si.

O sofrimento materno relatado dialoga com a ausência de políticas públicas que contemplem as cuidadoras. Pesquisas como a de Brekke e Alecu (2023, p. 103)



apontam que mães de crianças com deficiência apresentam maior propensão a quadros de depressão, ansiedade e distúrbios do sono. No Brasil, a falta de redes institucionais de apoio e o déficit de políticas integradas agravam o cenário, perpetuando o isolamento e o adoecimento psíquico. Assim, o sofrimento dessas mulheres é socialmente produzido e politicamente negligenciado.

Apesar disso, o encontro demonstrou o potencial transformador do acolhimento coletivo. Inspirando-se no conceito foucaultiano de “cuidado de si” (Foucault, 1988, p. 68), compreendido como prática ética e política de resistência às formas de sujeição, é possível afirmar que o ato de escutar e de ser escutada constitui um gesto de reapropriação de si. Ao cuidar de si, a mulher rompe com a lógica da servidão emocional e reinscreve-se como sujeito de desejo, autonomia e direito.

Nesse sentido, o AEE e a escola pública assumem papel estratégico. Como defende Carvalho (2019, p. 144), a inclusão plena exige que a escola reconheça a interdependência entre estudante, família e comunidade. O acolhimento às mães, portanto, não é um gesto periférico, mas um elemento constitutivo da inclusão educacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência com mães de alunos público-alvo da educação especial evidencia que a maternidade atípica é marcada por sobrecarga e culpabilização. As participantes relataram sentimentos de solidão, exaustão e impotência, mas também reconheceram a potência dos espaços de escuta e partilha. O AEE mostrou-se um espaço privilegiado para acolhimento ampliado, não apenas pedagógico, mas também humano, emocional e social.

Promover a saúde mental das cuidadoras é condição indispensável para a efetividade da inclusão escolar. Uma escola verdadeiramente inclusiva não se limita à acessibilidade física e pedagógica: precisa acolher também as dimensões afetivas e familiares que circundam o estudante. Grupos permanentes de mães, oficinas de autocuidado e parcerias com profissionais da saúde mental configuram estratégias urgentes para fortalecer essas redes.

Em uma sociedade que naturaliza a exaustão feminina, cuidar de quem cuida é



um gesto político. Reconhecer o sofrimento das mães atípicas é reconhecer os limites de um modelo de maternidade idealizado e desigual. O desafio ético e social que se impõe é transformar o cuidado em uma prática compartilhada e socialmente sustentada e não em um fardo individual. Somente assim será possível avançar em direção a uma educação inclusiva integral, que reconheça e acolha todos os corpos, principalmente aqueles que sustentam o ato de cuidar.

REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, S. de. **O segundo sexo**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1949.

BRASIL. **Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva**. Brasília: MEC/SEESP, 2008.

BREKKE, I.; ALECU, A. **The health of mothers caring for a child with a disability: a longitudinal study**. BMC Women's Health, v. 23, 639, 2023.

CARVALHO, R. E. A. **Educação inclusiva: com os pingos nos is**. 12. ed. Petrópolis: Vozes, 2019.

COLLINS, P. H.; BILGE, S. **Interseccionalidade**. São Paulo: Boitempo, 2020.

DATASENADO. **Pesquisa Nacional sobre Cuidadores**. Brasília: Senado Federal, 2019.

FOUCAULT, M. **O cuidado de si**. Rio de Janeiro: Graal, 1988.

FUNDAÇÃO SEADE. **Cuidados no Domicílio**. São Paulo, 2021.

HAYS, S. **The Cultural Contradictions of Motherhood**. New Haven: Yale University Press, 1996.



MINAYO, M. C. de S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2012.

VIANA, M. L. **Maternidade atípica e desigualdade do cuidado.** Recife: EdUFPE, 2024.

