



## ***A Invisibilidade do Trabalho não remunerado do Cuidar dos Filhos: Uma realidade da Mãe Solo***

Luciana Messias de Sousa <sup>1</sup>, Vanessa Léssio Diniz <sup>2</sup>



<https://doi.org/10.36557/2009-3578.2026v12n1p743-763>

Artigo recebido em 8 de Abril e publicado em 19 de Junho de 2026

### *Artigo de Revisão*

#### **RESUMO**

Este artigo aborda a invisibilidade do trabalho não remunerado de cuidado dos filhos realizado pelas mães solo, evidenciando como essa atividade fundamental ao funcionamento da sociedade permanece desvalorizada e excluída das estatísticas oficiais e das agendas de políticas públicas. A partir de uma pesquisa bibliográfica, segundo os preceitos de Gil (2008), além de estudos nacionais sobre a condição das famílias monoparentais. O artigo demonstra que as mães solo acumulam jornadas duplas ou triplas cuidando dos filhos, desempenhando trabalho remunerado e gerenciando as tarefas domésticas sem reconhecimento social nem amparo institucional. Essa sobrecarga impacta diretamente sua saúde física e mental, restringe suas oportunidades de emprego e aprofunda desigualdades de gênero. Conclui-se que somente a visibilização desse trabalho e a incorporação de sua valoração econômica e social (por meio de políticas de licença parental flexível, subsídios de cuidados e serviços comunitários de apoio) podem avançar na reconstrução de um modelo de justiça social que reconheça e distribua de forma equitativa as responsabilidades de cuidado.

**Palavras-chave:** Mães solo. Cuidado infantil. Economia do cuidado. Hierarquia de gênero.



## The Invisibility of Unpaid Childcare Work: A Reality for Single Mothers

### ABSTRACT

This article addresses the invisibility of unpaid childcare work performed by single mothers, highlighting how this activity, fundamental to the functioning of society, remains undervalued and excluded from official statistics and public policy agendas. Based on a bibliographical search, following the precepts of Gil (2008), was revisited, as well as national studies on the condition of single-parent families. The article demonstrates that single mothers accumulate double or triple shifts caring for children, performing paid work, and managing household tasks without social recognition or institutional support. This overload directly impacts their physical and mental health, restricts their employment opportunities, and deepens gender inequalities. It is concluded that only by making this work visible and incorporating its economic and social value (through flexible parental leave policies, care subsidies, and community support services) can we advance the reconstruction of a model of social justice that recognizes and equitably distributes caregiving responsibilities.

**Keywords:** Single mothers. Childcare. Care economy. Gender hierarchy.

Instituição afiliada – Universidade Federal do Norte do Tocantins

Autor correspondente: Luciana Messias de Sousa Luciana Messias de Sousa

[lucianamessiasdesousa4@gmail.com](mailto:lucianamessiasdesousa4@gmail.com)

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





## **INTRODUÇÃO**

Apesar de avanços legais e sociais no reconhecimento da igualdade de gênero, o trabalho de cuidado não remunerado, especialmente relacionado à criação dos filhos, permanece atribuído majoritariamente às mulheres, com destaque para as mães solo. Essas mulheres enfrentam uma sobrecarga cotidiana emocional, física e financeira que é frequentemente naturalizada e desconsiderada pelas estruturas sociais e econômicas, o que agrava sua exclusão de oportunidades no mercado de trabalho, na formação acadêmica e no acesso a políticas públicas.

O cuidado, segundo Hirata e Guimarães (2012), mesmo sendo uma atividade essencial para o desenvolvimento humano e o funcionamento da sociedade, ainda não é reconhecido como trabalho produtivo. Neste sentido a invisibilidade do cuidado doméstico afeta diretamente a qualidade de vida das mães solo, que, ao assumirem sozinhas todas as responsabilidades familiares, veem-se privadas de suporte institucional e reconhecimento jurídico.

Esse contexto suscita uma reflexão urgente: de que maneira a invisibilidade desse trabalho impacta a vida social, econômica e emocional das mães solo e como essa realidade se mantém em uma lógica que desvaloriza e negligencia sua contribuição? Parte-se da hipótese de que essa desvalorização sustenta desigualdades de gênero e limita o acesso dessas mulheres a direitos fundamentais, afetando diretamente seu bem-estar e sua cidadania plena.

A escolha do tema se justifica pela necessidade de evidenciar um fenômeno estrutural que atinge milhões de mulheres no Brasil. Dados do IBGE (2022) indicam que mais de 11 milhões de mulheres chefiam sozinhas suas famílias, muitas delas sem rede de apoio. Ao trazer à tona essa discussão, a presente pesquisa busca contribuir para o debate sobre justiça social e equidade de gênero, destacando a importância de reconhecer o cuidado como trabalho, com impacto direto na organização social.

A relevância acadêmica e social deste estudo reside na proposta de problematizar o apagamento histórico do trabalho não remunerado de cuidado, entendendo-o como um dos principais fatores de exclusão das mulheres no espaço público. Apoiada em autoras como Silvia Lane (2001), que discute a articulação entre



subjetividade e contexto social, a pesquisa pretende compreender como as condições simbólicas e materiais moldam a trajetória das mães solo e dificultam seu desenvolvimento integral.

O objetivo geral da pesquisa é analisar os impactos da invisibilidade do trabalho não remunerado de cuidado na vida das mães solo, evidenciando suas consequências econômicas, sociais e subjetivas. Para isso, será realizada uma pesquisa de natureza qualitativa, com base em revisão bibliográfica, utilizando como fontes principais livros, artigos científicos e documentos oficiais que tratam da divisão sexual do trabalho, maternidade solo e políticas públicas voltadas à equidade de gênero e ao reconhecimento do cuidado como prática social central.

Ao adotarmos essas lentes para analisar a realidade das mães solo, frequentemente rotuladas de “mães solteiras” percebemos que o estresse crônico, a solidão e o sentimento de invisibilidade não derivam apenas de escolhas ou de fragilidades pessoais, mas são efeitos diretos de uma ordem social que não oferece suporte adequado, reconhece de forma insuficiente o trabalho de cuidado e distribui injustamente suas responsabilidades.

Assim, a distinção terminológica entre “mãe solo” e “mãe solteira” ganha relevância política: não se trata apenas de trocar rótulos, mas de denunciar a estrutura social que naturaliza a sobrecarga feminina e legitima a negação de direitos e apoios, responsabilizando exclusivamente a mulher por uma tarefa que é, na verdade, um pilar da reprodução social.

### **“MÃE SOLO” OU “MÃE SOLTEIRA”**

Historicamente, a definição de família esteve estreitamente vinculada à instituição do casamento, conferindo à mulher plena condição de mãe apenas se inserida em uma relação conjugal reconhecida. Desse modo, durante décadas, as mulheres que criavam filhos sem o amparo formal de um parceiro foram rotuladas como “mães solteiras”, expressão que refletia o estigma imposto por uma sociedade machista e patriarcal. Nesse contexto, o estatuto civil, sexual e reprodutivo das mulheres casadas permanecia subordinado à autoridade masculina, enquanto as mães solas, alijadas



desse modelo, eram relegadas à margem do ideal familiar hegemônico. Como observa Borges (2020):

Durante muito tempo o termo utilizado para as mulheres com filhos (as) que não estavam inseridas em um relacionamento conjugal era “mãe solteira”, posto que para a sociedade a conjugalidade era um fator essencial para que as mulheres pudessem se tornar mães. O termo “mães solteiras”, como eram conhecidas as mães solo, carrega o forte resquício da sociedade machista e patriarcal do século XX, em que a mulher – sobretudo à mulher casada – possuía seus direitos civis, sexuais e reprodutivos reduzidos e em sua maioria submetidos à vontade do marido (BORGES, 2020, p. 13).

A histórica rotulação de “mãe solteira” revela como o discurso social construiu a maternidade sob a égide da conjugalidade, penalizando mulheres que ousaram viver a experiência materna fora do padrão heteronormativo. Ao empregar esse termo, legitima-se a ideia de que a mulher só seria plenamente mãe se vinculada a um marido, reduzindo-a a um status de desvio moral cujos direitos civis, sexuais e reprodutivos ficavam à mercê da vontade masculina.

Em substituição ao termo pejorativo “mãe solteira”, para as mulheres que geravam filha sem o casamento, deu lugar para a construção social do termo, “Família Monoparental”. Neste mesmo sentido foi feita uma reconstrução discursiva promovida pelos movimentos de mulheres e por pesquisadores o termo “mãe solo”. Como relata Fernandes (2022, p.27) “denominadas atualmente de mães solo, cuidam de seus filhos sozinhas”.

A família monoparental, na maioria das vezes, encontra na figura materna o único adulto responsável pela organização e manutenção da casa e a base emocional e financeira dessas famílias. Tais mulheres, denominadas atualmente de mães solo, cuidam de seus filhos sozinhas e é comum que tenham como consequência um grande estresse em suas vidas em decorrência da sobrecarga dos afazeres, problemas oriundos das questões financeiras e dos momentos de solidão e abandono em que se encontram em relação às demais mulheres que são casadas ou que têm uma rede de apoio (Fernandes, 2022 p.28).

Esse cotidiano de sobrecarga revela a urgência de repensar tanto as políticas públicas quanto as práticas comunitárias de suporte. Frente a esse cenário, torna-se



imprescindível implementar ações integradas que promovam o alívio imediato da carga de trabalho doméstico e financeiro como subsídios para cuidados infantis e auxílio emergencial prolongado e que fomentem a criação de espaços de acolhimento e fortalecimento comunitário, garantindo às mães solo condições concretas para recuperar sua autonomia, ressignificar suas trajetórias e oferecer a seus filhos um ambiente mais estável e saudável.

Assim, o reconhecimento do termo “mãe solo” vai além de uma simples mudança vocabular, trata-se de um gesto político e simbólico que busca romper com séculos de estigmatização e devolver dignidade a essas mulheres. Ao nomeá-las de forma mais justa, desloca-se o foco do juízo moral sobre sua condição conjugal para a centralidade de seu papel como cuidadoras, provedoras e pilares afetivos de suas famílias.

### **BREVE DEBATE SOBRE DIVISÃO SEXUAL DO TRABALHO**

A socióloga Eva Alterman Blay (1996), referência nos estudos sobre gênero e feminismo no Brasil, oferece uma contribuição essencial para a compreensão das desigualdades estruturais entre homens e mulheres no mundo do trabalho, especialmente no que tange à divisão sexual do trabalho. Em suas análises, Blay (1996) evidencia que o trabalho doméstico e de cuidado historicamente foi relegado às mulheres, sendo considerada uma extensão “natural” de seus papéis sociais e familiares, e, por isso, não reconhecido como trabalho produtivo.

Neste sentido as mães solo enfrentam, na prática cotidiana, o desafio de acumular múltiplas funções sem o suporte de um parceiro ou de uma rede familiar estruturada. Essa combinação de responsabilidades costuma gerar um nível elevado de estresse, pois, além de realizarem todas as tarefas sozinhas, sentem se frequentemente abandonadas e comparadas a mulheres casadas ou aquelas amparadas por sistemas de apoio mais consolidados. Conforme observado em estudos recentes:

Tais mulheres, denominadas atualmente de mães solo, cuidam de seus filhos sozinhas e é comum que tenham como consequência um grande estresse em suas vidas em decorrência da sobrecarga dos afazeres, problemas oriundos das questões



financeiras e dos momentos de solidão e abandono em que se encontram em relação às demais mulheres que são casadas ou que têm uma rede de apoio (Fernandes 2022, p.23).

Segundo Fernandes (2022) essa lacuna institucional reforça a invisibilidade do trabalho de cuidado não remunerado e aprofunda o isolamento dessas mulheres, impactando diretamente sua saúde mental e sua capacidade de planejar projetos de vida. Logo, torna-se urgente pensar soluções integradas que reconheçam a centralidade do cuidado na reprodução social e garantam condições concretas de alívio e empoderamento às mães solo.

Bell Hooks (2018) oferece uma contribuição poderosa e crítica ao debate sobre a divisão sexual do trabalho, especialmente ao enfatizar como as intersecções entre gênero, raça e classe aprofundam as desigualdades estruturais vividas por mulheres, particularmente mulheres negras e pobres. A autora afirma que o patriarcado institui uma hierarquia onde o trabalho reprodutivo, como o cuidado com os filhos e as tarefas domésticas, é naturalizado como obrigação feminina, o que desvaloriza e invisibiliza esse tipo de atividade na lógica capitalista.

Desse modo, as reflexões de Eva Alterman Blay (1996) e Bell Hooks (2018) convergem ao evidenciar que a divisão sexual do trabalho não é apenas uma questão econômica, mas uma construção social historicamente enraizada no patriarcado. Blay (1996) analisa como a mulher, especialmente a mãe solo, é socialmente condicionada a exercer funções do cuidado como uma extensão natural de sua identidade feminina, sendo excluída das estruturas formais de poder e prestígio. Da mesma forma, Bell Hooks (2018) denuncia que a cultura patriarcal e capitalista impõe às mulheres, sobretudo às mulheres negras e pobres, uma sobrecarga de tarefas domésticas e afetivas não reconhecidas como trabalho legítimo.

Ambas autoras, criticam a invisibilidade dessa força produtiva e destacam a necessidade de políticas públicas e práticas sociais que valorizem e redistribuam o trabalho de cuidado. Ao unir essas abordagens, compreende-se que a invisibilização do trabalho não remunerado das mães solo é sustentada por mecanismos simbólicos e materiais que perpetuam desigualdades de gênero, classe e raça.

Ao trazermos essas questões à tona, é possível desconstruir a romantização da



força feminina, abrindo espaço para um debate crítico sobre justiça social e partilha das responsabilidades do cuidado, não apenas no âmbito doméstico, mas como pauta central das políticas públicas e das relações sociais contemporâneas.

## **OS IMPACTOS ECONÔMICOS, SOCIAIS E EMOCIONAIS DA SOBRECARGA DE CUIDADO NÃO REMUNERADO NA VIDA DAS MÃES SOLO**

A obra “A Negociação da Intimidade”, de Viviana A. Zelizer (2005), oferece uma contribuição fundamental para compreender a sobrecarga de cuidado vivida por mães solo, ao demonstrar que as esferas da afetividade e da economia não são separadas na vida cotidiana, mas negociadas de maneira contínua e complexa. Ao analisar como o dinheiro circula dentro das relações íntimas sem necessariamente corrompê-las.

A revista Forbes (2023), destaca que mulheres são responsáveis por mais de 75% do trabalho não remunerado, evidenciando a desigualdade de gênero quanto ao trabalho de cuidado. Neste sentido, enquanto a sociedade insiste em separar as relações afetivas da lógica econômica, essas mulheres seguem sustentando emocional e materialmente seus filhos, muitas vezes sem apoio institucional, configurando uma realidade marcada por desigualdade, invisibilidade e ausência de reconhecimento.

A partir da promulgação da Constituição Federal de 1988, a família monoparental composta por apenas um dos genitores e seus dependentes passou a figurar expressamente como objeto de proteção do Estado, rompendo com a ideia de que vínculo familiar se restringe ao casamento ou à união estável. Essa ampliação do conceito de família permitiu incluir arranjos familiares anteriormente marginalizados, garantindo-lhes o mesmo amparo constitucional conferido às configurações tradicionais. Como relata Silva (2023).

Quanto à maternidade solo, a Constituição Federal reconheceu, expressamente, a família monoparental como merecedora da tutela estatal. Neste contexto, a partir do reconhecimento constitucional da família monoparental, enquanto unidade formada por um dos pais e seus filhos e configuração familiar a ser tutelada pelo Estado, houve a retirada do conteúdo sexual/amoroso do conceito de família, contemplando, portanto, arranjos que não possuem o vínculo conjugal (Silva, 2023 p.12).



Silva (2023), afirma que a Constituição Federal de 1988 reconheceu a família monoparental como unidade familiar legítima, independentemente de vínculo conjugal, o que representa uma desconjugalização do conceito de família. Tal reconhecimento amplia a noção de família para além da estrutura tradicional (pai, mãe e filhos), incluindo outras configurações baseadas na afetividade, no cuidado e na responsabilidade, o que está em consonância com os princípios da dignidade da pessoa humana e da igualdade.

81% das mães solteiras já precisaram recorrer a informalidade para complementar renda, segundo Serasa (2023), o que mostra quanto o Estado falha em garantir o suporte necessário: políticas públicas efetivas de cuidado, distribuição de renda, creches, saúde mental, proteção contra violência e responsabilização da ausência paterna. Sueli Carneiro (2003) enfatiza que a sobrecarga do cuidado não remunerado que recai sobre as mães solo, em especial as mulheres negras, é resultado de um sistema que articula racismo, sexismo e desigualdade social, reforçando a marginalização dessas mulheres nas estruturas econômicas e institucionais.

Em encontro a ideia da autora supracitada, a Revista Politize (2024), aborda o tema economia de cuidado: o trabalho não remunerado das mulheres, que traz dados quanto a disparidade em relação a carga de trabalho doméstico, onde as mulheres tangem a 21,3 horas semanais, quase que o dobro dos homens que são 11,1 horas. E que há um desequilíbrio ainda maior entre as mulheres negras, cerca de 36% ou mais exercem essas mesmas tarefas, comparadas a 31,5% das mulheres brancas.

Segundo Carneiro (2003), “a divisão sexual do trabalho e a subordinação das mulheres negras à esfera do cuidado são elementos estruturantes da desigualdade de gênero e raça no Brasil” (CARNEIRO, 2003, p. 27). Desse modo, o cuidado não remunerado, ainda naturalizado como papel exclusivo feminino, impede que essas mulheres acessem plenamente direitos básicos como educação, trabalho digno e saúde, além de comprometer seu bem-estar psíquico diante da ausência de políticas de redistribuição e reconhecimento. Levando em consideração o pensamento da autora é relevante analisar a citação a seguir:

Após o divórcio, separação ou falecimento do parceiro, as mulheres se veem com a vida financeira prejudicada ao terem que chefiar os próprios lares do ponto de vista material. Quando se trata de divórcio ou separação, a fixação de pensão durante



período inferior a dois anos, se mostra insuficiente para que a mulher retorne ao mercado de trabalho e retome o padrão de vida anterior ao casamento. Assim, embora exista a ideia de igualdade entre homens e mulheres, não existe efetiva garantia de proteção para as mulheres diante da vulnerabilidade que lhes é submetida ao chefiar solitariamente famílias inteiras. O cuidado que normalmente dispensa aos cuidados domésticos e filhos não fornece nenhuma contrapartida financeira e gera uma sobrecarga que impede o desenvolvimento feminino profissional e financeiro de modo igualitário (Silva, 2023 p.17).

A citação evidencia uma falsa neutralidade jurídica que, ao tratar a mulher divorciada ou viúva como formalmente igual ao homem, desconsidera as desigualdades históricas e estruturais que a colocam em situação de desvantagem após o rompimento da união. A insuficiência da pensão por tempo limitado, combinada à necessidade de chefiar lares sozinhas, evidencia uma lacuna entre a retórica legal da igualdade e a realidade concreta da exclusão social e econômica vivida pelas mulheres, em especial as negras.

Em consonância com o parágrafo acima mencionado, a Revista Carta capital (2023), enfatiza que as mães solas tem renda 32% menor e enfrentam maior sobrecarga de trabalho. Neste contexto as autoras Carneiro (2003) e Zelizer (2005) reconhecem que o cuidado, especialmente quando não remunerado, carrega um valor simbólico e emocional profundo que é frequentemente invisibilizado ou desvalorizado pelas estruturas sociais e econômicas tradicionais.

Neste sentido é relevante atentar ao pensamento de Bourdieu (1998) sobre a dominação masculina e de que modo contribui para o entendimento deste tema. O autor revela como a dominação masculina se manifesta de forma simbólica e estruturante nas relações sociais, naturalizando e legitimando a divisão sexual do trabalho, especialmente no que se refere às responsabilidades do cuidado familiar.

Nota-se que a invisibilidade do trabalho de cuidado não remunerado impacta profundamente a vida das mães solo em vários aspectos. Economicamente, essa invisibilidade contribui para a precarização do trabalho feminino, reduzindo as oportunidades de inserção e ascensão profissional, já que a sobrecarga limita a disponibilidade para o emprego formal e a qualificação. Socialmente, essas mulheres



enfrentam estigmas e julgamentos que desvalorizam sua condição e naturalizando a ideia de que a responsabilidade pelo cuidado é meramente feminina. Subjetivamente, o isolamento, o cansaço extremo, a sensação de solidão se tornam marcas constantes, gerando sofrimento psíquico e afetando a autoestima.

## **METODOLOGIA**

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa, com caráter descritivo e exploratório, tendo como objetivo analisar os impactos da invisibilidade do trabalho não remunerado de cuidado na vida das mães solo.

Para a seleção do material bibliográfico, foram realizadas buscas em bases de dados e plataformas acadêmicas, como Google Scholar, SciELO, SciELO Brasil, Scopus e Web of Science. Utilizaram-se os descritores: "mãe solo", "maternidade solo", "trabalho de cuidado", "cuidado não remunerado", "divisão sexual do trabalho", "economia do cuidado", "gênero e cuidado" e "políticas públicas para mães solo", combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR.

Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos científicos, livros, dissertações, teses, documentos institucionais e relatórios publicados entre os anos de 2020 e 2024, disponíveis em português, inglês ou espanhol, que abordassem os impactos econômicos, sociais e emocionais do trabalho de cuidado exercido por mães solo. Também foram utilizados dados estatísticos provenientes de instituições oficiais e organizações de pesquisa reconhecidas.

Foram excluídos estudos duplicados, publicações que não apresentavam relação direta com a temática proposta, trabalhos sem fundamentação científica adequada e materiais que não contribuíam para a compreensão dos objetivos da pesquisa.

Após a etapa de seleção, foram analisadas 120 publicações. Os estudos foram organizados e categorizados de acordo com os principais eixos temáticos identificados: impactos econômicos, impactos emocionais e impactos sociais e institucionais. Em seguida, realizou-se uma análise crítica e interpretativa dos conteúdos, buscando compreender como a invisibilidade do trabalho de cuidado influencia as condições de vida das mães solo e contribui para a manutenção das desigualdades de gênero, raça e



classe social.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para aprofundar o entendimento sobre os impactos da invisibilidade do trabalho de cuidado realizado por mães solo, realizou-se um levantamento de literatura científica publicado entre 2020 e 2024. Foram analisados 120 artigos em plataformas acadêmicas como Scielo, Google Scholar, SciELO Brasil e bases internacionais. Deste total, apenas 18 (15 %) abordavam diretamente consequências econômicas, enquanto 32 (26 %) se concentravam em impactos emocionais, e 24 (20 %) discutiam tanto dimensões sociais quanto institucionais. Os demais trabalhavam foco genérico ou descritivo.

No universo analisado, 18 artigos discutiam especificamente a precariedade econômica enfrentada por mães solo. Em estudo de Lima e Fonseca (2023), destaca-se que: “a ausência de suporte institucional [...] resulta em altos níveis de sofrimento psíquico [...] e compromete o desenvolvimento saudável de seus filhos”, mas também observam que muitas mães são forçadas à informalidade como única saída laboral (Lima e Fonseca, 2023, p. 102).

Segundo pesquisa de Silva e Andrade (2022), a ausência de políticas públicas eficazes voltadas para o suporte dessas mulheres consolida um modelo de dependência econômica e esgotamento físico e emocional, dificultando não apenas sua autonomia financeira, mas também a construção de vínculos sociais estáveis. As autoras ressaltam que “a sobrecarga de cuidado compromete o acesso a oportunidades de qualificação profissional, perpetuando um ciclo de precarização e isolamento” (Silva & Andrade, 2022, p. 88).

Assim, a realidade retratada nos estudos dialoga diretamente com os dados da FGV, expondo como a negligência estrutural em relação ao trabalho de cuidado afeta de maneira desproporcional as mulheres que criam sozinhas seus filhos, agravando desigualdades já existentes. Dados populacionais confirmam, segundo a FGV, mais de 11,3 milhões de brasileiras são mães solo, e em 2022, aproximadamente 45 % dessas mulheres trabalhavam na economia informal, sem proteção social ou previdenciária. Esse dado reforça a interseção entre invisibilidade do cuidado e vulnerabilidade econômica, pois a ausência de creches ou redes de suporte obriga essas mulheres a aceitar trabalhos de baixa remuneração e sem direitos.



Ao falarmos dos impactos emocionais, com base na análise dos 32 artigos revisados, é possível perceber que existe uma clara ênfase nos impactos emocionais e psíquicos enfrentados por mães solo diante da sobrecarga do trabalho de cuidado. O estudo de Silva et al. (2020) destaca que o esforço contínuo para garantir a sobrevivência da família, muitas vezes conciliando múltiplas jornadas de trabalho e a criação dos filhos sozinhas, resulta em altos níveis de esgotamento psicológico, estresse crônico e sentimento de solidão. Os dados apontam para um desgaste silencioso e muitas vezes invisibilizado, que se intensifica diante da ausência de políticas públicas específicas e da falta de reconhecimento social do trabalho de cuidado (SILVA et al., 2020, p. 158).

Essa sobrecarga emocional é ainda mais intensificada em momentos específicos do ciclo materno, como o puerpério, que tende a ser mais longo e solitário no caso das mães solo. Gutman (2016) evidencia essa realidade ao descrever o puerpério como um período marcado por dores físicas e emocionais profundas, agravadas pela ausência de uma rede de apoio próxima. Sem o compartilhamento das responsabilidades parentais, essas mulheres enfrentam não apenas a solidão, mas também a constante pressão de desempenhar todos os papéis, o que potencializa sentimentos de desamparo e angústia (Gutman (2016, p. 38).

Uma reportagem publicada pela Folha de São Paulo reforça essa perspectiva ao dar voz a mães solo que compartilham vivências marcadas por crises de ansiedade, episódios de pânico e uma sensação constante de solidão. Muitas relatam também o fardo de se compararem, ainda que involuntariamente, a figuras paternas idealizadas, uma comparação que só aprofunda o sentimento de insuficiência. Esses depoimentos revelam um sofrimento cotidiano que vai além das dificuldades materiais, atingindo com força a saúde mental e emocional dessas mulheres, que carregam sozinhas a responsabilidade pelo cuidado dos filhos em uma sociedade que ainda se recusa a compartilhar esse peso.

Ao analisarmos todos os artigos, percebe-se que cerca de 20 publicações abordam os aspectos sociais da maternidade solo revela um cenário marcado pela ausência de políticas públicas eficazes e pelo descaso institucional frente às necessidades dessas mulheres. O estudo de Silva Nascimento et al. (2022), realizado em unidades de atenção básica em Salvador (BA), evidencia a naturalização da condição de



mãe solo no cotidiano dos serviços públicos, sem que isso se traduza em estratégias de acolhimento específicas.

Essa negligência institucional revela lacunas profundas e persistentes nos sistemas de saúde e assistência social, que não reconhecem ou não atendem adequadamente à complexidade da realidade vivida por essas mulheres. Ao contrário de oferecer suporte, os espaços que deveriam ser protetivos muitas vezes reproduzem a invisibilidade social, deixando essas mães entregues ao próprio esforço, sem respaldo coletivo, comunitário ou governamental.

O recorte racial e econômico acentua ainda mais essa vulnerabilidade. Dados da Fundação CDL BH e do Instituto Datafolha mostram que cerca de 90% das mães solo no Brasil são mulheres negras, sendo que 44% dessas famílias sobrevivem com menos de um salário mínimo. Esses números não apenas escancaram desigualdades históricas, mas também reforçam como a maternidade solo está atravessada por exclusões sociais múltiplas, onde raça, classe e gênero se entrelaçam para compor um quadro de desamparo estrutural. As mães solo, em especial as negras e periféricas, acabam por ocupar uma posição de marginalidade social, sendo compelidas a desenvolver estratégias de sobrevivência em contextos marcados pela precariedade, pela ausência de suporte e pelo silenciamento de suas demandas.

Considerando as publicações que falam sobre a maternidade solo entre os anos de 2020 a 2024, percebe-se que existe uma desigualdade na profundidade com que os diferentes aspectos do tema são abordados. Enquanto algumas pesquisas apresentam fundamentações teóricas mais sólidas, outras deixam a desejar no que diz respeito a dados concretos que comprovem os efeitos reais na vida dessas mulheres.

Embora as dificuldades enfrentadas pelas mães solo sejam amplamente reconhecidas na literatura e em reportagens, ainda há uma tendência a tratar o tema de forma descritiva, sem aprofundar as análises que permitiriam compreender de que maneira o apagamento do trabalho de cuidado afeta essas mulheres. Essa ausência de um olhar mais sistemático impede que se perceba como a sobrecarga cotidiana impacta não apenas a economia doméstica, mas também as relações sociais e a saúde emocional dessas mães, revelando uma fragilidade estrutural muitas vezes naturalizada pelo discurso social dominante.



Assim, o estudo dos impactos econômicos, emocionais e sociais que será detalhado a seguir ganha fundamentação não apenas na literatura, mas também em evidências empíricas que dão voz e visibilidade às mães solo, tornando a análise mais crítica e contextualizada. Essa articulação entre teoria e dados é essencial para que possamos avançar na proposição de políticas públicas efetivas e no reconhecimento social desse trabalho invisibilizado.

A análise dos 120 artigos examinados revela um cenário preocupante, não apenas pelos dados em si, mas principalmente pelo que está ausente. Apenas 15% das produções tratam dos impactos econômicos vivenciados por mães solo, apontando para questões como informalidade laboral, renda insuficiente e ausência de vínculos empregatícios formais. Paralelamente, 26% das publicações discutem a saúde mental e emocional, com destaque para quadros de ansiedade, depressão e esgotamento psicossomático, mas ainda assim, com uma abordagem predominantemente descritiva, pouco conectada às condições estruturais que agravam essas vivências.

O dado mais expressivo se refere aos 20% dos artigos que abordam desigualdade social, estigmas de gênero e o apagamento institucional das mães solo. Como pontuam Ribeiro e Oliveira (2022), “a literatura acadêmica tende a descrever a maternidade solo como fenômeno social, mas falha em explorar as consequências materiais e simbólicas dessa experiência no cotidiano das mulheres negras e periféricas” (Ribeiro e Oliveira, 2022, p. 118).

Assim, essa lacuna teórico-metodológica escancara uma desconexão entre a produção acadêmica e as realidades vividas. Segundo Brito e Cunha (2021), a ausência de pesquisas empíricas robustas dificulta a formulação de políticas públicas eficazes, pois “sem dados qualitativos e quantitativos que revelem o cotidiano das mães solo, o Estado opera às cegas, naturalizando a exclusão”. Em outras palavras, o conhecimento que não se traduz em ação contribui para perpetuar a invisibilidade das desigualdades que busca denunciar (Brito e Cunha, 2021, p. 92).

Nesse contexto, a presente revisão sistemática se mostra estratégica por três razões principais. Primeiro, porque permite mapear com clareza as áreas mais e menos exploradas dentro do debate sobre maternidade solo. Segundo, porque evidencia a urgência de estudos que articulem dados objetivos, como informalidade, carga horária



de trabalho não remunerado e indicadores de saúde mental, às narrativas e trajetórias de vida das mulheres afetadas. E terceiro, porque fornece base sólida para a construção de políticas públicas que levem em conta a complexidade das vulnerabilidades envolvidas, de forma interseccional e contextualizadas.

Por fim, vale destacar que esta análise também aponta para a responsabilidade da academia em avançar para além da denúncia, propondo caminhos metodológicos inovadores e comprometidos com a transformação social. Ao realizar uma revisão ampla, transparente e com critérios sistemáticos, este estudo oferece um panorama inédito da produção científica recente (2020–2024), evidenciando tanto avanços quanto silêncios. Como defende Carneiro (2023), “falar sobre mães solo não é apenas produzir conhecimento; é uma escolha ética que exige a escuta, compromisso e ação” (Carneiro, 2023, p. 41).

A partir dos resultados desta revisão, fica claro que discutir a maternidade solo vai muito além de conceitos teóricos bem elaborados; é fundamental adotar uma postura metodológica cuidadosa e dar espaço para ouvir verdadeiramente as experiências dessas mulheres, muitas vezes ignoradas. As lacunas presentes na literatura não só mostram as limitações do conhecimento atual, mas também indicam a necessidade urgente de aproximar a pesquisa das realidades vividas. O olhar acadêmico precisa se tornar uma ferramenta de transformação, capaz de questionar as estruturas existentes, inspirar mudanças concretas e orientar políticas públicas que enxerguem a maternidade solo não como algo fora do comum ou problemático, mas como uma realidade legítima e central na sociedade brasileira.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A análise interdisciplinar aqui desenvolvida buscou lançar luz sobre as múltiplas dimensões do cuidado exercido pelas mães solo, especialmente à luz das contribuições de Viviana Zelizer, Sueli Carneiro e Pierre Bourdieu, bem como do reconhecimento jurídico da família monoparental no contexto brasileiro. Ao entrecruzar o aspecto econômico, afetivo, jurídico e racial desse fenômeno social, constatou-se que o trabalho de cuidado, embora central para a reprodução da vida e para o funcionamento cotidiano das famílias, permanece estruturalmente invisibilizado pelas políticas públicas e pelas



estatísticas oficiais.

Zelizer (2005) defende que “as relações íntimas não se dissociam da economia”, e que o afeto que move o cuidado é também estruturado por trocas simbólicas e materiais. Assim, o trabalho doméstico e de cuidado prestado por mães solo, muitas vezes sem qualquer remuneração ou apoio institucional, revela uma articulação entre amor e sobrevivência que as políticas sociais ainda insistem em ignorar.

O reconhecimento constitucional da família monoparental, como previsto no artigo 226, §4º da Constituição Federal, foi um avanço importante no campo jurídico, mas, como bem observa Silva (2023, p. 88), “o reconhecimento formal não eliminou os obstáculos materiais que atravessam a vida das mães solo, sobretudo aquelas em situação de vulnerabilidade econômica e racial”. O texto constitucional carece de políticas públicas concretas que garantam proteção real a essas mulheres, como redes de apoio, renda básica, acesso facilitado a creches, políticas de habitação e segurança alimentar.

Carneiro (2003) contribui decisivamente para esse debate ao demonstrar que o trabalho de cuidado é racializado, de forma que as mulheres negras, historicamente colocadas em posição de subalternidade, continuam sendo aquelas que sustentam, de forma invisível, o cotidiano de famílias inteiras, inclusive daquelas que não são as suas. Ela afirma: “a desigualdade racial se manifesta também pela divisão do trabalho de cuidado, cuja carga recai desproporcionalmente sobre as mulheres negras, perpetuando sua exclusão social e econômica”.

Já Bourdieu (1998), ao refletir sobre os mecanismos de dominação simbólica, argumenta que a naturalização da dominação masculina opera de forma eficaz quando “as estruturas objetivas do mundo social são interiorizadas como disposições duráveis” (BOURDIEU, 1998, p. 64). Em outras palavras, a ideia de que as mulheres são naturalmente vocacionadas para o cuidado contribui para a reprodução de desigualdades de gênero e para a desvalorização política e econômica desse trabalho. O habitus social legitima a ideia de que mães solo devem, por instinto ou dever moral, ter de suportar sozinhas o peso da criação de seus filhos, mesmo quando isso representa a negação de seus próprios direitos.

Portanto, é urgente que se repense o lugar do cuidado na sociedade. Isso implica



não apenas em políticas redistributivas, como o fortalecimento do Sistema Único de Assistência Social (SUAS), a ampliação das licenças parentais, a criação de programas de acolhimento a mães solo e o fomento a creches em tempo integral, mas também em uma profunda transformação cultural que revalorize o trabalho do cuidado como atividade essencial à vida coletiva. É preciso romper com o paradigma da família nuclear tradicional e reconhecer a pluralidade das configurações familiares, em especial aquelas sustentadas exclusivamente por mulheres.

Reconhecer o trabalho das mães solo é, antes de tudo, admitir que existe uma base invisível, afetiva, econômica e simbólica, que sustenta grande parte da vida em sociedade. Logo, valorizar a maternidade, nesse contexto, significa ir além dos discursos idealizados, entendendo que ela pode ser fruto de uma escolha, mas também de imposições sociais e estruturais que recaem, quase sempre, sobre os ombros femininos. Se de fato desejamos construir uma sociedade mais justa, é urgente deixar de tratar o cuidado como algo privado, confinado ao espaço doméstico, e assumi-lo como uma questão coletiva, política e social.

## REFERÊNCIAS

- BORGES, Isabel Cristina da Silva. **Mães solo: entre o direito e a realidade**. São Paulo: Dialética, 2020.
- BOURDIEU, Pierre. **A dominação masculina**. 7. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.
- BLAY, Eva Alterman. **Mulheres e trabalho: desigualdades e desafios**. São Paulo: Editora Fundação Perseu Abramo, 1996.
- BRITO, Mariana; CUNHA, Lúcia. **Invisibilidade e maternidade solo: desafios metodológicos na produção de conhecimento**. *Revista Brasileira de Políticas Públicas*, v. 11, n. 2, p. 87-94, 2021.
- CARNEIRO, Sueli. **Mulheres em movimento**. In: HOLANDA, Heloisa Buarque de (Org.). *Pensamento feminista: conceitos fundamentais*. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2003. p. 285-294.
- CARNEIRO, Sueli. **Mulheres negras e epistemologias da resistência**. *Cadernos de Gênero e Diversidade*, v. 9, n. 1, p. 35-45, 2023.
- CARTA CAPITAL: **Mães solo tem renda 32% menor e enfrentam maior sobrecarga de trabalho**. 2023. Disponível em: <https://www.cartacapital.com.br>.
- DATAFOLHA. **Mulheres chefes de família e vulnerabilidade social: resultados da pesquisa nacional**. São Paulo: Instituto Datafolha, 2020.



FUNDAÇÃO CDL-BH. *Pesquisa sobre mães solo no Brasil*. Belo Horizonte: Fundação CDL, 2021.

FUNDAÇÃO CDL BH; DATAFOLHA. *Mulheres chefes de família e desafios do cuidado: um panorama da maternidade solo no Brasil*. Belo Horizonte: Fundação CDL BH, 2022.  
Disponível em: <https://fundacaocdlbh.org.br>. Acesso em: 26 jul. 2025.

FERNANDES, Priscila da Silva. **Família monoparental feminina: desafios de ser mãe solo**. 2022. Dissertação (Mestrado em Educação Sexual) – Programa de Pós-Graduação, Faculdade de Ciências e Letras, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Campus de Araraquara, Araraquara, 2022.

FORBES Brasil. **Mulheres são responsáveis por mais de 75% do trabalho não remunerado**. 2023. Disponível em: <https://www.forbes.com.br>

FOLHA DE S.PAULO. **Mães solo enfrentam informalidade, solidão e sobrecarga: “é exaustivo cuidar sozinha”**. Cotidiano, 2022. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br>. Acesso em: 25 jul. 2025.

FUNDAÇÃO GETÚLIO VARGAS (FGV). **Mais de 11 milhões de mães solo no Brasil, 45% em trabalhos informais**. FGV Social, 2022. Disponível em: <https://fgv.br/maternidade-solo>. Acesso em: 24 jul. 2025.

GUTMAN, Laura. **O poder do discurso materno**. São Paulo: Objetiva, 2016.

HIRATA, Helena; GUIMARÃES, Nadya Araújo (orgs). **Cuidado e cuidadoras; as várias faces do trabalho do care**. São Paulo: Atlas.2012.

HOOKS, Bell. *O feminismo é para todo mundo: políticas arrebatadoras*. Tradução de Ana Luíza Libânio. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2018.

HOOKS, Bell. *Teoria feminista: da margem ao centro*. Tradução de Heci Regina Candiani. São Paulo: Elefante, 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua: características gerais dos domicílios e dos moradores**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022. Disponível em: [\[https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2102004\]](https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2102004). Acesso em: [junho/2025].

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar Projetos de Pesquisa**. 4ed. São Paulo; Atlas. 2008.

LANE, Silvia T. M. **Psicologia Social: o homem em movimento**. São Paulo: Brasiliense, 1984.

POLITIZE. **Economia do cuidado: O trabalho não remunerado das mulheres**. 2024. Disponível em: <https://www.politize.com.br/economia-do-cuidado>.

PORTAL MATERNAR PLENO. **Ansiedade e depressão entre mães solo aumentam em cenário de abandono**. Portal Maternar Pleno, 2023. Disponível em: <https://portalmaternarpleno.com>. Acesso em: 26 jul. 2025.

RIBEIRO, Denise; OLIVEIRA, Camila. **Interseccionalidade e maternidade: uma análise crítica das produções acadêmicas sobre mães solo no Brasil**. Revista Estudos Feministas, v. 30, n. 3, p. 110-122, 2022.



SERASA. **81 % das mães solteiras já precisam recorrer á informalidade para complementar renda.** 2023. Disponível em: <https://www.serasa.com.br/imprensa>.

SILVA, Larissa Peixoto. **Maternidade solo e dever de cuidado dos filhos:** reflexões acerca da sobrecarga feminina no sustento familiar. *Revistas UNIFACS*, Salvador, 2023. Disponível em: <https://revistas.unifacs.br/article/2023>. Acesso em: 2 jul. 2025.

SILVA, Camila Tavares da *et al.* **Maternidade solo e saúde mental: um olhar interseccional.** *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 20, n. 1, p. 157-165, 2020.

SILVA NASCIMENTO, Elaine *et al.* **Práticas de cuidado a mães solo na atenção básica em Salvador: desafios e invisibilidades.** *Revista Saúde em Debate*, v. 46, n. 132, p. 344-353, 2022.

ZELIZER (2005), Viviana A. **A negociação da intimidade: dinheiro e relações pessoais.** Tradução de Maria Carolina Rodrigues. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2005.