

[ARTIGO]

A SOBRECARGA DE MULHERES NO ATO DE CUIDAR NO AMBIENTE FAMILIAR

Ana Laura Câmara Marques¹
Marina Helena de Moraes Martins²

RESUMO

Este artigo investiga a sobrecarga de cuidadoras familiares, analisando como essa função é moldada por construções socioculturais de gênero. A pesquisa adota uma abordagem qualitativa, utilizando revisão de literatura narrativa e análise de conteúdo baseada em Bardin. O objetivo é compreender criticamente como dispositivos de gênero produzem a sobrecarga feminina e suas representações acadêmicas. Os resultados indicam que o papel de cuidadora, socialmente imposto, gera exaustão física, emocional e invisibilidade do trabalho não remunerado. A análise articula conceitos de dispositivo, subjetividade, reconhecimento e interseccionalidade para evidenciar desigualdades na distribuição do cuidado. Por fim, discutem-se as estratégias de agenciamento e redes de apoio criadas por essas mulheres. Conclui-se que a redistribuição do cuidado é uma questão política e ética, essencial para desconstruir o mito da mulher cuidadora e promover a equidade social.

Palavras-chave: Mulher; Imagem; Cuidado; Sobrecarga; Gênero

THE BURDEN OF WOMEN IN THE ACT OF CAREGIVING IN THE FAMILY ENVIRONMENT

ABSTRACT

This article investigates the burden of female family caregivers, analyzing how this role is shaped by sociocultural gender constructions. The study adopts a qualitative approach, utilizing a narrative literature review and Bardin's content analysis. The objective is to critically understand how gender apparatuses produce female burden and its academic representations. Results indicate that the socially imposed role of caregiver leads to physical and emotional exhaustion, as well as the invisibility of unpaid labor.

¹ Psicóloga, professora da UniCatólica do Rio Grande do Norte. Discente do mestrado de Ciências Sociais e Humanas na Universidade Estadual do Rio Grande do Norte, apsicologaanalaura@gmail.com.

² Mestranda pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais e Humanas (PPGCISH) da Universidade Estadual do Rio Grande do Norte (UERN); Graduada em psicologia pela Universidade Potiguar. Especialista em saúde mental e atenção psicossocial. E-mail: marinahelena866@gmail.com.

The analysis articulates concepts such as apparatus, subjectivity, recognition, and intersectionality to highlight inequalities in the distribution of care. Finally, the study discusses agency strategies and support networks created by these women. It concludes that the redistribution of care is a political and ethical issue, essential for deconstructing the myth of the female caregiver and promoting social equity.

Keywords: Women; Image; Care; Overload; Gender

INTRODUÇÃO

Quando o cuidado a um familiar se torna necessário, é comum que essa tarefa recaia sobre um único membro da família, que precisa conciliar essa nova responsabilidade com suas obrigações preexistentes. Essa dinâmica, muitas vezes, revela uma predeterminação de papéis: há uma forte expectativa social de que a mulher assuma a função de cuidadora. Isso acontece porque, em nossa cultura, o ato de cuidar da família e as tarefas domésticas são frequentemente vistos como "naturalmente" femininas. É uma convenção social profundamente enraizada que as mulheres sejam as principais responsáveis pelos cuidados. Isso sugere que a cultura na qual estamos inseridos tende a atribuir papéis quase fixos para homens e mulheres. Assim, mesmo com a crescente participação feminina no mercado de trabalho, ainda existe uma forte pressão social e familiar para que as mulheres assumam a tarefa de cuidar quando essa necessidade surge entre os membros da família (Ferreira et al., 2018).

A premissa de que o ato de cuidar não é universal, mas sim moldado pela identidade de quem cuida, nos leva a uma discussão crucial sobre o papel da mulher. O protagonismo feminino no cuidado familiar não é uma coincidência, mas sim um reflexo de construções sociais e culturais arraigadas. É comum ver como a sociedade naturaliza a mulher como cuidadora, independentemente de seu papel na família seja esposa, filha, mãe, tia ou avó. De qualquer forma, o ato de cuidar de um familiar doente ou que precisa de atenção constante se torna uma prioridade, muitas vezes sobrepondo-se aos projetos pessoais da mulher. Ao se identificar tanto com o cuidado, a mulher pode acabar se afastando da chance de fazer outras escolhas ou de perseguir seus próprios sonhos (Pegorado; Caldana, 2008).

Historicamente, é evidente que os homens sempre tiveram maior acesso e domínio em áreas como o poder político, o mercado de trabalho e a autonomia sobre suas próprias vidas, inclusive a sexual. Essa consolidação ao longo do tempo gerou diversas formas de opressão feminina, resultando em relações de submissão, violência, dominação e, inclusive, na violação de direitos constitucionais garantidos a partir de 1988. É fato que as mulheres alcançaram avanços importantes em seus direitos, em grande parte graças aos movimentos feministas que buscam a liberdade de escolha, a emancipação política e a equidade social. No entanto, é evidente que essas conquistas ainda não foram

suficientes para dismantelar o cenário sócio-histórico conservador de desigualdades que persiste até hoje (Pereira, 2019).

Na sociedade burguesa, as mulheres se veem presas a uma rede complexa de 'obrigações, o que dificulta a realização de seus próprios projetos de vida. O ato de cuidar da família e dos parceiros, somado às suas atividades profissionais, é visto como algo naturalmente feminino, uma norma construída historicamente. Essa realidade se torna tão arraigada que parece eterna, desvinculando-se das próprias mulheres que a vivenciam (Guedes; Daros, 2009).

Chimamanda Ngozi Adichie, em *O perigo de uma história única*, alerta para os riscos de se reduzir a complexidade humana a uma única narrativa. No contexto da mulher, essa história única se manifesta na idealização de uma cuidadora, amorosa, abnegada e perfeita, que negligencia a própria vida em função do cuidado aos seus. A invisibilidade e a sobrecarga no cuidar são aspectos cruciais que permeiam essa experiência, exigindo uma análise aprofundada e a desconstrução de estereótipos.

Este artigo propõe uma reflexão crítica sobre como os dispositivos socioculturais de gênero produzem e sustentam a sobrecarga de mulheres que exercem a função de cuidadoras no ambiente familiar. Mobilizando os conceitos de dispositivo (Agamben, 2009), subjetividade (Morin, 1996; Lazzarato, 2014), gênero (De Lauretis, 1994) e reconhecimento (Butler, 2015), busca-se compreender de que forma essas construções normativas operam subjetivamente e materialmente sobre as mulheres, investigando as representações acadêmicas que tematizam essas experiências. Ao longo do texto, procura-se evidenciar os efeitos simbólicos e psíquicos dessa responsabilização desigual, ao mesmo tempo em que se examinam as estratégias de resistência e agenciamento construídas pelas próprias mulheres em resposta a esse cenário. Com isso, a pesquisa pretende contribuir para a desconstrução da ideia de que o cuidado é um atributo essencialmente feminino, dando visibilidade a experiências frequentemente silenciadas pela lógica patriarcal da domesticidade.

A sobrecarga da mulher e suas diversas funções no meio familiar, são experiências sociais e simbólicas atravessadas por discursos, práticas e dispositivos de controle. Portanto este artigo se debruça em dialogar com a seguinte questão: de que forma os dispositivos socioculturais de gênero produzem a sobrecarga das mulheres que cuidam de familiares, e como essas experiências têm sido representadas e analisadas na literatura acadêmica? Além disso, busca-se analisar como a pesquisa acadêmica tem se posicionado diante dessas complexidades, os desafios inerentes à sua investigação e as contribuições que pode oferecer para uma compreensão mais plural e inclusiva da mulher.

Este estudo parte da premissa de que a figura da mulher cuidadora é uma produção discursiva sustentada por dispositivos de gênero e por práticas sociais naturalizadas. Ao deslocar essa figura do campo do "instinto" ou da "vocação" para o campo político e simbólico, pretende-se contribuir para o debate sobre as

formas de responsabilização e invisibilização das mulheres no espaço doméstico, bem como para a produção de alternativas éticas e sociais de redistribuição do cuidado.

METODOLOGIA

Este artigo adota uma abordagem qualitativa, com ênfase na revisão de literatura de caráter narrativo e na técnica de análise de conteúdo. A escolha por essa estratégia metodológica visa compreender criticamente como a imagem da mulher cuidadora tem sido construída, representada e tensionada nos estudos acadêmicos. A pesquisa foi norteada pela seguinte questão-problema: de que forma os dispositivos socioculturais de gênero produzem a sobrecarga das mulheres que cuidam de familiares, e como essas experiências têm sido representadas e analisadas na literatura acadêmica?

A revisão narrativa, conforme Rother (2007), permite uma exploração ampla do conhecimento acumulado sobre determinado tema, favorecendo o diálogo entre múltiplas abordagens teóricas. Diferentemente da revisão sistemática, a revisão narrativa valoriza o percurso subjetivo e interpretativo do(a) pesquisador(a), possibilitando a construção de sentidos e inferências críticas sobre o objeto de estudo.

A pesquisa exploratória tem por objetivo ampliar a familiaridade com um problema, contribuindo para sua explicitação ou para a formulação de hipóteses (Gil, 1994). Por sua vez, a pesquisa descritiva, conforme ainda o autor, busca descrever características de uma população ou fenômeno, assim como identificar possíveis relações entre variáveis.

O corpus da pesquisa foi composto por produções acadêmicas selecionadas a partir de bases de dados como SciELO, PePSIC e periódicos nacionais relevantes nas áreas da psicologia social, sociologia da família, estudos de gênero e saúde coletiva. Foram considerados artigos publicados entre os anos de 2000 a 2024, em português, que abordam temas relacionados ao cuidado familiar, sobrecarga de mulheres, interseccionalidades e políticas públicas de cuidado. As obras clássicas e contemporâneas de autoras como Butler (2015), Collins (2019), De Lauretis (1994), hooks (2020), entre outras, também foram incorporadas ao arcabouço teórico.

Adotando um método de análise qualitativa, foi possível reunir e interpretar estudos que ofereceram uma compreensão aprofundada do objeto investigado. A abordagem qualitativa, como destaca Minayo (2001), opera no campo dos significados, motivos, valores, crenças e atitudes elementos que remetem à dimensão simbólica das relações e processos sociais, indo além da mensuração objetiva e da manipulação de variáveis.

A revisão narrativa, diferentemente das revisões sistemáticas, raramente parte de uma pergunta de pesquisa rigorosamente delimitada, tampouco segue um protocolo metodológico rígido. A busca por materiais, nesse formato, é

flexível, não necessariamente exaustiva, e frequentemente marcada por escolhas subjetivas. Essa característica amplia as possibilidades analíticas, mas também pode expor o processo a vieses de seleção e a influências da perspectiva do(a) pesquisador(a) (Cordeiro et al., 2007).

A escolha pela revisão narrativa justifica-se, portanto, pela flexibilidade interpretativa que ela oferece, além da possibilidade de dialogar com distintos campos do saber como os estudos de gênero, a sociologia da família, a psicologia social e os estudos culturais sem se restringir a critérios excessivamente sistemáticos. O enfoque está na construção de uma perspectiva crítica e interpretativa, apta a captar a complexidade simbólica, afetiva e política das experiências analisadas.

A análise de conteúdo é um conjunto de ferramentas metodológicas em constante aperfeiçoamento, aplicadas a diversos tipos de discursos. É uma análise de significados que se concentra em descrever de forma objetiva, sistemática e quantitativa o conteúdo extraído das comunicações, para então interpretá-lo (Santos, 2012).

As orientações propostas por Bardin (2011) sobre a análise de conteúdo utilizada seguiu, articulando três fases interdependentes. A primeira delas, a pré-análise, consistiu na leitura flutuante dos textos, com vistas à identificação do material mais relevante para os objetivos da pesquisa. Neste estágio, foram selecionadas produções que abordassem diretamente as temáticas do cuidado, da divisão sexual do trabalho e da sobrecarga feminina no espaço doméstico. Além disso, os textos foram organizados em fichamentos analíticos que auxiliaram na sistematização dos dados.

Na segunda etapa, correspondente à exploração do material, foram identificadas unidades de registro relacionadas às categorias centrais do estudo, tais como “naturalização do cuidado”, “idealização da mulher cuidadora”, “invisibilidade e exaustão”, “interseccionalidades” e “resistência/agenciamento”. A codificação temática foi realizada com base na recorrência de expressões, argumentos e formulações que demonstrassem como os discursos científicos contribuem para a reprodução ou para a problematização do papel feminino no cuidado familiar. A construção dessas categorias partiu tanto da fundamentação teórica de autores como Butler (2015), De Lauretis (1994), Collins (2019) e Agamben (2009), quanto das análises desenvolvidas nos artigos revisados.

Por fim, na fase de tratamento dos resultados e interpretação, procedeu-se à articulação entre os achados empíricos e os referenciais teóricos adotados. As categorias temáticas foram discutidas à luz dos conceitos de dispositivo, subjetividade e gênero, o que permitiu identificar padrões argumentativos e tensões presentes nos textos acadêmicos. Essa etapa resultou na elaboração de uma narrativa analítica que não apenas descreve os sentidos atribuídos ao cuidado feminino, mas também problematiza suas implicações ético-políticas.

A adoção de uma revisão de literatura do tipo narrativa, associada à técnica de análise de conteúdo, nesse contexto, revelou-se adequada por possibilitar uma leitura crítica dos discursos e por respeitar a natureza simbólica das experiências analisadas. Assim, buscou-se compreender o cuidado não como um dado biológico, mas como uma construção histórica, marcada por disputas de poder, por normatizações de gênero e por práticas cotidianas de resistência.

DISPOSITIVOS DE CUIDADO: UMA PERSPECTIVA CONCEITUAL

Giorgio Agamben (2009) define os dispositivos como tudo aquilo que tem, de algum modo, a capacidade de capturar, orientar, determinar ou controlar gestos, condutas, opiniões e discursos dos sujeitos. A expectativa de que a mulher seja intrinsecamente cuidadora é um reflexo desse dispositivo, que se manifesta em diversas esferas da vida social.

Essa regulação é profundamente atravessada por construções de gênero. Como nos lembra Teresa de Lauretis (1994), o gênero não é apenas uma identidade, mas uma tecnologia de poder que organiza e disciplina os corpos. Assim, o corpo feminino é reiteradamente convocado às tarefas do cuidado, sendo socialmente premiado quando se dedica ao outro e punido quando se recusa a tal destinação. Essa imposição de papéis de gênero é reforçada por discursos culturais e midiáticos que perpetuam a imagem da mulher como cuidadora nata, dificultando a desconstrução desses estereótipos. A obra de Lopes (2018), por exemplo, aborda a complexidade das relações familiares e como os papéis de gênero são construídos e reproduzidos dentro delas, influenciando diretamente a percepção da maternidade e do cuidado.

Edgar Morin (1996) aponta que a subjetividade é constituída em meio a forças culturais, simbólicas e imaginárias. Mulheres que cuidam compartilham uma subjetivação que é mediada por essas forças, embora assumam posições sociais distintas. A subjetividade, nesse contexto, não é algo inato, mas sim um processo contínuo de construção e reconstrução, influenciado pelas interações sociais e pelas narrativas culturais. A pesquisa acadêmica, ao analisar essas subjetividades, contribui para a compreensão de como as mulheres se posicionam e resistem a esses dispositivos.

A invisibilidade do trabalho de cuidado de parentes, muitas vezes não remunerado e não reconhecido, é uma das consequências desse dispositivo. A sobrecarga física e emocional que recai sobre as cuidadoras é um tema que tem ganhado destaque nas pesquisas acadêmicas, revelando a urgência de políticas públicas que ofereçam suporte e reconhecimento a essas mulheres. Portanto surge a cuidadora familiar, que além de desempenhar suas atividades pessoais, assume a função de cuidado com seus familiares e o lar.

A IMAGEM DA CUIDADORA FAMILIAR

Ao longo da história, as mulheres foram designadas como as cuidadoras primárias dentro do ambiente familiar. É comum que aquelas que dividem o mesmo teto tornem-se as responsáveis por seus maridos, pais e, por vezes, até mesmo pelos próprios filhos. Impulsionado por raízes predominantemente culturais, esse papel de cuidadora continua sendo uma expectativa social imposta às mulheres (Bicalho et al, 2008).

Cuidar de um familiar sempre impõe situações desafiadoras e exige alterações no modo de vida de quem cuida. Contudo, a forma como cada pessoa lida com essas transformações e adversidades é bastante individual, e pode até mudar para a mesma pessoa ao longo do tempo. Enquanto alguns conseguem se adaptar melhor às dificuldades do cuidado, outros reagem de forma inadequada, geralmente quando o estresse se acumula e gera sobrecarga (Fonseca et al., 2008).

Patricia Hill Collins (2019) e bell hooks (2020) enfatizam que mulheres negras, por exemplo, têm historicamente sido colocadas no lugar do cuidado, seja na esfera doméstica, seja em instituições. Essa herança colonial e racista estrutura o que se espera das mulheres, sobretudo em contextos onde o Estado é omissor. A interseccionalidade de gênero, raça e classe social revela como a carga do cuidado é desigualmente distribuída, recaindo de forma mais acentuada sobre mulheres de grupos sociais marginalizados. As pesquisas sobre o tema, como as de Lemes (2018) sobre novas práticas de maternagem e feminismo, trazem à tona a discussão sobre o papel da mulher na sociedade e as expectativas em torno do cuidado.

O cuidado com um familiar implica uma dissolução progressiva da identidade do outro, e, com isso, a cuidadora precisa suportar a perda em vida. O que Butler (2015) chama de luto antecipado se faz presente cotidianamente. A dimensão psicológica e emocional desse processo é complexa e exige atenção da academia, que busca desenvolver intervenções e estratégias de suporte para essas mulheres. A falta de reconhecimento social e a ausência de suporte adequado agravam o esgotamento das cuidadoras, que muitas vezes sacrificam suas próprias vidas em prol do bem-estar do familiar adoecido.

Além disso, espera-se que a imagem da cuidadora seja abnegada, paciente, amorosa. Como em um reality show da dor, a pornografia da intimidade (Sibilia, 2008) invade também esse espaço, exigindo que o sofrimento seja partilhado, narrado, estetizado. Essa espetacularização da dor, aliada à falta de reconhecimento e apoio, contribui para o isolamento e o sofrimento das cuidadoras. A pesquisa acadêmica, ao analisar essas dinâmicas, pode oferecer subsídios para a construção de narrativas mais humanizadas e para a desconstrução da imagem idealizada da cuidadora, que muitas vezes impede que essas mulheres busquem ajuda e apoio e por vezes estas se percebem divididas entre a função romantizada e a realidade sobrecarregada.

ENTRE O AMOR E A SOBRECARGA

Os estudos sobre a família exploram uma vasta gama de aspectos, incluindo dimensões históricas, sociológicas e jurídicas, além de sua estrutura, funções, subjetividades, senso de pertencimento, e metodologias para trabalhar com elas. Também consideram a influência de diferentes modelos de políticas econômicas e sociais. Quase invariavelmente, esses estudos discutem o papel da mulher na família e as funções tradicionalmente esperadas dela. Eles apontam que a crescente inserção feminina no mercado de trabalho tem impactado profundamente os papéis desempenhados (ou "esperados") dentro da família. Esses referenciais sugerem que, ao analisar esse grupo social, devemos pensar em "famílias", no plural, reconhecendo sua diversidade estrutural e as distintas formas como cuidam de seus membros (Montenegro, 2018) .

A ideia de que as mulheres têm uma "disposição para cuidar" está ligada à construção dos papéis de gênero, que veem o cuidado como uma propensão feminina natural, baseada na função reprodutiva. Para enfrentar esse debate, é crucial discutir a delegação dessa responsabilidade à mulher. Quando a mulher assume atividades no mercado de trabalho e, ao mesmo tempo, mantém as funções tradicionalmente esperadas dela, a sobrecarga torna-se evidente. Essa questão centraliza-se na desigualdade de gênero e na necessidade de repensar a atribuição primária dessas responsabilidades à família, sem combinar com outros esforços que devem, necessariamente, incluir o apoio do setor público (George; Santos, 2014). Ideologicamente, a percepção de que a mulher é o "sexo frágil" e, portanto, necessita da proteção masculina ainda é dominante. Alcântara e Teixeira (2023) afirma ainda que:

Nessa visão binária, as mulheres são amáveis, acolhedoras, sensíveis, frágeis, afetuosas, precisam de proteção, são instáveis, possuem aptidão para o exercício do cuidado, educação das crianças, ideia estabelecida que designa à mulher a natureza de ser cuidadora, paralela à abdicação de seus projetos em prol da família (Alcântara; Teixeira, 2023, p. 107).

Quando a mulher se encarrega de múltiplas funções, tanto na esfera produtiva quanto na social, sem receber remuneração ou sendo mal paga, o Estado se livra da responsabilidade de parte dessa reprodução social. Isso significa que o fundo público é desonerado de investir em políticas que deveriam atender a essas necessidades essenciais.

A extensa dedicação e o tempo demandados pela tarefa de cuidar frequentemente resultam na falta de disponibilidade das cuidadoras para atenderem às suas próprias necessidades de saúde. O autor Montenegro (2018) ainda afirma que o ato de cuidar pode gerar diversas repercussões na saúde física, manifestando-se por meio de novos problemas ou dores em diferentes áreas do corpo. É comum o relato de desgaste e debilitação física ao longo da

jornada do cuidador. No âmbito emocional e mental, observam-se condições, sinais ou sensações como tristeza, ansiedade, depressão, insônia, angústia, estresse e temores, frequentemente englobados sob a expressão "problemas emocionais". No entanto, é possível perceber que essas mulheres por vezes se percebem assujeitadas ao contexto que reforça diariamente a ideia de que nasceu para cuidar e por isso precisa desempenhar tal função, mesmo estando adoecida, principalmente por falta de rede de apoio.

SUBJETIVIDADES EM DISPUTA: RESISTÊNCIAS E AGENCIAMENTOS

As mulheres que cuidam do ambiente familiar possuem a experiência de terem suas subjetividades moldadas por dispositivos sociais que as pressionam a se conformar a ideais pré-estabelecidos. No entanto, é precisamente nesse embate com as normas que emergem as resistências e os agenciamentos, ou seja, a capacidade de agir e de transformar a realidade. A pesquisa acadêmica tem um papel crucial em dar visibilidade a essas resistências, analisando as estratégias que as mulheres desenvolvem para construir autonomia e agência em meio a contextos de opressão e invisibilidade. Essa capacidade de agenciamento é um campo fértil para estudos que buscam compreender a resiliência feminina e as formas de enfrentamento diante das adversidades.

Lazzarato (2014) nos lembra que a subjetividade não é algo dado, mas uma produção contínua, onde signos, máquinas e afetos estão em jogo. As mulheres, ao se depararem com as exigências do dispositivo do cuidado, não são meras receptoras passivas; elas ativamente constroem e reconstroem suas subjetividades. A criação de redes de apoio, a troca de experiências em grupos de mútua ajuda, a busca por informação e o engajamento em movimentos sociais são exemplos de agenciamentos que permitem a essas mulheres compartilhar suas dores, celebrar suas conquistas e encontrar força para resistir. A academia, ao documentar e analisar essas iniciativas, contribui para a disseminação de práticas que fortalecem a autonomia e o bem-estar dessas mulheres, além de fornecer subsídios para a formulação de políticas públicas que as apoiem.

A "obscenidade integral" de que falam Attimonelli e Susca (2017), que se manifesta na exposição excessiva da intimidade, pode ser ressignificada pelas mulheres como uma ferramenta de denúncia e de resistência. Ao expor suas realidades, suas dores e suas lutas, elas não apenas desafiam a invisibilidade imposta pelo dispositivo do cuidado, mas também denunciam as violências simbólicas, as ausências de políticas públicas e a sobrecarga no cuidar. Essa publicização de suas histórias, seja por meio de relatos pessoais, seja por meio de produções artísticas ou acadêmicas, é um ato político que transforma o sofrimento individual em uma questão coletiva, exigindo reconhecimento e mudança. A pesquisa acadêmica, nesse sentido, atua como um amplificador dessas vozes, transformando experiências individuais em conhecimento coletivo e em subsídio para a transformação social.

Essa busca por um equilíbrio entre as diferentes dimensões da vida feminina é um reflexo do agenciamento e da resistência aos padrões tradicionais de maternidade. A academia, ao investigar essas novas configurações familiares e os desafios enfrentados pelas mulheres, contribui para a construção de modelos mais flexíveis e inclusivos de maternidade, que reconheçam a diversidade de escolhas e a complexidade da vida feminina.

Ao analisar as resistências e os agenciamentos das mulheres, a academia contribui para a desconstrução de mitos, para a visibilidade de experiências marginalizadas e para a construção de uma sociedade mais justa e equitativa, que reconheça e valorize a diversidade das formas de maternar e de existir. A pesquisa acadêmica, ao se debruçar sobre essas questões, não apenas produz conhecimento, mas também se torna uma ferramenta de empoderamento e transformação social, contribuindo para que as mulheres possam exercer sua maternidade e seu cuidado de forma mais autônoma e plena.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As análises desenvolvidas neste trabalho evidenciam que a sobrecarga de mulheres no ato de cuidar, especialmente no contexto familiar, está ancorada em construções históricas e socioculturais que moldam práticas e subjetividades femininas como se fossem naturais. O cuidado, nesse cenário, é menos uma escolha e mais uma imposição social, sustentada por dispositivos de gênero que orientam condutas e expectativas (Agamben, 2009; De Lauretis, 1994). Essa atribuição, travestida de vocação, acarreta impactos profundos na vida das mulheres, resultando em sobrecarga física, emocional e psíquica (Fonseca et al., 2008; Montenegro, 2018).

O trabalho de cuidado, por ser majoritariamente não remunerado e invisibilizado, é desvalorizado tanto no espaço doméstico quanto nas políticas públicas. A sociedade naturaliza a imagem da mulher abnegada, paciente e sempre disponível, e essa idealização é reforçada por discursos midiáticos e institucionais que impõem um padrão inatingível de desempenho feminino (Sibilia, 2008). Nesse contexto, a mulher que não corresponde a essas expectativas é frequentemente culpabilizada ou invisibilizada.

Entretanto, como demonstrado ao longo da pesquisa, as mulheres não são apenas receptoras passivas dessas normas. Elas também produzem resistências e agenciamentos ao negociar suas condições e ao reivindicar reconhecimento. A subjetividade feminina, longe de ser estática, constitui-se em movimento, num processo contínuo de enfrentamento e reconfiguração das normas que as interpelam (Morin, 1996; Lazzarato, 2014). Estratégias como redes de apoio, mobilizações coletivas e a partilha de experiências são exemplos concretos de formas de ação que contribuem para romper o isolamento e fortalecer a autonomia.

A dimensão interseccional da sobrecarga revela que o cuidado é distribuído de maneira desigual entre as mulheres, sendo ainda mais opressor para aquelas pertencentes a grupos racializados, pobres ou periféricos. Como apontam Collins (2019) e hooks (2020), mulheres negras, por exemplo, historicamente ocuparam posições de cuidadoras tanto no espaço doméstico quanto institucional, o que reforça a urgência de análises que considerem raça, classe e gênero de forma articulada.

A espetacularização da intimidade, ou “pornografia da dor” (Sibilia, 2008), embora critique a exigência de exposição emocional das cuidadoras, também pode ser ressignificada como ato político. A publicização das experiências de sofrimento, como defendem Attimonelli e Susca (2017), pode funcionar como denúncia das ausências do Estado e das violências simbólicas sofridas. Ao dar voz a essas histórias, as mulheres criam formas de existir e de resistir às lógicas que as silenciam.

O papel da academia, nesse cenário, é central. Ao produzir conhecimento comprometido com a transformação social, os estudos acadêmicos contribuem para a visibilidade das cuidadoras, desnaturalizam papéis de gênero e fornecem fundamentos para o desenvolvimento de políticas públicas mais justas e eficazes (Butler, 2015; Georges; Santos, 2014). A pesquisa crítica sobre o cuidado não apenas denuncia a estrutura desigual que o sustenta, mas também aponta caminhos possíveis de reinvenção e equidade.

Conclui-se, portanto, que refletir sobre a sobrecarga das mulheres cuidadoras exige uma abordagem sensível à diversidade de vivências e à complexidade dos dispositivos que as moldam. A luta pelo reconhecimento do cuidado como responsabilidade coletiva e não exclusivamente feminina é também uma luta pela dignidade, pela autonomia e pela justiça social. Desestabilizar o mito da mulher cuidadora é, acima de tudo, um gesto ético e político em direção a uma sociedade mais plural e solidária.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADICHIE, Chimamanda Ngozi. **O perigo de uma história única**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

AGAMBEN, Giorgio. **O que é um dispositivo?** 1. ed. Chapecó: Argos, 2009. p. 33-56.

ATTIMONELLI, Claudia; SUSCA, Vincenzo. **Pornocultura: viagem ao fundo da carne**. Porto Alegre: Sulina, 2017.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BICALHO, Cleide Straub; LACERDA, Maria Ribeiro; CATAFESTA, Fernanda. Refletindo sobre quem é o cuidador familiar. *Cogitare Enfermagem*, Curitiba, v. 13, n. 1, p. 118-123, jan./mar. 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4836/483648978016.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2025.

BUTLER, Judith. **Quadros de guerra: quando a vida é passível de luto?** 1. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2015.

COLLINS, Patricia Hill. **Pensamento feminista negro: conhecimento, consciência e a política do empoderamento.** 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2019.

CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. *Revista Brasileira de Cirurgia*, Rio de Janeiro, v. 34, n. 6, p. 550-558, nov./dez. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcbc/a/CC6NRNtP3dKLGLPw/cgmV6Gf>. Acesso em: 08 jul. 2025.

DE LAURETIS, Teresa. **A tecnologia do gênero.** In: HOLANDA, Heloísa Buarque de (org.). *Tendências e impasses: o feminismo como crítica da cultura.* Rio de Janeiro: Rocco, 1994. p. 206-242.

FERREIRA, Camila Rafael; ISAAC, Letícia; XIMENES, Vanessa Santiago. Cuidar de idosos: um assunto de mulher? *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v. 9, n. 1, p. 108-125, jan./jun. 2018. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072018000100007. Acesso em: 01 jul. 2025.

FONSECA, Natália da Rosa; PENNA, Aline Fonseca Gueudeville; SOARES, Moema Pires Guimarães. Ser cuidador familiar: um estudo sobre as consequências de assumir este papel. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 4, p. 727-743, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/mCrBNH8sbmZgnjTsmnWyZNY>. Acesso em: 08 jul. 2025.

GEORGES, I. P. H.; SANTOS, Y. G. Olhares cruzados: relações de cuidado, classe e gênero. *Tempo Social: Revista de Sociologia da USP*, São Paulo, v. 26, n. 1, p. 47-60, nov. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ts/a/6NYvKT9jGMvk3yYfcxX3phg>. Acesso em: 08 jul. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 3. ed. São Paulo: Atlas, 1994.

GUEDES, Olegna de Souza; DAROS, Michelli Aparecida. O cuidado como atribuição feminina: contribuições para um debate ético. *Serviço Social & Realidade*, Londrina, v. 12, n. 1, p. 122-134, jul./dez. 2009. Disponível em:

<https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/ssrevista/article/view/10053/8779>.
Acesso em: 07 jul. 2025.

HOOBS, bell. **Olhares negros: raça e representação**. 1. ed. São Paulo: Elefante, 2020.

JUSBRASIL. Responsabilidade civil dos filhos com relação aos pais idosos: abandono material e afetivo. [S. l.], 2025. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/noticias/responsabilidade-civil-dos-filhos-com-relacao-aos-pais-idosos-abandono-material-e-afetivo/830617832>. Acesso em: 29 jun. 2025.

LAZZARATO, Maurizio. **Signos, máquinas e subjetividades**. São Paulo: Edições SESC São Paulo, 2014.

LEMES, L. B. **Novas práticas de maternagem e feminismo das mulheres da Plataforma Cientista que Virou Mãe**. 2018. 263 f. Dissertação (Mestrado em História) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2018.

LOPES, R. G. C. (coord.). **Família e sociedade: passo a passo: uma perspectiva multidisciplinar**. 1. ed. Curitiba: Juruá, 2018.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 26. ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MONTENEGRO, Rosiran Carvalho de Freitas. Mulheres e cuidado: responsabilização, sobrecarga e adoecimento. In: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISADORES EM SERVIÇO SOCIAL, 16., 2018, Vitória. Anais [...]. Vitória: UFES, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/abepss/article/view/22440>. Acesso em: 08 jul. 2025.

MORIN, Edgar. **A noção de sujeito**. In: SCHNITMAN, Dora Fried (org.). *Novos paradigmas, cultura e subjetividade*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996. p. 219-226.

PEGORARO, Renata Fabiana; CALDANA, Regina Helena Lima. Mulheres, loucura e cuidado: a condição da mulher na provisão e demanda por cuidados em saúde mental. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 82-94, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/sausoc/2008.v17n2/82-94/pt>. Acesso em: 05 jul. 2025.

PEREIRA, Ana Rafaella de Brito. **A naturalização da responsabilidade da mulher no ato de cuidar de pessoas com deficiência: uma análise a partir da vivência na Clínica Escola da UNILEÃO em Juazeiro do Norte-CE**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, 2019.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática x revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 1-2, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>. Acesso em: 06 jul. 2025.

SANTOS, Fernanda Marsaro dos. Análise de conteúdo: a visão de Laurence Bardin. *Revista Eletrônica de Educação*, v. 6, n. 1, p. 385-392, maio 2012. Disponível em: <https://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/291/156>. Acesso em: 09 ago.2025.

SIBILIA, Paula. **O show do eu**: a intimidade como espetáculo. 1. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.