

Estresse em Mães de Crianças: Comparação entre Mães Solo e Mães com Parceiro Íntimo

Bartira Prates Pontes Lopes¹

Laís Barbosa Santana²

Sharon Stone Mendes da Silva³

Stela Maris Batista Amorim⁴

Bruna Rocha de Almeida⁵

Resumo

Embora o status civil da mulher não tenha relação com sua capacidade de maternar, o curso de vida das mães solo ainda está relacionado ao preconceito de gênero e outros muitos desafios. A partir disso, mães solo podem ter mais sintomas de estresse que aquelas que têm um parceiro íntimo, especialmente quando este é fonte de apoio financeiro e emocional. Este estudo objetiva comparar o nível de estresse de mães solo e mães que residem com parceiro íntimo e associar o nível de estresse das mães a variáveis sociodemográficas. Participaram 134 mães com idade a partir de 18 anos que responderam os instrumentos autoaplicáveis: Questionário sociodemográfico e Escala de Estresse Percebido, mediante a plataforma Google Forms. A análise dos dados foi realizada utilizando-se estatística descritiva e inferencial. Os resultados demonstram uma maior incidência de estresse em mães solo quando comparadas às mães que residem com parceiro íntimo. Além disso, mães com baixa renda apresentam maior risco para estresse. É necessário o desenvolvimento de mais estudos sobre esta temática a fim de fomentar políticas públicas que visem contribuir para o aumento da qualidade de vida de famílias de mães solo e de baixa renda, proporcionando maior bem-estar materno.

Palavras-chave: estresse materno, mães solo, mães com parceiro íntimo

Stress in Mothers of Children: Comparison between Solo Mothers and Mothers with an Intimate Partner

Abstract

Despite the fact a woman's marital status is unrelated to her ability to mother, the life course of single mothers is still related by gender bias and many other challenges. As a result, single mothers may have more symptoms of stress than those who have an intimate partner, especially when this partner is a source of financial and emotional support. This study aims to compare the stress level of solo mothers

¹ Curso de Psicologia da Universidade Vale do Rio Doce – UNIVALE. E-mail bartiraprates@gmail.com

² Curso de Psicologia da Universidade Vale do Rio Doce – UNIVALE. E-mail: lais.santanas@hotmail.com

³ Curso de Psicologia da Universidade Vale do Rio Doce – UNIVALE. E-mail sharonmendes_s@hotmail.com

⁴ Curso de Psicologia da Universidade Vale do Rio Doce – UNIVALE. E-mail stelamarisbatista@hotmail.com

⁵ Doutora em Psicologia. Membro do NEFID – Núcleo de Estudos sobre Família, Inclusão e Deficiência - UFJF E-mail: bruna.r.almeida@gmail.com

and mothers who live with an intimate partner and to associate the stress level of those mothers and the sociodemographics variables. The participants of this study were 134 mothers over aged 18, who answered the self-administered instruments: Sociodemographic Questionnaire and Perceived Stress Scale, using the Google Forms platform. Data analysis was performed using descriptive and inferential statistics. The results demonstrate a higher incidence of stress in solo mothers when compared to mothers who live with an intimate partner. In addition, low-income mothers are at greater risk for stress. It is necessary to develop more studies on this topic in order to promote public policies that aim to contribute to increasing the quality of life of families of single mothers and low-income families, providing greater maternal well-being.

Keywords: maternal stress, solo mother, mothers with intimate partner

Introdução

Ao longo do século XX, predominaram diversas concepções patriarcais na sociedade brasileira, sendo o homem símbolo de autoridade e principal ou único provedor na família. Apesar disso, já existiam 'mães solteiras', especialmente em decorrência de viuvez (Santana, 2014). Cotidianamente, essas mulheres vivenciavam preconceitos quando se tornavam chefes de família, por necessidade ou por escolha própria, pois não estariam cumprindo o papel tradicional de figura feminina pressuposto pela sociedade, que se limitava aos cuidados domésticos e dos filhos. Assim, quando contrariavam as regras sociais, adquiriam o estereótipo de 'mãe solteira' (Santos & Santos, 2009).

Com o passar do tempo, surgiram outros determinantes que influenciaram o aumento de 'mães solteiras', sendo o principal deles a instituição do divórcio no ano de 1977, que além de facilitar o término de muitos casamentos, concretizou separações já existentes, evidenciando as famílias monoparentais chefiadas por mulheres (Santos & Santos, 2009). Anos depois, entendeu-se que a maternidade nada tem a ver com o status civil da mulher, não influenciando em sua possibilidade e capacidade de maternar. Então, alterou-se a nomenclatura para se referir às mulheres que criam seu(s) filho(s) sozinhas, passando a ser utilizada a expressão 'mães solo' (Campos et al., 2021).

Apesar da mudança de nomenclatura, observa-se que o curso de vida de mulheres que criam seus filhos sozinhas ainda está relacionado ao preconceito de gênero e outros diversos desafios (Maldonado & Nieuwenhuis, 2019). Por exemplo, percebe-se que mães solo, em sua maioria, precisam enfrentar muitas dificuldades, já que as famílias monoparentais femininas, muitas vezes, encontram na figura materna a responsabilidade pela organização e manutenção da casa e do sustento financeiro dessas famílias. Logo, o campo afetivo e emocional dessas mães é permeado por processos de culpabilização, cansaço e solidão, como consequência de uma dupla jornada de trabalho (Fernandes, 2022).

Tais mulheres, ao conduzirem um lar sozinhas, vivenciam uma sobrecarga pelos afazeres domésticos, focam nas necessidades e na educação dos filhos e tendem a desprezar o próprio cuidado, especialmente quando as crianças são pequenas. As dificuldades oriundas do cuidado solo com os filhos as colocam em uma situação mais propícia às demissões, por muitas vezes não poderem atender às demandas urgentes de trabalho e não cumprirem horas extras. Nestas situações, podem ser

discriminadas e rotuladas como preguiçosas ou incompetentes. Desse modo, além de se depararem com as próprias limitações físicas, psíquicas e emocionais, as mães solo precisam ainda enfrentar o moralismo estrutural (Santos, 2022).

De modo a amenizar os impactos físicos, psíquicos e emocionais, por vezes, mães solo encontram acolhimento social em sua rede de apoio. Esta pode ser formada por pessoas, grupos ou instituições que estão presentes para auxiliar a mãe, trazendo um meio de conciliar e facilitar as muitas demandas da maternidade solo (Oliveira et al., 2021). Na maior parte das vezes, esse apoio pode vir da avó materna que assume o cuidado de seus netos enquanto as mães vão trabalhar (Dessen & Braz, 2000). Merece destaque o fato de que, apesar de não ser um fenômeno comum, em nossa sociedade contemporânea é observado um aumento da participação do homem no cuidado das crianças (Bernardi, 2017), mesmo em casos de divórcio dos genitores. Vale ressaltar que a presença de uma satisfatória rede de apoio, especialmente quando o pai está presente, influencia positivamente em aspectos psicológicos e comportamentais maternos (Marin & Piccinini, 2009; Piccinini et al., 2007).

Contudo, em se tratando de famílias monoparentais femininas, é frequente a ausência da participação do pai nos deveres afetivos relacionados ao filho. Isso advém da naturalização social da falta de cuidado e do abandono paterno, o que pode gerar sofrimento a essas famílias (Fernandes, 2022). O não comprometimento dos pais com os deveres financeiros em relação ao filho pode causar impactos de natureza econômica, por isso, é comum que essas famílias sejam mais pobres quando comparadas a famílias de casais com filhos (Maldonado & Nieuwenhuis, 2019).

Uma pesquisa realizada no Brasil em 2012 retratou que famílias compostas por mãe e filhos de até 15 anos de idade apresentaram uma estrutura social e econômica diferente de famílias biparentais, tendo uma renda per capita de R\$450,00. Já as famílias com dois cônjuges apresentaram uma renda per capita de R\$676,00 (Maia et al., 2015). Já o Boletim Especial da DIEESE (2023) indicou que em 2022, as famílias monoparentais femininas tinham uma renda mensal média de R\$2833,00, ao passo que as masculinas tinham rendam mensal de R\$3742,00 e casais com filhos tinham renda mensal de R\$4987,00. Estes dados demonstram que as famílias monoparentais femininas tendem a ter uma renda mensal média mais baixa quando comparada aos padrões de outras configurações familiares brasileiras.

Esta é uma questão importante, pois sabe-se que mães de baixa renda, em sua maioria, precisam otimizar seu tempo, abandonando os estudos para criar seu(s) filho(s) e trabalhar para sustentá-los. Em retroalimentação, tendo em vista a grande exigência do mercado de trabalho, o baixo nível de escolaridade muitas vezes ocasiona a não contratação, impossibilitando o crescimento profissional dessas mães. Assim, apesar de a ascensão do movimento feminista no Brasil ter possibilitado às mulheres o direito de frequentar espaços educacionais, resultando em um aumento da inserção feminina no mercado de trabalho qualificado e melhor remunerado (Jesus & Barbosa, 2016), é provável que as mães solo, em geral, não consigam ter acesso à educação formal, especialmente de ensino superior, o que aumenta a chance de elas executarem atividades laborais de baixa qualificação e remuneração, como de cunho doméstico.

Por outro lado, Mota-Santos et al. (2021) afirmam que mães que residem com seus parceiros íntimos, especialmente se forem os pais biológicos, tendem a ter fatores protetivos em relação à saúde mental, particularmente, por contarem com a participação deles na criação dos filhos e no compartilhamento de obrigações. Outro ponto a ser considerado é a possibilidade de terceirizar as atividades do lar e os cuidados com as crianças, o que viabiliza o desenvolvimento profissional e a disponibilidade para lazer e autocuidado dessas mães, já que tendem a dispor de melhor renda e possuir um poder de negociação maior. Por sua vez, o envolvimento feminino no mercado de trabalho tende a proporcionar autonomia financeira, reconhecimento profissional e satisfação conjugal.

É importante estar consciente que uma renda mais alta, nem sempre é sinônimo de qualidade de vida. No entanto, sabe-se que um padrão financeiro superior pode possibilitar acesso a recursos de alimentação, saúde, educação, lazer, cultura e moradia, permitindo que uma boa qualidade de vida seja alcançada mais facilmente. Assim, embora uma melhor qualidade de vida não se resume a bens materiais, um poder aquisitivo maior propicia a manutenção de um ambiente favorável e seguro e a disponibilidade de aspectos sociais que beneficiam o desenvolvimento dos indivíduos (Francischetti et al., 2014).

Importa destacar o contínuo crescimento no número de mães solo no Brasil. De acordo com os Censos Demográficos de 1991 e 2000, publicados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2002), no segmento de famílias monoparentais chefiadas por mulheres, verificou-se um aumento significativo no número de famílias compostas por mães solo, de 4,26 milhões para 6,04 milhões neste período. Com relação ao Censo de 2010, as mulheres permanecem como maioria na condição de única responsável pela família e alcançam o montante de 6,09 milhões (IBGE, 2012). Já em 2022, as famílias monoparentais femininas alcançam 29% do total de famílias brasileiras, ou seja, cerca de 21,7 milhões (DIEESE, 2023). Em virtude do crescimento de mães solo e os aspectos que ratificam esse crescimento, justifica-se investigar as condições de saúde mental desta população, sobretudo o estresse.

Diante disso, este estudo objetiva comparar o nível de estresse de mães solo e mães que residem com parceiro íntimo e associar o nível de estresse das mães a variáveis sociodemográficas.

Método

Trata-se de uma pesquisa transversal, descritiva e quantitativa.

Participantes

Participaram deste estudo 134 mães (mães solo = 45; mães com parceiro íntimo = 89) com idade a partir de 18 anos, que responderam o protocolo de pesquisa entre os meses de agosto de 2022 e março de 2023. Todas as participantes tinham ao menos um filho com idade entre três e seis anos. Optou-se por delimitar a participação de mães com filhos na segunda infância, pois neste período da vida as crianças exigem bastante atenção dos cuidadores no que concerne às atividades de vida diária

e demandas escolares, tais como levar para a escola, participar de reuniões e auxiliar no processo de início da alfabetização. A caracterização das participantes pode ser visualizada na Tabela 1.

Tabela 1 – Caracterização das participantes

Variável	Categorias	Mãe solo		Mãe com parceiro íntimo		Total	
		n	%	n	%	n	%
Idade das participantes	18-25	13	28,9	5	5,6	18	13,4
	26-30	11	24,4	12	13,5	23	17,2
	31-35	11	24,4	26	29,2	37	27,6
	36-40	5	11,1	22	24,7	27	20,2
	41 ou mais	5	11,1	24	27	29	21,6
Nível de escolaridade	Até EMC	17	37,8	14	15,7	31	23,1
	ESI	6	13,3	9	10,1	15	11,2
	ESC	22	48,9	66	74,1	88	65,7
Quantidade de filhos	Um filho	21	46,7	33	37,1	54	40,3
	Dois Filhos	20	44,4	43	48,3	63	47
	Três filhos	4	8,9	12	13,5	16	12
	Quatro Filhos	-	-	1	1,1	1	0,7
Renda familiar atual	<2SM	23	51,1	9	10,1	32	23,9
	2SM-5SM	19	42,2	47	52,8	66	49,2
	>6SM	3	6,7	33	37,1	36	26,9

Nota: EMC = Ensino Médio Completo. ESI = Ensino Superior Incompleto. ESC = Ensino Superior Completo com ou sem pós-graduação. <1SM = menos de um salário-mínimo; 1SM-2SM = Entre um e dois salários mínimos; 2SM-5SM = Entre dois e cinco salários mínimos; >6SM = Mais que seis salários mínimos. Na ocasião da coleta de dados, o SM era de R\$1212,00 em 2022 e R\$1302,00 em 2023.

Instrumentos

Para a coleta de dados foram utilizados os seguintes instrumentos autoaplicáveis: 1) Questionário sociodemográfico; 2) Escala de Estresse Percebido.

1) O Questionário Sociodemográfico aborda questões como idade, escolaridade, status civil, idade dos filhos, quantidade de filhos, renda familiar e situação laboral da participante.

2) A Escala de Estresse Percebido foi elaborada por Cohen et al. (1983) e validada por Dias et al. (2015). Este instrumento é utilizado para avaliar a percepção de estresse de adultos. A versão completa utilizada neste estudo é composta por 14 itens estruturados em sentenças simples e respondidos em uma escala de respostas tipo *Likert* que varia de 0 (Nunca) a 4 (Sempre). O escore máximo possível é 56, sendo que quanto maior o escore bruto da participante, maior o indicativo de presença de estresse percebido. Valores menores ou iguais a 30 representam ausência de sintomas de estresse e maiores que este valor, presença de sintomas de estresse, conforme Cohen e Williamson (1988) e confirmado por Benassule et al., 2020).

Procedimentos de coleta de dados

Após o projeto de pesquisa ser aceito pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer 4.103.041, iniciou-se o recrutamento das participantes pelas redes sociais e grupos de mensagens, por meio de uma mídia digital contendo o link do formulário do protocolo de pesquisa. Ao acessar o *Google Forms*, a participante teve acesso a uma breve explicação do presente estudo. Àquelas que se interessaram em iniciar a participação na pesquisa, foi apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido que foi aceito por todos os participantes. Nas próximas seções do formulário, as respondentes tiveram acesso aos instrumentos de pesquisa propriamente ditos. Ao finalizar o preenchimento do protocolo de pesquisa, as participantes submeteram suas respostas que eram registradas em um banco de dados da Google.

Procedimentos para a análise de dados

Os dados foram tabulados e submetidos à análise bivariadas com o auxílio do software *Stata 12*. O coeficiente de correlação não paramétrico de Pearson foi utilizado para avaliar a existência de correlações significativas entre os indicadores de estresse percebido e as características sociodemográficas dos participantes, a saber: idade, escolaridade, status civil, quantidade de filhos, renda familiar e situação laboral da participante.

Para determinar se as associações encontradas são estatisticamente significativas, utilizou-se o nível de significância de 10%. Assim consideraram-se como significativas, diferenças e associações cuja probabilidade de significância do teste, p-valor, é menor ou igual a 0,10.

Resultados

Ao comparar as respostas das mães solo com as de mães que residem com parceiro íntimo, observa-se que o grupo de mães solo apresenta uma maior média de estresse, conforme pode ser visualizado na Tabela 2.

Tabela 2 – Pontuação média obtida pelas mães na Escala de Estresse Percebido

Mães solo	Mães com parceiro íntimo	Total
-----------	--------------------------	-------

	\bar{x}	DP	\bar{x}	DP	\bar{x}	DP
Estresse percebido	34,16	8,5	29,9	9,6	31,3	6,8

Nota: \bar{x} = média. DP = desvio padrão

Em relação à quantidade de mães com e sem presença de risco para estresse, observa-se que as mães solo apresentam maior tendência a terem estresse quando comparadas às mães com parceiros íntimos, como pode ser observado na Tabela 3.

Tabela 3 – Frequência de mães com e sem risco para estresse

	Com estresse		Sem estresse		<i>p</i> -valor
	n	%	n	%	
Mães solo	28	62,2	17	37,8	
Mães com parceiro íntimo	40	44,9	49	55,1	0,059
Total	68	49,25	66	50,75	

Ao analisar a associação entre a presença de risco para estresse e as variáveis sociodemográficas, observou-se diferença estatisticamente significativa apenas em relação às variáveis renda ($p=0,08$) e status civil ($p=0,102$). Conforme pode ser observado na Tabela 4, mães solo que são divorciadas parecem ser as que apresentam maior risco para estresse. Em relação às mães com parceiro íntimo, aquelas com União Estável parecem ser as mais propícias a apresentarem sinais de estresse.

Apesar de não haver diferença significativa, a análise descritiva demonstra maior frequência de risco para estresse em mães com idade entre 18 e 30 anos, especialmente aquelas que possuem parceiros íntimos. Já as mães solo apresentam maior risco de estresse entre 31 e 35 anos.

No que concerne à escolaridade, ter ensino superior incompleto parece ser um risco para estresse em todas as mães. Contudo, mães solo também apresentam alto risco para estresse quando cursaram até o ensino médio completo. De forma complementar, mães de baixa renda apresentam maior risco para estresse (p -valor<0,10).

Sobre a situação laboral, estar em home office é uma variável de risco para a presença de sinais de estresse, ao mesmo tempo em que sair para trabalhar parece ser protetivo para a saúde mental das mães.

Tabela 4 – Frequência de mães com e sem risco para estresse de acordo com as características sociodemográficas

	Mães solo (n=45)				Mães com parceiro íntimo (n=89)				Total (134)	
	Com estresse		Sem estresse		Com estresse		Sem estresse		Com estresse	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Idade (anos)										
18 a 25	8	61,5	5	38,5	4	80	1	20	12	66,7
26 a 30	7	63,6	4	36,4	7	58,3	5	41,7	14	60,9
31 a 35	8	72,7	3	27,3	9	34,6	17	65,4	17	46
36 a 40	3	60	2	40	12	54,5	10	45,5	15	55,6
41 ou mais	2	40	3	60	8	33,3	16	66,7	10	34,5
Escolaridade										
Até EMC	13	76,5	4	23,5	4	28,6	10	71,4	17	54,8
ESI	3	50	3	50	6	66,7	3	33,3	9	60
ESC	12	54,5	10	45,5	30	45,5	36	54,5	42	47,7
Status civil										
Solteira	18	64,3	10	35,7	-	-	-	-	18	64,3
Casada	-	-	1	100	30	41,7	42	58,3	30	41,1
Em união estável	-	-	0	0	9	56,3	7	43,7	9	56,2
Divorciada	9	69,2	4	30,8	1	100	-	-	10	71,4
Viúva	1	33,3	2	66,7	-	-	-	-	1	33,3
Situação laboral										
Saindo de casa para trabalhar	17	60,7	11	39,3	20	37	34	63	37	45,1
Home office	6	75	2	25	10	66,7	5	33,3	16	69,6
Dona de casa ou desempregada	5	55,6	4	44,4	10	50	10	50	15	51,7
Renda										
Até 2 SM	16	69,6	7	30,4	4	44,4	5	55,6	20	62,5
Entre 2 e 5 SM	11	57,9	8	42,1	24	51,1	23	48,9	35	53
Acima de 6 SM	1	33,3	2	66,7	12	36,4	21	63,6	13	36,1

Nota. EMC = Ensino Médio Completo. ESI = Ensino Superior Incompleto. ESC = Ensino Superior Completo com ou sem pós-graduação. SM = salário mínimo.

Discussão

As mulheres tendem a desempenhar papéis sociais múltiplos, especialmente aqueles relacionados ao zelo com o lar, com a família e a sociedade, e às questões profissionais individuais (Aguiar et al., 2011). Ao conciliar diversas responsabilidades, as mulheres podem experimentar o sentimento de incapacidade para exercer suas funções, que eventualmente resulta em frustração, culpa e um grau de estresse elevado. Sifuentes e Bosa (2010) ressaltam que há uma maior sobrecarga quando as mulheres são mães, especialmente quando as crianças são pequenas, já que diante dos cuidados direcionados aos filhos a divisão de tarefas parentais tende a não ser igualitária. Mães que passam maior tempo com os filhos e que se concentram na função do cuidado, podem estar mais suscetíveis a uma fonte contínua de estresse. Os resultados da presente investigação apoiam esta ideia visto que metade das participantes manifestam risco para estresse.

Dentre as mães que apresentam risco para estresse, observa-se uma maior incidência de estresse entre as mães solo quando comparadas às mães que residem com parceiro íntimo. Este dado está alinhado aos estudos de Marin (2005), Nogueira (2013), Santos (2020) e Fernandes (2022), que apontam para uma série de fatores interconectados que podem contribuir para o maior nível de estresse em mulheres chefes de famílias monoparentais. Esses fatores incluem, por vezes, um baixo nível socioeconômico, o que coloca essas mães sob uma pressão adicional por serem usualmente as únicas provedoras da família. Além disso, essas mães tendem a enfrentar uma sobrecarga de responsabilidades, já que precisam conciliar múltiplas tarefas e desempenhar uma dupla jornada de trabalho (Ibarra, 2019). Outro fator relevante é a rede de apoio social limitada disponível para as mães solo. Muitas vezes, elas têm que lidar com a ausência do pai e da família paterna e dependem principalmente do suporte oferecido pela avó materna, o que pode ser insuficiente para enfrentar as demandas e desafios cotidianos. Desse modo, esses fatores podem influenciar no nível de estresse de mães solo que eventualmente se negligenciam em favor do cuidado aos filhos.

Por outro lado, é importante considerar os principais efeitos da coabitão com o parceiro íntimo na experiência de estresse das mães, visto que mães com parceiro íntimo apresentam menor risco para estresse. Segundo Crepaldi et al. (2006) e Santo e Araújo (2016), a presença de um parceiro íntimo tende a funcionar como fonte de suporte emocional e concreto para a mãe, além de proporcionar apoio econômico. Também se observa uma transformação nos papéis tradicionais de gênero, de forma que, apesar de não haver divisão igualitária das tarefas, uma parcela de homens tem realizado cada vez mais funções domésticas que eram consideradas exclusivamente femininas (Gomes & Almeida, 2021; Santo & Araújo, 2016). Tudo isso pode influenciar positivamente a saúde mental da mãe.

É interessante observar a correlação entre o status civil e o estresse: os resultados deste estudo demonstram que mães casadas apresentam menor risco para estresse quando comparadas àquelas em regime de união estável. É possível que estar em matrimônio implique em significar o relacionamento de forma diferente quando comparado à vivência da união estável. Xavier (2015, p. 120) retrata que “do ponto de vista sócio-jurídico, o casamento encontra-se mais bem estruturado e confere maior segurança aos seus membros, [...] facilitando a organização familiar e sua proteção pelo

Estado" quando comparado à união estável. Embora seja interessante, a percepção das mulheres sobre esta questão não foi investigada no presente estudo.

Já ao comparar mães solo solteiras e divorciadas, observa-se que as divorciadas apresentam maior risco para estresse. Esse resultado pode estar atrelado ao fato de o divórcio ser um causador de sofrimento psíquico, pois provoca estresse e desapontamento, além de outros sentimentos, principalmente nos primeiros anos de separação, podendo potencializar-se quando ocorre disputa entre as partes por direito a pensão na justiça (Avolio, 2014; Brighieth & Rimawi, 2022; Paiva, 2011). Vale lembrar que as participantes têm ao menos um filho com idade entre três e seis anos, o que sugere que o divórcio é relativamente recente e suas implicações podem estar ainda repercutindo sobre a saúde mental das mulheres.

Ao adentrar no contexto sociodemográfico das participantes, especificamente em relação à associação entre idade e estresse, percebe-se que esse é um assunto complexo e multifacetado. Em uma perspectiva geral, vê-se que as influências no desenvolvimento do estresse envolvem tanto questões sociodemográficas quanto perspectivas subjetivas e contextuais. Sendo assim, o adoecimento pode ocorrer em qualquer fase do curso de vida (Faro & Pereira, 2014). Contudo, é possível supor que algumas idades tendem a atuar como fator de proteção ao estresse partindo do pressuposto que adultos mais velhos podem deter de uma maior estabilidade financeira, profissional e conjugal. Por outra vertente, jovens adultos podem ser mais propícios ao risco de estresse por geralmente estar enfrentando desafios relacionados à transição para a vida profissional, estabelecimento e manutenção de relacionamentos íntimos e busca por independência financeira (Curran et al., 2018). Assim, embora não exista uma idade específica que seja garantia de melhor qualidade de vida e menor risco de adoecimento mental, é sabido que à medida que as pessoas envelhecem, elas geralmente têm mais tempo disponível para se dedicar a atividades que proporcionam satisfação pessoal, o que pode contribuir para uma redução do estresse (Gauthier & Smeeding, 2003).

Nota-se também correlação entre o nível de estresse e a renda média familiar, sendo que mães com baixa renda apresentam maior risco para estresse. De acordo com Dytz et al. (2003), mães com baixa renda estariam mais suscetíveis ao estresse devido aos seus estilos de vida que são permeados de incertezas quanto aos recursos financeiros para sustento da família. Ademais, a maior parte tende a ter altos gastos com habitação, já que residem, em sua maioria, em imóveis alugados, impossibilitando o investimento em atividades que podem favorecer a saúde mental, como atividades de lazer e cuidados pessoais (Fontes et al., 2016). Outro aspecto que pode explicar a discrepância do risco para estresse entre as mães com diferentes rendas é a falta de vagas em creches e escolas para deixar as crianças no período de trabalho, dificuldade que diversas mães de renda alta não possuem, por terem orçamento para cobrir gastos com babás, funcionárias domésticas e instituições de educação infantil em tempo integral (Bruschini & Ricoldi, 2009).

Observa-se, igualmente, que mães com ensino superior incompleto demonstram tendência de níveis mais elevados de estresse. Essa constatação pode ser atribuída, provavelmente, à sobrecarga enfrentada por essas mães ao lidar com a tripla jornada de trabalho (Silva et al., 2021). Gonçalves e

Ternovoe (2017) explicam que a razão principal pela qual mães decidem ingressar em uma universidade é para tentar garantir um futuro melhor para os filhos. No entanto, essas mulheres “não podem se dar ao luxo de perder tempo” (Ávila & Portes, 2012, p. 824), e desse modo o dia a dia delas é caracterizado pela necessidade de conciliar trabalho, estudos e responsabilidades domésticas, o que implica em enfrentar uma série de desafios. A partir disso, mães universitárias enfrentam dificuldades que afetam seu desempenho acadêmico, gerando um constante descompasso entre suas aspirações e as realizações possíveis. Permanecer na universidade e concluir o curso se tornam desafios árduos devido a essa realidade. Os percursos educacionais dessas mulheres por vezes são vulneráveis e marcados por sofrimento, mas são também caracterizados por uma determinação inabalável e um esforço incansável para superar os obstáculos que se apresentam (Ávila & Portes, 2012; Silva et al., 2021).

Sabe-se que a maternidade aliada à necessidade de trabalhar e, ao mesmo tempo, se dedicar ao ambiente doméstico, pode ser considerada desafiadora e exaustiva para a maioria das mulheres (Quadrelli, 2016). Contudo, observa-se que as mães que saem de casa para trabalhar, tendem a manifestar menores níveis de estresse quando comparadas às mães que não exercem atividades fora do lar. D’Affonseca et al. (2014) apontam que exercer atividade remunerada é algo importante para as mães que trabalham fora visto que pode viabilizar satisfação pessoal, aumento da autoestima, autonomia, sentimentos de utilidade e competência. Em contrapartida, o estudo realizado por Senicato et al. (2016) enfatizam que as mães que não trabalham fora podem apresentar pior qualidade de vida em relação às que trabalham, principalmente quando relacionado à saúde mental e física, vitalidade, aspectos emocionais e sociais, especialmente aquelas com baixo nível socioeconômico. Vale ressaltar que o tempo dedicado à maternidade tende a ser igual para as mães em geral, desmistificando a ideia de que aquelas que exercem atividade remunerada supostamente não possuem o tempo necessário para cuidar de seus filhos.

Ao desenvolver esse estudo, algumas dificuldades foram encontradas, especialmente quanto à coleta dos dados através de um questionário online. Nesse contexto, um desafio evidente foi o impasse em alcançar mães solo, que geralmente possuem baixa renda. Essas mães podem enfrentar limitações de acesso à internet, o que dificulta a sua participação em pesquisas online. Além disso, as barreiras financeiras e de tempo, em especial ao que abarca mães solo, podem impactar a disponibilidade e o tempo dedicado para responder o questionário.

Considerações Finais

O presente estudo demonstrou que mães solo apresentam maior incidência de estresse quando comparadas às mães que residem com parceiro íntimo e que, além disso, mães com baixo nível socioeconômico apresentam maior risco para estresse. Este é um fator que deve ser visibilizado e discutido, tendo em vista o sofrimento psíquico dessas mulheres, que muitas vezes se deparam com a sobrecarga de atividades, a responsabilidade integral no amparo da família, a falta de uma rede de apoio eficaz e a maior possibilidade de ter baixa renda. Logo, a ampliação desse tema é necessária

para a discussão de políticas públicas que devem ser direcionadas para as mães solo, aproximando-as de ações afirmativas que possam as contemplar, a fim de que promovam tanto o bem-estar materno quanto o desenvolvimento saudável de seus filhos.

Referências

- Aguiar, C. C., Esteves, C. S., Mello, M. M., Itaquy, G. W., Iatchac, F. O., & Lopes, R. M. F. (2011). Mulher, mercado de trabalho e construção do núcleo familiar. *Revista de Psicologia*, 1(15), 5-11.
- Ávila, R. C., & Portes, É. A. (2012). A tríplice jornada de mulheres pobres na universidade pública: Trabalho doméstico, trabalho remunerado e estudos. *Estudos Feministas*, 20(3), 809-832.
- Avolio, I. M. B. (2014). *Divórcio maduro, pensão alimentícia e mediação*. [Monografia de Especialização] Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.
- Benassule, S. C., Cavalcante, M. C. V., & Lamy-Filho, F. (2020). Saúde mental de mães de crianças entre 15 e 36 meses da coorte BRISA – São Luís, Maranhão. *Medicina (Ribeirão Preto)*, 53(4), 415-423.
- Bernardi, D. (2017). Paternidade e cuidado: “novos conceitos”, velhos discursos. *Psicologia Revista*, 26(1), 59-80.
- Brighieth, M., & Rimawi, O. (2022). Psychological pain among divorced women in Ramallah and Al-Bireh Governorate. *Humanities & Social Sciences Reviews*, 10(2), 38-42.
- Bruschini, M. C. A., & Ricoldi, A. M. (2009). Família e trabalho: Difícil conciliação para mães trabalhadoras de baixa renda. *Cadernos de Pesquisa*, 39(136), 93-123.
- Campos, E. F., Costa, K. M. F., & Guimarães, L. A. M. (2021). Maternidade solo: Nuances e conjunções de uma realidade. *Emprendimiento Científico Tecnológico*, 2, DOI: 10.54798/RJCQ2017.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 385-396.
- Cohen, S., & Williamson, G. M. (1988). Perceived stress in a probability sample of United States. In Spacapan, S., & Oskamp, S. (Ed). *The social psychology of health: Claremont symposium on applied social psychology* (pp. 31-67). SAGE Publications.
- Crepaldi, M. A., Andreani, G., Hammes, P. S., Ristof, C. D., & Abreu, S. R. (2006). A participação do pai nos cuidados da criança, segundo a concepção de mães. *Psicologia em estudo*, 11, 579-587.
- Curran, M. A., Parrott, E., Ahn, S. Y., Serido, J., & Shim, S. (2018). Young adults' life outcomes and well-being: Perceived financial socialization from parents, the romantic partner, and young adults' own financial behaviors. *Journal of Family and Economic Issues*, 39, 445-456.
- D'affonseca, S. M., Cia, F., & Barham, E. J. (2014). Trabalhadora feliz, mãe feliz? Condições de trabalho que influenciam na vida familiar. *Psicologia Argumento*, 32(76), 129-138.
- Dessen, M. A., & Braz, M. P. (2000). Rede social de apoio durante transições familiares decorrentes do nascimento de filhos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 16, 221-231.

- Dias, J. C. R., Silva, W. R., Maroco, J., & Campos, J. A. D. B. (2015) Escala de estresse percebido aplicada a estudantes universitários: estudo de validação. *Psychology, Community & Health*, 4(1), 1-13.
- Dytz, J. L. G., Lima, M. G., & Rocha, S. M. M. (2003). O modo de vida e a saúde mental de mulheres de baixa renda. *Saúde em Debate*, 27(63), 15-24.
- Faro, A., & Pereira, M. E. (2014). Idade e status socioeconômico: Impactos na distribuição social do estresse. *Revista Brasileira de Psicologia*, 1(1), 43-56.
- Fernandes, P. S. (2022). *Família monoparental feminina: Desafios de ser mãe solo*. [Dissertação de Mestrado – Programa de Pós-Graduação da Faculdade de Ciências e Letras]. Universidade Estadual Paulista.
- Fontes, M. B., Wajnmam, S. & Guedes, G. R. (2016). Arranjos mono(bi)parentais e sua estrutura orçamentária. *Revista Brasileira de Economia Doméstica*, 27, 5-30.
- Francischetti, C. E., Camargo, L. S. G., & Santos, N. C. (2014). Qualidade de vida, sustentabilidade e educação financeira. *REFICONT*, 1, 33-47.
- Gauthier, A. H., & Smeeding, T. M. (2003). Time use at older ages: cross-national differences. *Research on Aging*, 25(3), 247-274.
- Gomes, M. L. M., & Almeida, B. R. (2021). *A participação paterna nas tarefas domésticas e nos cuidados com os filhos*. [Trabalho de Conclusão de Curso]. Universidade Vale do Rio Doce.
- Gonçalves, J. P., & Ternovoe, J. S. (2017). Desafios vivenciados por mulheres universitárias de Mato Grosso do Sul, que são mães, profissionais e donas de casa. *Revista Latino-Americana de Geografia e Gênero*, 8(2), 116-142.
- Ibarra, S. M. M. (2019). Desafíos de las mujeres jefas de familia monoparental: ¿convicción o duda de sus propias capacidades?. *TraHs*, 6, 212-227.
- DIEESE – Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos. (2023). *Boletim Especial 8 de março: As dificuldades das mulheres chefes de família no mercado de trabalho*. <https://www.dieese.org.br/boletimespecial/2023/mulheres2023.html>
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Censo Brasileiro de 2010*. Rio de Janeiro: IBGE, 2012.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Documentação do Censo 2000*. Rio de Janeiro: IBGE, 2002.
- Jesus, C. S. B., & Barbosa, R. J. S. (2016). Trabalho feminino x nível de escolaridade: Uma análise sobre a influência da educação para a inserção da mulher no mundo do trabalho. *Ártemis*, 21, 131-146.
- Maia, K., Júnior, A. D., de Souza, S. D. C. I., & de Araújo, F. B. (2015). O papel das mulheres pobres brasileiras na estrutura familiar monoparental feminina: Uma análise do ano 2012. *Revista Econômica*, 17(2), 97-122.
- Maldonado, L. C., & Nieuwenhuis, R. (2019). Single parents in context. *Oxford Bibliographies Online*. <https://www.oxfordbibliographies.com/display/document/obo-9780199756384/obo-9780199756384-0220.xml?rskey=4PAnDX&result=1&q=Single+Parents+in+Context#firstMatch>.

- Marin, A. H. (2005). *Práticas educativas maternas em famílias de mães solteiras e famílias nucleares*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Marin, A., & Piccinini, C. A. (2009). Famílias uniparentais: A mãe solteira na literatura. *Psico*, 40(4), 422-429.
- Mota-Santos, C. M., Azevêdo, A. P., & Lima-Souza, E. (2021). A mulher em tripla jornada: Discussão sobre a divisão das tarefas em relação ao companheiro. *Gestão & Conexões*, 10(2), 103-124.
- Nogueira, S. C. (2013). *Práticas parentais e indicadores de ansiedade, depressão e estresse maternos*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade Estadual Paulista.
- Oliveira, L. C. F., Pereira, L. R. S., & Rolim, J. M. P. (2021). A eficácia do dispositivo materno: Possíveis influências da romantização da maternidade na saúde mental de mães-solo na cidade de Arcoverde – PE. *RECIMA21*, 2(6), 1-12.
- Paiva, A. P. (2011). *Impacto financeiro e reorganização da mulher após o divórcio: Um estudo de caso*. [Dissertação de Mestrado]. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.
- Piccinini, C. A., Marin, A. H., Alvarenga, P., Lopes, R. D. C. S., & Tudge, J. R. (2007). Responsividade materna em famílias de mães solteiras e famílias nucleares no terceiro mês de vida da criança. *Estudos de Psicologia*, 12, 109-117.
- Quadrelli, I. P. (2016). *Uma descrição fenomenológica da relação entre maternidade e trabalho*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade Católica de Brasília.
- Santana, E. L. F. F. (2014). Família monoparental feminina: Fenômeno da contemporaneidade?. *Polêmica*, 13(2), 1225-1236.
- Santo, C. S. O. E., & Araújo, M. A. N. (2016). Vínculo afetivo materno: Processo fundamental à saúde mental. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 5(1).
- Santos, L. M. T. D. (2020). *Repercussões da maternidade solitária na insegurança alimentar domiciliar, na saúde mental e na qualidade de vida entre mulheres em situação de pobreza*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade de Brasília.
- Santos, V. C. L. (2022). *Filho/a da mãe: O sofrimento ético-político de mães-solo na perspectiva interseccional*. [Trabalho de Conclusão de Curso]. Universidade Federal do Maranhão.
- Santos, J. B., & Santos, M. S. C. (2009). Família monoparental brasileira. *Jurídica*, 10(92), 1-30.
- Senicato, C., Lima, M. G., & Barros, M. B. A. (2016). Ser trabalhadora remunerada ou dona de casa associa-se à qualidade de vida relacionada à saúde? *Caderno Saúde Pública*, 32(8), 1-12.
- Sifuentes, M., & Bosa, C. A. (2010). Criando pré-escolares com autismo: Características e desafios da coparentalidade. *Psicologia em Estudo*, 15(3), 477-485.
- Silva, E. L., Benítez, P., Mízael, T. M., & Pasian, M. S. (2021). Retrato das narrativas de mães universitárias no contexto acadêmico. *Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas*, 24(2), 275-283.
- Xavier, F. D. (2015). União estável, casamento e os princípios da igualdade, da liberdade, da autonomia e da dignidade da pessoa humana. In Xavier, F. D. *União estável e casamento: A impossibilidade de equiparação à luz dos princípios da igualdade e da liberdade* (pp. 119-162). TJDF.

Endereço para correspondência

bartiraprates@gmail.com

lais.santanas@hotmail.com

sharonmendes_s@hotmail.com

stelamarisbatista@hotmail.com

bruna.r.almeida@gmail.com

Enviado em 03/10/2023

Aceito em 26/12/2023