

RELATO DE EXPERIÊNCIA PROJETO DE EXTENSÃO MULHERES CUIDADORAS: REFLEXÕES E AÇÕES PARA VALORIZAÇÃO DO TRABALHO NÃO REMUNERADO EM PARAÍSO DO TOCANTINS

EXPERIENCE REPORT OF THE WOMEN CAREGIVERS EXTENSION PROJECT: REFLECTIONS AND ACTIONS TO VALUE UNPAID WORK IN PARAÍSO DO TOCANTINS

Vanessa Ferreira do Carmo¹

Nathalia Canhedo²

Resumo: Este relato descreve as experiências vivenciadas no projeto de extensão “Mulheres Cuidadoras: Reflexões e Ações para Valorização do Trabalho Não Remunerado em Paraíso do Tocantins” cujo objetivo foi promover a conscientização sobre a importância da economia do cuidado. O projeto abordou o trabalho não remunerado, em sua maioria realizado por mulheres no cuidado de crianças, idosos e no trabalho doméstico. A metodologia incluiu ações de sensibilização por meio de uma página no Instagram, que se mostrou uma ferramenta eficaz para o debate sobre o tema e a reflexão sobre os desafios enfrentados pelas mulheres, como a sobrecarga de responsabilidades domésticas e de cuidado. Os resultados mostraram uma ampla repercussão, com os debates se estendendo além da plataforma digital, permitindo o reconhecimento de realidades pouco visibilizadas. Conclui-se que a valorização do trabalho de cuidado exige a implementação de políticas públicas que promovam a divisão equitativa das responsabilidades de cuidado, como licença parental remunerada, creches acessíveis e apoio educacional para estudantes cuidadoras.

Palavras-chave: Economia do Cuidado; Valorização do trabalho não remunerado; Paraíso do Tocantins.

1 Graduada em Direito pela UNITINS Campus Paraíso/TO. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7771370613474520>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-9677-293>. E-mail: vanessacarmo@unitins.br.

2 Mestra do Programa de Pós-graduação (Mestrado Profissional) em Prestação Jurisdicional e Direitos Humanos da Universidade Federal do Tocantins em parceria com a Escola da Magistratura do Tocantins (ESMAT). Doutoranda em Direito pelo Centro Universitário de Brasília (UniCeub) em parceria com a ESMAT. Docente no curso de Direito da Universidade Estadual do Tocantins Campus Paraíso/TO. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7424081017519216>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5830-374X>. E-mail: nathalia.c@unitins.br.

Abstract: *This report describes the experiences lived in the extension project “Women Caregivers: Reflections and Actions to Enhance Unpaid Work in Paraíso do Tocantins” whose objective was to promote awareness about the importance of the care economy. The project addressed unpaid work, mostly carried out by women caring for children, elderly people and domestic work. The methodology included awareness-raising actions through an Instagram page, which proved to be an effective tool for debating the topic and reflecting on the challenges faced by women, such as the overload of domestic and care responsibilities. The results showed a wide repercussion, with the debates extending beyond the digital platform, allowing the recognition of realities that are little visible. It is concluded that valuing care work requires the implementation of public policies that promote the equitable division of care responsibilities, such as paid parental leave, accessible daycare centers and educational support for student caregivers.*

Keywords: *Care Economy; Valuing unpaid work; Paraíso do Tocantins.*

Introdução

A construção de gênero a partir do patriarcado e da dominação masculina, exemplificada na célebre frase de Simone de Beauvoir “não se nasce mulher, torna-se mulher”, é a força motriz para combater a ideia de que as mulheres têm mais aptidões naturais para o trabalho do cuidado do que os homens (Miguel; Biroli, 2014; Mozzatto; Faria, 2022).

O papel tradicional atribuído às mulheres como principais cuidadoras é resultado de normas sociais e pressões históricas que persistem até os dias de hoje. É importante destacar que o trabalho de cuidado não remunerado, desempenhado majoritariamente por mulheres, é de extrema importância para o funcionamento da sociedade como um todo.

Ainda sobre a divisão do trabalho por gênero, o IBGE identificou que as mulheres com mais de 14 anos dedicam, em média, 21,4 horas semanais aos afazeres domésticos no próprio domicílio ou no de parentes, bem como aos cuidados de moradores ou de familiares não residentes. Em contrapartida, os homens dedicam apenas 11 horas a essas mesmas funções (IBGE, 2018).

Os dados apresentados justificam a preocupação com a elaboração deste projeto, uma vez que a universidade tem o compromisso de contribuir para o desenvolvimento regional, não apenas formando novos profissionais, mas também proporcionando às mulheres a possibilidade de exercer sua formação acadêmica no mercado de trabalho.

O relatório Tempo de Cuidar, emitido pela OXFAM, sociedade civil brasileira criada em 2014, constatou que 75% de todo o trabalho não remunerado é desenvolvido por mulheres. Como consequência, 42% delas acabam reduzindo sua carga de trabalho formal ou até mesmo abandonando seus empregos para assumir o cuidado. Em contrapartida, apenas 6% dos homens se encontram nessa mesma situação (Batista, 2020; Lawson, 2020).

Assim, devido às tarefas diárias relativas ao trabalho não remunerado que lhes são impostas, muitas mulheres acabam sem tempo disponível para outras atividades, como descanso, aprimoramento educacional e qualificação profissional, ou mesmo para exercer um trabalho remunerado. Essa realidade contribui para a perpetuação do ciclo de pobreza entre as mulheres e sua permanência na base da pirâmide social.

O projeto foi realizado com o intuito de difundir informações para a comunidade em geral, e especificamente para as mulheres do município de Paraíso do Tocantins, sobre a economia do cuidado. Para

isso, foi criado um perfil no Instagram, que serviu como ferramenta para debater a temática e assuntos correlatos.

Diante desse cenário, justifica-se a elaboração do presente plano de trabalho, para que o projeto Mulheres Cuidadoras: Reflexões e Ações para a Valorização do Trabalho Não Remunerado em Paraíso do Tocantins esclareça e conscientize a população acerca da economia do cuidado. Dessa forma, a iniciativa contribui para o desenvolvimento regional do Vale do Araguaia, promovendo uma melhor divisão do trabalho entre os gêneros e possibilitando a permanência das mulheres da região no mercado de trabalho.

Metodologia

Este relato descreve as experiências vivenciadas no projeto de extensão “Mulheres Cuidadoras: Reflexões e Ações para Valorização do Trabalho Não Remunerado em Paraíso do Tocantins”, uma iniciativa do curso de Direito do município de Paraíso do Tocantins, vinculada ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Extensão (Pibiex) da Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Assuntos Comunitários da Universidade Estadual do Tocantins (Unitins). O projeto foi desenvolvido de setembro de 2023 a agosto de 2024.

A metodologia empregada neste estudo consistiu em uma abordagem descritiva do projeto “Mulheres Cuidadoras: Reflexões e Ações para Valorização do Trabalho Não Remunerado em Paraíso do Tocantins”. Inicialmente, foi proposta uma organização abrangente para abordar a economia do cuidado, destacando o papel das mulheres cuidadoras e promovendo a conscientização sobre seu trabalho não remunerado. Por meio de uma série de etapas bem definidas, o projeto buscou explorar, divulgar e valorizar essa questão essencial.

A primeira etapa foi a revisão bibliográfica. Nessa fase, foram realizadas pesquisas em livros, artigos científicos e outras fontes confiáveis para coletar informações sobre a economia do cuidado. A análise dessas referências permitiu a compreensão das principais implicações do tema e possíveis soluções para a valorização do trabalho não remunerado das mulheres cuidadoras.

A segunda etapa envolveu a criação e gestão de um perfil no Instagram, utilizado para compartilhar informações, divulgar notícias e promover discussões sobre a economia do cuidado. Foram produzidos posts, stories e interações com os seguidores para engajar o público e ampliar o debate sobre a temática.

Desenvolvimento, Resultados e Discussão

A execução do projeto foi desafiadora, ao mesmo tempo gratificante e enriquecedora, pois os objetivos iniciais foram alcançados, apesar de alguns específicos não terem sido realizados por questões logísticas. O compartilhamento de conhecimento com a comunidade proporcionou uma troca valiosa, na qual cada diálogo, repleto de histórias e vivências, se transformava em aprendizado mútuo.

O projeto foi desenvolvido entre setembro de 2023 e junho de 2024, tendo como público-alvo a comunidade de Paraíso do Tocantins. Inicialmente, o objetivo era aprofundar o tema por meio de estudos bibliográficos para, em seguida, avançar com as demais metas. Como parte das estratégias, foi criado um perfil no Instagram para aproximar-se do público e, posteriormente, buscou-se estabelecer uma parceria com a rádio da UNITINS para a produção de podcasts sobre a temática. No entanto, por questões logísticas, a implementação da rádio e dos podcasts não foi concretizada.

Para suprir essa lacuna, concentramos nossos esforços inteiramente no Instagram, que foi utilizado como principal plataforma para disseminar informações precisas ao público.

Após o cumprimento dos objetivos iniciais, foi feita uma solicitação à equipe da DICOM da UNITINS para a criação da logo do perfil no Instagram. A reunião ocorreu com Juliana, responsável por mediar as solicitações e repassá-las à equipe da DICOM, que coletou todas as informações necessárias e sugeriu algumas alterações relevantes.

Figura 1. Logo do projeto



Fonte: Dicom UNITINS (2023).

Em seguida, foi criado o Instagram @mulherescuidadora, que alcançou 39 seguidores e seguiu 68 perfis. Embora o número de seguidores não tenha sido significativo, a bolsista utilizou seu perfil pessoal para ampliar a divulgação.

Figura 2. Print da página do Instagram



Fonte: Elaborado pela aluna bolsista.

A primeira postagem teve como objetivo apresentar o projeto e incentivar a participação do público, convidando-os a seguir a página. Para ampliar seu alcance, a instituição foi marcada na publicação, e o tema foi introduzido de forma sucinta, despertando o interesse dos seguidores para uma compreensão mais aprofundada da temática.

O engajamento na página oficial do Instagram foi relativamente baixo, com pouco mais de 11 curtidas, 1 comentário e 2 compartilhamentos. No entanto, no perfil pessoal da bolsista, estima-se que a publicação tenha alcançado aproximadamente 300 visualizações nos stories, evidenciando uma maior disseminação do conteúdo.

Figura 3. Print da página do Instagram



Fonte: Elaborado pela aluna bolsista.

A segunda postagem teve como objetivo esclarecer o conceito de economia do cuidado, destacando que, embora o termo não seja amplamente conhecido, essa atividade está presente no cotidiano de todos e, muitas vezes, é subestimada. A imagem escolhida visava atrair a atenção para a importância do tema e estimular o debate. A publicação alcançou aproximadamente 8 curtidas no Instagram do projeto,

mais de 215 visualizações nos stories da bolsista e pouco mais de 10 comentários no direct.

Nos corredores da universidade, a postagem fomentou debates, despertando o interesse dos estudantes em aprofundar o entendimento sobre o tema e contribuindo para o alcance do objetivo principal do projeto. Esse engajamento propiciou discussões e o compartilhamento de relatos de mulheres acadêmicas que enfrentam desafios semelhantes e que, frequentemente, têm suas dificuldades e sobrecarga invisibilizadas.

Figura 4. Print de divulgação no Instagram



Fonte: Elaborado pela aluna bolsista.

Figura 5. Print de divulgação no Instagram

Na terceira postagem, buscamos homenagear as mulheres e destacar a força de cada uma.



Fonte: Elaborado pela aluna bolsista.

A quarta imagem teve como principal objetivo gerar impacto e sensibilizar não apenas o público em geral, mas, especialmente, aqueles que convivem com mulheres sobrecarregadas. A publicação enfatizou a necessidade de apoio e assistência a essas mulheres, destacando que o reconhecimento pelo trabalho desempenhado, por si só, não é suficiente; é fundamental que elas também recebam cuidado.

A postagem obteve 14 curtidas no perfil oficial do projeto no Instagram. No entanto, no perfil pessoal da bolsista, estima-se que tenha alcançado aproximadamente 500 visualizações nos stories. A significativa repercussão ampliou o debate para além do ambiente digital, contribuindo para a disseminação e reflexão sobre a temática.

Figura 6. Cards de divulgação



Fonte: Elaborado pela aluna bolsista.

A quinta imagem teve como objetivo apresentar um demonstrativo quantitativo sobre o impacto do trabalho não remunerado na vida das mulheres, evidenciando o quanto elas abdicam de suas carreiras profissionais para se dedicarem a essas atividades. Os dados do IBGE são expressivos e alarmantes, suscitando reflexões pertinentes sobre a temática e reforçando a necessidade de discussão e conscientização.

Essa publicação no perfil oficial do projeto obteve apenas 5 curtidas. No entanto, no perfil pessoal da bolsista, estima-se que tenha alcançado aproximadamente 300 visualizações, além de gerar interações por meio de curtidas e questionamentos sobre o tema.

Figura 6. Cards de divulgação



Fonte: Elaborado pela aluna bolsista.

Com base nas visualizações das publicações no Instagram Stories, estimou-se um alcance de aproximadamente 500 seguidores, considerando as interações no perfil pessoal da bolsista e na conta do projeto. Além do ambiente virtual, o projeto expandiu-se para fora das redes sociais, fomentando debates nos corredores da universidade e alcançando pessoas além da comunidade acadêmica, incluindo os estados de Mato Grosso e Goiás.

No decorrer do projeto, deparamo-nos com pessoas que acreditam que o cuidado é uma responsabilidade exclusivamente feminina, reforçando a construção social desse papel. Contudo, apesar do desafio de dialogar com aqueles que sustentam essa visão, destacou-se a importância de fomentar a reflexão e incentivar uma análise crítica sobre a desigualdade na distribuição das responsabilidades relacionadas ao cuidado.

Conclusão

O projeto de extensão Mulheres Cuidadoras destacou o que é a economia do cuidado, evidenciando a sobrecarga das mulheres com obrigações domésticas e de cuidado, ainda amplamente vistas como responsabilidades exclusivamente femininas. A iniciativa buscou dar visibilidade a essa realidade frequentemente silenciada e fomentar o debate sobre a divisão equitativa dessas tarefas.

A criação do Instagram foi um dos pontos centrais do projeto, ampliando a discussão sobre o trabalho não remunerado e permitindo interações que fortaleceram o engajamento do público. A coleta de relatos evidenciou a necessidade de ações concretas para mitigar essa sobrecarga, enquanto os debates extrapolaram o meio digital, alcançando novos espaços de diálogo e conscientização.

Os resultados indicam que o projeto estimulou reflexões e debates sobre políticas públicas voltadas para a equidade na divisão do cuidado. Entre as sugestões levantadas estão a implementação da licença parental para ambos os gêneros, a ampliação de creches acessíveis e a criação de políticas educacionais que apoiem estudantes que também desempenham funções de cuidado.

Além disso, a iniciativa contribuiu diretamente para o cumprimento do Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 5 – Igualdade de Gênero, ao valorizar o trabalho de cuidado e incentivar uma redistribuição mais justa das responsabilidades domésticas e familiares. No entanto, reforça-se a necessidade de estudos futuros para mensurar o impacto das ações propostas e avaliar sua efetividade na construção de uma sociedade mais igualitária.

Por fim, a realização das atividades de extensão descritas neste trabalho foi uma experiência enriquecedora para todos os envolvidos. A interação nas redes sociais e a troca de vivências entre o público-alvo e a equipe proporcionaram um aprendizado valioso, reafirmando a relevância do tema e a importância de continuar promovendo ações que fomentem a equidade de gênero.

Referências

BATISTA, Michele. **Mulheres são responsáveis por 75% de todo o trabalho de cuidado não remunerado no mundo**. GT Agenda 2030, 2020. Disponível em: <https://gtagenda2030.org.br/2020/01/28/mulheres-sao-responsaveis-por-75-de-todo-o-trabalho-de-cuidado-nao-remunerado-no-mundo> Acesso em 22 jun. 2023.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Disponível em http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm Acesso em 01 jul. 2023.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Síntese de indicadores sociais**: uma análise das condições de vida da população brasileira: 2018. Coordenação de População e Indicadores Sociais. Rio de Janeiro: IBGE, 2018. Disponível em <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101629.pdf> Acesso em 06 jul. 2023.

LAWSON, Max et al. Tempo de cuidar: o trabalho de cuidado não remunerado e mal pago e a crise global da desigualdade. **Documento informativo da Oxfam Brasil, janeiro de 2020**.

MIGUEL, Luís Felipe; BIROLI, Flávia. **Feminismo e Política**. São Paulo: Boitempo, 2014.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Objetivos de Desenvolvimento Sustentável no Brasil**. Disponível em <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>. Acesso em 09 jul. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Glossary of health promotion terms**. Geneva: World Health Organization/Division of Health Promotion, Educations and Communications/Health Education and Health Promotion Unit, 1998. Disponível em <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HPR-HEP-98.1>. Acesso em 11 jul. 2023.

RIBEIRO, Grazielle Lopes; CANHEDO, Nathalia. O papel da mulher como agente ativo da Liberdade para

desenvolvimento de políticas públicas de valorização do trabalho de cuidado: uma análise teórico-metodológica a partir de Amartya Sen. **Revista Buriti: Direito, Sociedade e Sustentabilidade**. v. 06, n. 1, p. 34-48, 2023. Disponível em <https://buritidireitoesociedade.files.wordpress.com/2023/02/uma-analise-teorico-metodologica-a-partir-de-amartya-sen.pdf> Acesso em 28 jun. 2023.

Recebido em 03 de junho de 2025.

Aceito em 10 de julho de 2025.