



Faculdade de Letras e Ciências Sociais

Departamento de Arqueologia e Antropologia

Licenciatura em Antropologia

Trabalho de Culminação de Estudos

Narrativas e dinâmicas de mães e pais solo na Matola Gare, Cidade da Matola

Nome da Candidata: Joana Félix Mussica

Nome da Supervisora: Doutora Margarida Paulo

Maputo, Março de 2025

Narrativas e dinâmicas de mães e pais solo na Matola Gare, Cidade da Matola

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Departamento de Arqueologia e Antropologia, da Faculdade de Letras e Ciências Sociais na Universidade Eduardo Mondlane como requisito parcial para a obtenção do grau académico de Licenciatura em Antropologia.

Candidata

Supervisora

Presidente

Oponente

Universidade Eduardo Mondlane

Maputo, Março de 2025

Declaração de honra

Declaro por minha honra que o trabalho de licenciatura aqui apresentado é da minha autoria, e é fruto da minha dedicação e empenho individual, e os resultados obtidos constituem uma realidade.

Joana Félix Mussica

Dedicatória

Aos meus pais, Félix Alberto Mussica e Argentina Joaquim Mathe

Aos meus filhos, Samuel e Regina.

Agradecimentos

Em primeiro lugar, agradeço a Deus, que me guiou e deu força em todos os momentos desta jornada, permitindo que eu superasse os desafios e alcançasse este marco importante na minha vida.

À minha supervisora, Doutora Margarida Paulo, quero expressar a minha profunda gratidão pela orientação, paciência e apoio incondicional ao longo deste processo. O seu conhecimento, dedicação e incentivo foram fundamentais para a conclusão deste trabalho.

A todos os docentes do Departamento de Arqueologia e Antropologia (DAA) da Universidade Eduardo Mondlane (UEM), Faculdade de Letras e Ciências Sociais (FLCS), em especial ao Mestre Danúbio Lihane (em memória), Mestre Adriano Biza e Mestre Sónia Seuane, o meu sincero agradecimento pelo conhecimento partilhado, pelas críticas construtivas e pelo estímulo constante ao longo da minha formação académica..

Às todas as mães e pais solo que contribuíram para com suas experiências para que este trabalho fosse uma realidade. O meu muito obrigado pela disponibilidade e abertura que foram essenciais para a recolha de dados.

À turma de Antropologia de 2019, quero agradecer pela companhia, pelas trocas de ideias e pelo apoio mútuo durante todos estes anos de estudo. Foi uma jornada enriquecedora ao vosso lado.

À família, o meu eterno agradecimento pelo amor incondicional, pelo sacrifício e por sempre acreditarem em mim, mesmo nos momentos mais difíceis. Aos meus irmãos, obrigado pelo apoio, pelas risadas e por estarem sempre ao meu lado, tornando esta caminhada mais leve e significativa.

Aos meus amigos, que me acompanharam nesta trajetória, o meu muito obrigado pela compreensão, incentivo e pelos momentos de descontração que me ajudaram a recarregar as energias.

Por fim, a todos/as que, direta ou indiretamente, contribuíram para o sucesso da minha formação, o meu profundo agradecimento. Cada gesto, palavra de apoio e contribuição foi fundamental para que eu chegasse até aqui.

Lista de Abreviaturas

DAA	Departamento de Arqueologia e Antropologia
FLCS	Faculdade de Letras e Ciências Sociais
UEM	Universidade Eduardo Mondlane

Resumo

Este estudo investigou as narrativas e dinâmicas de mães e pais solo na Matola Gare, Cidade da Matola, analisando os desafios enfrentados na gestão doméstica, percepções sociais, redes de apoio e dificuldades econômicas. O objetivo foi compreender como essas mulheres e homens lidam com as adversidades e de que maneira encontram suporte em seu cotidiano. A pesquisa utilizou uma abordagem qualitativa, recorrendo a observação direta, entrevistas semi-estruturadas e conversas informais como principais métodos de coleta de dados.

Os resultados revelaram que a parentalidade solo é atravessada por desigualdades de gênero, vulnerabilidade econômica e estigma social. Mães e pais solo enfrentam sobrecarga emocional e financeira, além de desconfianças em relação à sua capacidade de prover e educar seus filhos. As percepções sociais reforçam estereótipos que marginalizam esses parentes, limitando suas oportunidades de inserção social e acesso a recursos essenciais.

As redes de apoio emergiram como fator essencial para minimizar os desafios enfrentados, sendo compostas por familiares, amigos e vizinhos. Essas redes desempenham um papel crucial no suporte emocional e material, permitindo uma ressignificação das experiências individuais. No aspecto econômico, a pesquisa indicou que muitas mães solteiras dependem do trabalho informal, que não garante estabilidade financeira e amplia sua vulnerabilidade.

A análise evidenciou a necessidade de uma abordagem multidimensional para lidar com os desafios das mães e pais solo, envolvendo desconstrução de estereótipos de gênero, fortalecimento de redes de apoio e criação de políticas inclusivas que promovam condições dignas para essas famílias.

Palavras-chave: Parentalidade solo, estigma social, redes de apoio, desigualdade de gênero, vulnerabilidade econômica.

Índice

Declaração de honra.....	i
Dedicatória.....	ii
Agradecimentos	iii
Lista de Abreviaturas	iv
Resumo	v
Índice.....	vi
1. Capítulo 1: Introdução	1
1.1. Objectivos do trabalho:	1
1.2. Justificativa	2
1.3. Estrutura do trabalho.....	2
2. Capítulo 2: Revisão de Literatura	4
2.1. Estudos sobre mães e pais solo no mundo	4
2.2. Estudos sobre mães e pais solo na África Austral	6
2.3. Abordagens dos estudos sobre mães e pais solo em Moçambique	8
2.4. Problemática	10
2.4.1. Pergunta de pesquisa	10
3. Capítulo 3: Metodologia.....	11
3.1. Técnicas de Recolha de Dados	13
3.2. Constrangimentos e Superação	13
3.3. Considerações éticas	14
3.4. Área da pesquisa	15
4. Capítulo 4: Resultados da pesquisa	17
4.1. Perfil das mães e pais solo entrevistadas	17
4.2. Gestão doméstica e cuidados dos pais e mães solo com os filhos	19
4.3. Percepções sobre as mães e pais solo	21
4.4. Rede de apoio para mães e pais solo.....	23
4.5. Desafios das mães e pais solo	27
5. Considerações finais.....	34
Referências Bibliográficas	36
Apêndices.....	40

1. Capítulo 1: Introdução

As dinâmicas familiares, em contextos urbanos, tornam-se complexas, e tem revelado novas configurações de parentalidade que desafiam os modelos tradicionais. Entre essas configurações, destaca-se a parentalidade solo, vivida por mães e pais que assumem, de forma independente, a responsabilidade pelo cuidado e sustento dos filhos. Este trabalho buscou compreender os desafios e perspectivas das mães e pais solo no bairro Matola-Gare, na Cidade da Matola, com ênfase na gestão doméstica, percepções sociais, redes de apoio e dificuldades enfrentadas. O contexto urbano, marcado por desigualdades socioeconômicas e dinâmicas culturais complexas, agrava as vulnerabilidades desses grupos, tornando urgente uma análise antropológica que evidencie suas experiências cotidianas.

1.1. Objectivos do trabalho:

Geral:

- Compreender os desafios e perspectivas das mães e pais solo em contextos urbanos, com ênfase na gestão doméstica, percepções sociais, redes de apoio e dificuldades enfrentadas.

Específicos:

- Caracterizar o perfil socioeconômico e demográfico das mães e pais solo entrevistados no bairro Matola-Gare;
- Analisar estratégias de gestão doméstica e os cuidados com os filhos adotados por mães e pais solo;
- Investigar as percepções sociais e os estigmas associados à parentalidade solo;
- Identificar e avaliar o papel das redes de apoio formal e informal (família, comunidade, instituições) no suporte às mães e pais solo;
- Mapear os principais desafios enfrentados por mães e pais solo no bairro Matola-Gare.

1.2. Justificativa

A escolha do tema surge da necessidade de compreender as desigualdades estruturais que afetam as mães e pais solo, em contextos urbanos moçambicanos. A revisão de literatura evidenciou que as mães e pais solo enfrentam múltiplos desafios, desde o estigma social até limitações econômicas severas (Amado, 2016; Hochschild, 1989; Costa, 2013). A ausência de políticas públicas eficazes e o predomínio de normas culturais rígidas ampliam as dificuldades desses grupos, afetando diretamente o bem-estar de crianças e adolescentes em ambientes urbanos.

Do ponto de vista antropológico, este estudo se insere na área da Antropologia Urbana, pois examina como as relações sociais e dinâmicas familiares num contexto de desigualdades econômicas, estigma social e redes de sociais. A pesquisa também dialoga com a área de gênero, ao evidenciar como papéis sociais atribuídos a mães e pais solo influenciam suas vivências cotidianas e acesso a recursos.

Para Moçambique, o estudo é, particularmente relevante pois procura analisar as transformações socioeconômicas e culturais intensificando a diversificação dos arranjos familiares, sem que políticas públicas acompanhem essas mudanças.

1.3. Estrutura do trabalho

Este trabalho está organizado em cinco capítulos. Após a introdução, onde se apresentam os objetivos do estudo, a justificativa e a pertinência da pesquisa, o segundo capítulo faz a revisão de literatura, abordando a problemática do estudo e apresentando as lacunas identificadas nos estudos revistos. Este capítulo fornece o embasamento teórico necessário para contextualizar a pesquisa e destacar a sua relevância no campo de estudo.

O terceiro capítulo apresenta a metodologia usada na recolha de dados. São descritas as técnicas de recolha de dados, como entrevistas, questionários ou observação, bem como os procedimentos adotados para garantir a validade e a confiabilidade da pesquisa. Também são explicados os critérios de seleção dos participantes e as ferramentas de análise utilizadas.

O quarto capítulo apresenta os resultados da pesquisa, organizados em cinco subcapítulos, nomeadamente: O primeiro subcapítulo aborda o Perfil das mães e pais solo entrevistados. O segundo subcapítulo trata da Gestão doméstica e cuidados dos pais e mães solo com os filhos.

O terceiro subcapítulo explora as Percepções sobre as mães e pais solo. O quarto subcapítulo foca nas Redes de apoio para mães e pais solo. Por fim, o quinto subcapítulo descreve os Desafios enfrentados por mães e pais solo. O quinto e último capítulo apresenta as conclusões/considerações finais.

2. Capítulo 2: Revisão de Literatura

Este capítulo irá rever estudos sobre mães e pais solo no mundo, na África Austral e em Moçambique. Iremos iniciar com a revisão dos estudos no mundo.

2.1. Estudos sobre mães e pais solo no mundo

O aumento de mães solo na Coreia do Sul, um país tradicionalmente conservador, desafia o estigma social e as mudanças nas atitudes em relação à família (Araújo 2024). Os resultados do estudo mostram que, apesar do preconceito arraigado, há uma mudança gradual nas gerações mais jovens, com políticas públicas emergentes para apoiar famílias monoparentais. O preconceito relacionado às mães solo envolve a visão tradicional de que a mulher deve se submeter ao modelo familiar nuclear, onde a mãe solo é vista como fora da norma, o que resulta em estigmatização social e discriminação. O estudo sugere ainda que há resistência significativa, particularmente entre as gerações mais velhas, que mantêm visões mais conservadoras sobre o casamento e a família. No entanto, há um movimento crescente de mudança, especialmente entre as gerações mais jovens. Os jovens estão se afastando dos rígidos modelos familiares e passando a ver as famílias monoparentais de forma mais inclusiva e respeitosa.

As transformações sociais e políticas na China permitem às mães solo criar os seus filhos sem a presença paterna. Os resultados do estudo mostraram que, embora ainda haja discriminação, reformas recentes facilitam o acesso dessas mulheres a serviços de saúde e benefícios trabalhistas. A discriminação referida está relacionada à marginalização e estigmatização das mães solteiras, que, muitas vezes, enfrentam preconceitos por não seguirem o modelo familiar tradicional. Em uma sociedade onde a figura paterna era considerada essencial, as mães solo eram frequentemente vistas como fora da norma, o que resultava em exclusão social e dificuldades no mercado de trabalho. Embora a discriminação persista, especialmente entre as gerações mais velhas, o estudo aponta que as mudanças nas políticas públicas são um passo importante para promover maior igualdade e inclusão para as mães solteiras, o que reflete a um progresso significativo, ainda que gradual, no apoio a essas mulheres na China (Armstrong 2023).

Os principais desafios enfrentados pelas mães solo no Brasil referem-se ao apoio financeiro e à organização da rotina (Matais 2024). A pesquisa revelou que 46% das mães solo não têm apoio financeiro, o que significa que muitas dependem exclusivamente de seus próprios rendimentos ou de redes informais, como ajuda de familiares e amigos, para sustentar suas famílias. Além disso, 39% das mães solo lutam com a organização da rotina doméstica, uma tarefa que se torna ainda mais desafiadora sem apoio externo. A falta de apoio financeiro por parte do ex-companheiro ou do governo, que poderia aliviar a pressão sobre essas mulheres, torna as responsabilidades mais difíceis de gerenciar. A pesquisa destaca que muitas mães solo enfrentam dificuldades em conciliar o trabalho com a gestão das responsabilidades domésticas, o que pode resultar em sobrecarga física e emocional. Conclui-se que políticas públicas direcionadas, como o aumento de benefícios sociais e a criação de redes de apoio comunitárias, são essenciais para melhorar a qualidade de vida dessas famílias.

Um estudo realizado por Smith (2021) analisa as dificuldades econômicas enfrentadas pelas mães e pais solo nos Estados Unidos, comparando com a realidade de outros países ocidentais. A pesquisa buscou entender de que maneira diferentes sistemas de políticas sociais têm impacto na vida dessas famílias. Na comparação entre os Estados Unidos e países nórdicos como Suécia, Noruega, Dinamarca e Finlândia, que possuem um sistema de bem-estar social amplo, notou-se que as condições financeiras dos pais e mães solo tendem a ser favoráveis onde há uma rede de apoio ampla. Assim, as políticas como a licença parental paga e subsídios para o cuidado infantil têm um papel essencial na redução das desigualdades, pois permitem que os pais se concentrem nas necessidades de seus filhos sem enfrentar a pressão econômica. O estudo também destaca que, nos Estados Unidos, a falta dessas políticas contribui para a desigualdade social e econômica enfrentada por muitos pais solo, afetando diretamente a vida de seus filhos.

Os efeitos da parentalidade solo no bem-estar das crianças em diferentes países europeus foi examinada por Jones e Taylor (2022), para entender como a estrutura familiar, especialmente a ausência de um dos pais, pode influenciar o desenvolvimento emocional, educacional e social das crianças. Os autores analisam dados de diversos países da Europa, considerando factores como o nível de estabilidade financeira da família, acesso a serviços sociais e o suporte educacional disponível. Os resultados do estudo ainda indicam que as crianças criadas por pais solos, frequentemente enfrentam desafios maiores, especialmente no que se refere à saúde emocional e ao desempenho escolar, com uma incidência elevada de problemas como ansiedade e dificuldades de aprendizagem. Podemos dizer que, esses

desafios tornam-se exacerbados quando os pais enfrentam dificuldades financeiras, o que pode ser agravado pela falta de políticas públicas de apoio à parentalidade solo.

2.2. Estudos sobre mães e pais solo na África Austral

As experiências das mães solo na África do Sul, indica que estas têm sido afetadas pela pobreza e pelas políticas legislativas em vigor (Moyo 2021). Os resultados do estudo revelaram que várias mães solo enfrentam dificuldades econômicas substanciais, com uma carga financeira que dificulta o bem-estar de suas famílias. Além disso, a legislação existente, embora reconheça a necessidade de apoio às mulheres, falha em fornecer um suporte robusto e eficaz, o que pode perpetuar ciclos de pobreza. Deste modo, as reformas legais fazem-se necessárias para criar uma rede de apoio mais inclusiva e eficiente, incluindo políticas que garantam uma proteção social adequada, como subsídios para cuidados infantis e licença parental remunerada.

O impacto da ausência paterna na dinâmica familiar, em Botswana, aponta a figura paterna na influência do bem-estar das crianças e das mães. O estudo explora não apenas os efeitos emocionais e psicológicos sobre as crianças, mas também os desafios financeiros enfrentados pelas mães, que precisam assumir sozinhas a responsabilidade de sustentar a família (Khama 2022). Os resultados do estudo indicam que a ausência do pai, é frequentemente associada a uma sobrecarga emocional e financeira para as mães solo, que devem lidar com a pressão de prover para os filhos sem o suporte de uma figura paterna. Além disso, a pesquisa revela que essa situação pode gerar problemas de saúde mental e dificuldades escolares para as crianças, criando um ciclo de vulnerabilidade. Deste modo, há uma necessidade urgente de políticas públicas que incentivem a responsabilidade parental, incluindo programas de apoio para mães solteiras e campanhas que promovam uma maior participação dos pais na educação e bem-estar dos filhos.

No Zimbabwe, um estudo explora os desafios socioeconômicos enfrentados por mães solo, com ênfase nas dificuldades que estas enfrentam no acesso a oportunidades de emprego, apoio social e enfrentamento de discriminação (Dlamini 2024). Os resultados do estudo indicaram que as mães solo, frequentemente, deparam-se com a discriminação tanto no mercado de trabalho quanto na sociedade, o que restringe suas oportunidades de melhorar sua situação financeira. Essa discriminação se manifesta em diferentes formas, como salários

mais baixos, falta de reconhecimento profissional e uma postura estigmatizante por parte da sociedade, que as vê como menos capacitadas ou responsáveis. Além disso, o estudo destaca que o apoio social é insuficiente, com serviços públicos limitados e uma rede de suporte comunitário ineficaz. Muitas mães solo enfrentam dificuldades para acessar serviços de saúde, educação e assistência social devido à escassez de recursos e à ineficiência das políticas públicas voltadas para o apoio à família.

Por sua vez, um estudo realizado em Eswatini examina os efeitos da ausência de um dos pais afecta no desenvolvimento infantil, com um foco na saúde emocional e no desempenho escolar das crianças (Moyo 2025). A pesquisa procurou entender como o facto de ser criado por um único responsável, seja mãe ou pai, afeta as crianças, especialmente no que diz respeito ao seu desenvolvimento emocional e acadêmico. Os resultados do estudo mostraram que crianças provenientes de famílias monoparentais estão mais propensas a enfrentar dificuldades emocionais, como ansiedade e problemas de autoestima, devido à pressão adicional sobre o único responsável. Além disso, o estudo revela que as dificuldades financeiras e a falta de apoio educacional adequado também impactam, negativamente no desempenho escolar das crianças. Assim, o governo e as instituições educacionais jogam um papel fundamental no fornecimento de suporte psicológico e educativo a essas famílias, garantindo que as crianças tenham acesso a recursos adequados para superar os desafios que enfrentam.

Outro estudo relevante é o de Bokene (2021), que analisa a desnaturalização do poder e do lugar da parentalidade solo na região. A pesquisa revela que essas mulheres enfrentam sobrecargas econômicas, sociais e emocionais, agravadas por desigualdades estruturais e discriminação. A educação é destacada como ferramenta crucial para ampliar a autonomia feminina e promover maior igualdade de gênero, embora não elimine completamente as barreiras existentes. Bokene argumenta que o acesso restrito a direitos fundamentais, esses que incluem terra, creches, moradia e autonomia corporal, sendo que, mantém as mães solo em situação de vulnerabilidade. O estudo enfatiza a urgência de políticas públicas que reconheçam as especificidades da parentalidade solo e criem condições dignas para essas mulheres. Para o autor, a verdadeira emancipação feminina exige mudanças estruturais profundas que vão além da educação, assegurando justiça social e igualdade de oportunidades.

2.3. Abordagens dos estudos sobre mães e pais solo em Moçambique

As principais adversidades que os pais e mães solo enfrentam, em Moçambique, incluem a falta de apoio financeiro e discriminação social (Siteo 2020). Os resultados do estudo mostraram que a ausência de uma rede de apoio institucional e a precariedade de serviços sociais constituem obstáculos significativos para a melhoria das condições de vida das famílias em que os responsáveis são as mães e pais solo. Além disso, as mães solo enfrentam desafios adicionais relacionados à dupla jornada de trabalho, à pressão social e às dificuldades no acesso a oportunidades de emprego formal, que muitas vezes oferecem pouca flexibilidade de horários. Outro aspecto relevante identificado pela pesquisa é o impacto psicológico sobre pais, mães e crianças, causado pelo isolamento social, pelas dificuldades financeiras constantes e pela sobrecarga emocional. Assim, a qualidade de vida dessas famílias fica comprometida, exigindo estratégias estruturais que considerem suas necessidades específicas e promovam maior equidade social.

O impacto da maternidade solo no desenvolvimento infantil, em Moçambique, aponta que a ausência da figura paterna afecta no emocional e educação das crianças (Massango 2021). Os resultados mostraram que crianças de mães solo enfrentam desafios adicionais, como dificuldades no desempenho escolar, aumento de problemas comportamentais e maior risco de isolamento social. A pesquisa também aponta que, em muitos casos, a sobrecarga de responsabilidades enfrentada pelas mães pode afetar sua capacidade de oferecer suporte emocional adequado aos filhos. Podemos dizer que, as mães solo e seus filhos precisam de um suporte psicológico e educacional, criando ambientes de aprendizagem e apoio que favoreçam o desenvolvimento integral das crianças.

As percepções socioculturais sobre pais solo, em Moçambique, têm foco especial nas dificuldades enfrentadas pelos homens que assumem a responsabilidade de criar filhos sozinhos (Zavala 2022). Os resultados do estudo indicaram que, embora a figura da mãe solo seja comum e socialmente reconhecida, os pais solo enfrentam barreiras significativas, como o estigma relacionado à masculinidade e à crença de que os homens não possuem a sensibilidade ou a capacidade necessárias para cuidar adequadamente dos filhos. Esse estigma frequentemente resulta em isolamento social, falta de apoio familiar e dificuldades no acesso a redes de assistência social, que tendem a ser estruturadas com foco em mães solo. O estudo também revela que os pais solo enfrentam preconceitos institucionais, como a desconfiança em ambientes escolares e de saúde sobre suas habilidades parentais, além de desafios legais em questões de guarda e direitos parentais. Em muitos casos, a ausência de

políticas públicas específicas para pais solo reforça essas desigualdades, deixando-os desprotegidos em situações de vulnerabilidade.

O acesso de mães solo nos serviços de saúde tem sido comum, em Moçambique, e tem mostrado as dificuldades que as mães solo enfrentam ao buscar atendimento médico (Dixon 2023). Os resultados do estudo indicaram que as principais barreiras, que as mães solo enfrentam no país está relacionado com a natureza financeira, de que várias mães não tendo condições de arcar com os custos dos serviços de saúde e cultural, adicionado ao facto que algumas mulheres enfrentam dificuldades para acessar aos serviços de saúde, devido a normas sociais e estigma associado com a maternidade solo. Pode-se depreender que políticas públicas específicas tornam-se necessárias, para melhorar a assistência à saúde para essas mulheres, incluindo a redução de custos, a expansão da cobertura de serviços e a criação de programas de educação e sensibilização que abordem a importância do cuidado com a saúde para as mães solteiras.

As dificuldades enfrentadas pelas mães e pais solo no mercado de trabalho, em Moçambique, devido a barreiras institucionais criam dificuldade na conciliação entre trabalho e parentalidade (Langa 2024). Os resultados do estudo revelaram que vários pais e mães solo enfrentam desafios para equilibrar suas responsabilidades profissionais com o cuidado de seus filhos, especialmente devido à falta de suporte institucional e políticas de flexibilização no trabalho. A falta de licença parental remunerada, a escassez de horários de trabalho flexíveis e a ausência de programas de apoio à parentalidade criam dificuldade para a inserção ou permanência dessas mães no mercado de trabalho. Pode-se dizer que políticas de flexibilização tornam-se essenciais para garantir que pais e mães solo tenham acesso a oportunidades no mercado de trabalho, sem comprometer o cuidado de seus filhos.

Em resumo, podemos dizer que os estudos revistos, no mundo, na África Austral e em Moçambique, mostram que famílias monoparentais enfrentam desafios comuns ligados ao estigma social, desigualdades económicas e ausência de políticas públicas eficazes. Globalmente, embora alguns países tenham avançado em políticas sociais e mudanças culturais, o preconceito ainda afeta o bem-estar dessas famílias. Na África Austral, desigualdades estruturais, pobreza e políticas ineficazes agravam a vulnerabilidade de mães e pais solo, limitando o acesso a serviços básicos e ampliando o ciclo de exclusão social. Em Moçambique, a precariedade dos serviços sociais, o fraco apoio institucional e a discriminação social dificultam o desenvolvimento dessas famílias. Contudo, os estudos não

exploram de forma aprofundada as estratégias locais de apoio e as dinâmicas sociais que influenciam essas realidades, facto que nos levou a realizar este trabalho.

2.4. Problemática

A parentalidade solo em contextos urbanos, especialmente em Moçambique, revela desafios complexos que se manifestam na gestão doméstica, na vulnerabilidade econômica e no estigma social enfrentado por mães e pais solo. Com base em observações realizadas na Matola-Gare essas famílias lidam, diariamente com a sobrecarga emocional e financeira, enfrentando discriminação social e acesso limitado a redes formais de apoio. As mães solo, em particular, assumem múltiplas responsabilidades, lidando com estereótipos que questionam sua capacidade de prover e educar seus filhos, enquanto os pais solo enfrentam desconfiança em seu papel como cuidadores primários.

A literatura existente destaca que, globalmente, as famílias monoparentais enfrentam estigmas e desigualdades sociais e econômicas, agravada pela ausência de políticas públicas inclusivas. Na África Austral, a precariedade socioeconômica e fragilidade das políticas sociais ampliam a vulnerabilidade dessas famílias. Em Moçambique, os estudos apontam para a falta de apoio institucional e a discriminação social como barreiras ao bem-estar dessas famílias. Contudo, a literatura não explora em profundidade as estratégias locais de resiliência, as redes de apoio informais e as dinâmicas sociais que influenciam o cotidiano de mães e pais solo em contextos urbanos em Moçambique.

Este trabalho busca preencher essa lacuna, ao explorar as experiências vividas por mães e pais solo na Matola-Gare, analisando como constroem redes de apoio, enfrentam o estigma e gerem suas limitações econômicas. Em poucas palavras, o trabalho pretende oferecer uma compreensão contextualizada sobre as dinâmicas locais e contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas mais sensíveis às realidades dessas famílias, no contexto de estudo.

2.4.1. Pergunta de pesquisa

Quais as estratégias de gestão doméstica e redes de apoio que as mães e pais solo, na Matola-Gare constroem para enfrentar desafios relacionados a parentalidade solo e não só?

3. Capítulo 3: Metodologia

O trabalho de campo foi realizado recorrendo a diferentes três métodos de recolha de dados qualitativos, nomeadamente: observação direta, entrevistas semi-estruturadas e conversas informais. Esses métodos foram fundamentais para captar as experiências das participantes de forma profunda e contextualizada, permitindo uma análise detalhada das dinâmicas sociais envolvidas.

A observação direta permitiu a pesquisadora registrar os comportamentos e as interações das mães e pais solo no seu dia-a-dia, sem a necessidade de intervir. Segundo Lakatos e Marconi (2003), a observação direta é um procedimento que possibilita a coleta de dados sobre fenômenos sociais em seu contexto real, fornecendo informações detalhadas e não mediadas por relatos subjetivos.

Prodanov e Freitas (2013) complementam essa definição ao afirmar que a observação direta permite captar detalhes que, em entrevistas, poderiam ser omissos ou distorcidos pelos participantes. Entre as principais vantagens da observação directa destaca-se a possibilidade de registrar comportamentos espontâneos e naturais, oferecendo uma visão ampla do contexto social estudado e permitindo identificar padrões e dinâmicas não verbalizadas.

Contudo, a observação directa apresenta desvantagens, como o risco de a presença do observador influenciar o comportamento dos participantes, a exigência de longo tempo de permanência no campo para coleta de dados significativos e a possibilidade de viés interpretativo por parte do pesquisador. No contexto desta pesquisa, a observação direta foi essencial para compreender as rotinas diárias de mães e pais solo, especialmente em espaços públicos, como mercados e pequenos comércios, onde exercem atividades econômicas. Através deste método, foi possível observar suas estratégias de sobrevivência, suas interações sociais e os desafios enfrentados no cotidiano.

As entrevistas semi-estruturadas foram utilizadas como ferramenta principal para acessar as percepções, sentimentos e experiências pessoais de mães e pais solo. Segundo Lakatos e Marconi (2003), a entrevista semi-estruturada combina perguntas abertas e fechadas, permitindo ao entrevistador explorar temas relevantes enquanto mantém certa flexibilidade para aprofundar questões emergentes. Prodanov e Freitas (2013) referem que este tipo de entrevista facilita a construção de um diálogo fluído entre o entrevistador e o entrevistado, criando um ambiente propício para a expressão de opiniões e vivências pessoais. Entre as

vantagens desse método estão a possibilidade de aprofundar temas relevantes durante o diálogo, o espaço para que os entrevistados compartilhem percepções pessoais e a coleta de dados ricos e detalhados. Por outro lado, as desvantagens incluem a dificuldade de sistematização dos dados devido à diversidade de respostas, a necessidade de habilidade do entrevistador para conduzir a conversa sem perder o foco e a influência de fatores emocionais ou sociais durante a interação.

As entrevistas foram realizadas com oito (8) mães solo e três pais solo. As mulheres entrevistadas têm entre um (1) e quatro (4) filhos, com idades variando de 0 a 18 anos de idade. As entrevistas foram fundamentais para compreender os desafios econômicos, o estigma social e as redes de apoio que influenciam a vida de mães e pais solo, proporcionando uma visão mais pessoal e subjetiva das dificuldades enfrentadas, além de revelar estratégias de resistência e adaptação.

As conversas informais foram aplicadas como método complementar, permitindo estabelecer uma relação de confiança com os participantes e acessar informações espontâneas que poderiam não surgir em entrevistas estruturadas. Prodanov e Freitas (2013) afirmam que as conversas informais criam um ambiente descontraído, onde os entrevistados se sentem mais à vontade para compartilhar vivências e sentimentos. Esse método apresenta vantagens, como o estímulo à espontaneidade e autenticidade nas respostas, o acesso a informações sensíveis ou delicadas e a promoção de um ambiente de confiança.

Contudo, também possui desvantagens, como a dificuldade de sistematização dos dados devido à ausência de roteiro, a possibilidade de informações vagas ou desconexas e o risco de desvio do foco principal da pesquisa. Essas conversas ocorreram em ambientes cotidianos, como mercados e praças, durante as atividades diárias dos participantes, permitindo ao pesquisador captar aspectos culturais, sociais e emocionais que enriqueceram a análise.

O local escolhido para a realização da pesquisa foi o bairro Matola Gare, localizado na cidade da Matola, província de Maputo. A escolha foi estratégica por se tratar de uma área caracterizada pela intensa atividade econômica informal, oferecendo o cenário ideal para investigar as estratégias de sobrevivência de mães e pais solo. Além disso, Matola Gare apresenta dinâmicas urbanas marcadas por desigualdades sociais e econômicas, refletindo os desafios enfrentados por essas famílias em seu cotidiano.

O acesso aos participantes foi realizado através de redes locais de confiança, envolvendo líderes comunitários e comerciantes que atuaram como intermediários, facilitando a

aproximação da pesquisadora das mães e pais solo. A construção de um vínculo de respeito e empatia foi fundamental para garantir a participação voluntária dos entrevistados e a partilha de informações pessoais.

O registro dos dados coletados foi realizado através de uso do gravador de áudio no telemóvel (com consentimento prévio dos participantes da pesquisa). Enquanto as observações e conversas informais foram documentadas no caderno de campo, registrando não apenas os diálogos, mas também o contexto e as reações observadas. Os dados foram armazenados em um *flash drive*, protegido por senha, garantindo a confidencialidade das informações. As transcrições das entrevistas e as anotações foram organizadas em arquivos separados por temas, facilitando o processo de análise posterior.

A análise dos dados foi realizada agrupando temas, como desafios econômicos, estigma social, redes de apoio e estratégias de sobrevivência, permitindo uma compreensão ampla e aprofundada das realidades vividas por mães e pais solo em Matola Gare. Bardin (2011) refere que a análise de conteúdo busca identificar categorias e padrões emergentes nos relatos dos participantes.

3.1. Técnicas de Recolha de Dados

Foram utilizadas três técnicas principais de recolha de dados: observação direta, entrevistas semi-estruturadas e conversas informais. A observação direta permitiu registar comportamentos e interações das mães e pais solo no seu cotidiano. As entrevistas semi-estruturadas possibilitaram acessar percepções e experiências pessoais dos participantes. As conversas informais contribuíram para estabelecer uma relação de confiança e captar informações sensíveis de forma espontânea.

3.2. Constrangimentos e Superação

O processo de recolha de dados enfrentou desafios diversos, sendo que um dos principais desafios foi a relutância de alguns participantes em partilhar informações pessoais, especialmente sobre dificuldades económicas e questões familiares. Para superar essa barreira, foi adotada uma abordagem empática, baseada na escuta e na construção de confiança.

Outro desafio foi a influência da presença do pesquisador durante a observação direta, que poderia alterar o comportamento dos participantes. Para minimizar esse efeito, as observações foram feitas em momentos diversos, permitindo a captura de comportamentos mais naturais.

A sistematização dos dados das entrevistas semi-estruturadas também representou um obstáculo, dada a diversidade de respostas obtidas. Para lidar com essa questão, os dados foram organizados por categorias temáticas, facilitando a identificação de padrões e tendências.

No que diz respeito às conversas informais, o principal desafio foi a falta de um roteiro estruturado, o que dificultou a sistematização das informações obtidas. Como estratégia, as conversas foram registradas imediatamente após sua realização, garantindo que detalhes importantes não fossem esquecidos.

3.3. Considerações éticas

A recolha de dados durante a pesquisa realizada em Matola Gare foi orientada por princípios éticos fundamentais, assegurando o respeito aos direitos dos participantes e a integridade do processo investigativo. A pesquisa enfrentou alguns desafios éticos que limitaram a recolha de informações sensíveis, especialmente devido à natureza delicada dos temas abordados e ao contexto social dos participantes que, muitas vezes, vivenciam situações de vulnerabilidade econômica e estigma social.

Um dos principais aspectos éticos que impuseram limites à recolha de dados foi a necessidade de proteger a privacidade e a dignidade dos participantes. Por se tratar de um grupo potencialmente vulnerável, houve cuidado em evitar perguntas invasivas ou que pudessem causar desconforto emocional. Alguns participantes demonstraram receio em expor detalhes íntimos de suas vidas, sobretudo relacionados às dificuldades financeiras ou questões familiares delicadas. Para superar esse desafio, o pesquisador adotou uma postura empática e respeitosa, criando um ambiente de escuta ativa e compreensão, o que facilitou a construção de confiança mútua.

Todos os participantes foram devidamente informados sobre os objetivos da pesquisa, os métodos de recolha de dados, os possíveis riscos e benefícios de sua participação, bem como o direito de desistir do estudo a qualquer momento, sem qualquer prejuízo. O consentimento

foi obtido de forma clara e documentada, garantindo que os participantes tivessem plena consciência de sua participação voluntária. Em situações onde houve resistência ao uso de gravadores ou à formalização escrita do consentimento, optou-se por obter o consentimento verbal, respeitando a vontade dos participantes e mantendo a integridade ética do estudo.

A anonimidade foi um princípio central ao longo de toda a pesquisa. Nenhum dado pessoal que pudesse identificar os participantes foi incluído nas transcrições ou relatórios finais. Os nomes foram substituídos por pseudônimos, e quaisquer referências que pudessem revelar a identidade dos entrevistados foram omitidas ou generalizadas.

Quanto à confidencialidade, todos os dados recolhidos foram armazenados em um *flash drive* protegido por senha e apenas a pesquisadora teve acesso aos arquivos originais. As informações coletadas foram utilizadas exclusivamente para fins acadêmicos. Além disso, o compromisso de confidencialidade foi explicitado aos participantes no momento do consentimento, reforçando a confiança no processo investigativo.

Por fim, em situações onde temas emocionalmente sensíveis emergiram durante as entrevistas, como discriminação social ou dificuldades familiares extremas, foi adotada uma postura de escuta cuidadosa, evitando qualquer tipo de julgamento ou insistência em questões que pudessem gerar desconforto. Em alguns casos, foi sugerida a busca por redes locais de apoio social, reforçando o compromisso ético não apenas com a investigação acadêmica, mas também com o bem-estar dos participantes.

3.4. Área da pesquisa

A pesquisa foi realizada no bairro Matola Gare, localizado na Cidade da Matola, província de Maputo, Moçambique. Matola Gare é um dos bairros mais antigos e emblemáticos da cidade, conhecido historicamente por sua importância ferroviária, já que abriga uma das principais estações de trem que conecta a Matola a outras regiões do país e até mesmo aos países vizinhos, como África do Sul e Eswatini. Essa infraestrutura ferroviária influenciou significativamente o crescimento do bairro, promovendo o surgimento de pequenos comércios, mercados informais e áreas residenciais densamente povoadas.

O bairro apresenta uma diversidade social e econômica considerável, abrigando famílias de diferentes níveis de renda, embora a maioria pertença a classes populares que enfrentam desafios relacionados à precariedade de serviços públicos, saneamento básico insuficiente e

limitações no acesso à educação e saúde. A economia local é sustentada principalmente pelo comércio informal, pequenos negócios familiares, trabalhos sazonais e empregos em áreas próximas da cidade de Maputo.

Matola Gare foi escolhida como área de estudo devido à sua complexa estrutura social e à forte presença de famílias chefiadas por mães e pais solo, o que permitiu observar as dinâmicas cotidianas de sobrevivência e os desafios enfrentados por esses agregados familiares. O bairro também oferece uma rica rede de interações comunitárias, evidenciada pelos mercados locais, igrejas, associações comunitárias e espaços de convivência pública, que desempenham um papel importante no suporte social oferecido aos moradores.

A localização estratégica do bairro, próximo a áreas industriais e corredores de transporte, influencia diretamente as condições de vida da população local, afetando questões como mobilidade urbana, acesso ao trabalho e segurança pública, fatores que impactam diretamente a realidade das mães e pais solo da região.

A seguir, encontra-se o mapa da área de estudo, destacando os principais pontos de interesse observados durante o trabalho de campo, como mercados, escolas e espaços comunitários, que foram fundamentais para a compreensão das estratégias de sobrevivência adotadas pelas famílias pesquisadas.

4. Capítulo 4: Resultados da pesquisa

Este capítulo analisa os resultados do estudo sobre *Narrativas de mães e pais solo na Matola Gare, Cidade da Matola*. O capítulo está organizado em cinco subcapítulos: i) Perfil das mães e pais solo entrevistados; ii) Gestão doméstica e cuidados dos pais e mães solo com os filhos; iii) Percepções sobre as mães e pais solo; iv) Redes de apoio para mães e pais solo; e v) Desafios enfrentados por mães e pais solo. Iniciaremos com a apresentação, interpretação e análise do primeiro subcapítulo.

4.1. Perfil das mães e pais solo entrevistadas

As mães e pais solo entrevistados no bairro de Matola-Gare partilharam experiências de vida diversas, mas com alguns pontos em comum que permitem refletir os desafios enfrentados por estes. A maioria dos entrevistados nasceu fora de Matola-Gare, em províncias vizinhas como Gaza e Inhambane, ou em áreas rurais da Província de Maputo. Esses entrevistados migraram para o bairro buscando melhores condições de vida, especialmente após separação ou dificuldade econômica em seus locais de origem. Entre os motivos relatados para a mudança, destacam-se a proximidade com o mercado de trabalho informal, as conexões familiares ou sociais já existentes no bairro e a tentativa de recomeçar a vida em um lugar que ofereça maior acesso a oportunidades econômicas.

As mães e pais solo vivem no bairro há mais de 20 anos, tendo estabelecido vínculos sólidos com a comunidade local, enquanto outras chegaram recentemente e ainda enfrentam os desafios de integração. Essa diferença de tempo de chegada reflete também os diferentes níveis de familiaridade com as redes de apoio disponíveis, como vizinhos, amigos e até organizações comunitárias.

No que diz respeito ao estado civil, algumas mães solo nunca foram formalmente casadas, mas viveram em uniões informais que, muitas vezes, terminaram de forma abrupta devido a conflitos conjugais, como abandono ou violência doméstica. Outras mães foram casadas, mas atualmente estão separadas ou divorciadas, relatando dificuldades para receber apoio financeiro dos antigos companheiros. Entre os pais solo, alguns relataram que a separação ocorreu devido a conflitos conjugais ou incompatibilidades, enquanto outros mencionaram que assumiram a criação dos filhos após o falecimento da mãe ou devido ao abandono materno.

As entrevistas foram realizadas com oito (8) mães solo e três pais solo. As mulheres entrevistadas têm entre um (1) e quatro (4) filhos, com as idades variando de 0 a 18 anos. Quanto à escolaridade, quatro (4) mães têm o ensino primário, três (3) interromperam os estudos no início do ensino secundário e uma (1) concluiu o ensino secundário. A interrupção dos estudos foi frequentemente associada à gravidez precoce, responsabilidades familiares e à necessidade de trabalhar desde cedo. Entre os pais solo entrevistados, dois (2) possuem o ensino secundário completo e um (1) tem ensino técnico profissional. Eles mencionaram que a necessidade de sustentar seus filhos os levou a priorizar o trabalho em detrimento da continuidade dos estudos.

Quanto à ocupação, notamos que cinco (5) mães solo trabalham no setor informal, desenvolvendo atividades como a venda de produtos no mercado da vila, incluindo alimentos confeccionados, roupas e utensílios. Outras três (3) se dedicam a serviços como lavagem de roupas para terceiros, limpeza de residências e outras atividades domésticas. No entanto, essas atividades nem sempre oferecem ganhos regulares, o que frequentemente resulta em dificuldades para planejar e atender às necessidades básicas de suas famílias.

Entre os pais solo, um (1) trabalha como motorista de transporte semicoletivo (chapa), um (1) atua como pedreiro em obras de construção civil e o terceiro é vendedor ambulante de acessórios para telemóveis. Embora o trabalho deles ofereça alguma previsibilidade de renda, eles também enfrentam desafios, como a irregularidade da demanda e os custos elevados para manter suas atividades.

Além disso, duas (2) mães relataram que, em períodos de menor demanda por seus serviços ou devido a problemas de saúde, enfrentam dificuldades ainda maiores. Nessas situações, elas frequentemente dependem de empréstimos informais ou de ajuda de familiares e amigos para sobreviver e suprir as necessidades de seus filhos. Os pais solo também mencionaram que, em momentos de instabilidade financeira, recorrem a redes de apoio, como familiares ou vizinhos, para garantir o sustento dos filhos.

Em resumo, este subcapítulo apresentou o perfil das mães e pais solo entrevistados no bairro de Matola-Gare. Estes possuem histórias de vida marcadas por desafios econômicos, sociais e familiares, mas mostram-se resilientes. A maioria dos entrevistados migrou para o bairro vindos de outras províncias ou áreas rurais em busca de melhores condições de vida e acesso ao mercado informal de trabalho.

4.2. Gestão doméstica e cuidados dos pais e mães solo com os filhos

As mulheres entrevistadas, mães solo, gerenciam suas rotinas diárias de cuidado com os filhos e administração do lar, enfrentando os desafios impostos pela escassez de recursos, sobrecarga de responsabilidades e falta de apoio externo. Estas mulheres utilizam estratégias de resiliência e flexibilidade, adaptando as suas rotinas de maneira criativa, embora o peso das tarefas diárias e o estigma social sejam constantemente desafiadores.

Merla, de 31 anos de idade, mãe de dois filhos menores, explicou:

Eu acordo muito cedo, por volta das 5h00 da manhã. Antes de tudo, preparo o chá para as crianças e o matabicho para mim. Depois, é uma correria para arrumar tudo, deixar os meninos prontos e mandá-los para a escola. De seguida, já é quase hora de começar a limpar a casa, lavar roupa e preparar o almoço para a tarde. Durante a noite, fico tentando equilibrar os estudos das crianças e o jantar.

A rotina de Merla leva a exaustão que representa o que muitas mães passam, e sublinha o fato da organização da casa e da família serem essenciais para o seu funcionamento. Essa sobrecarga reflete um padrão social amplo. Amado (2016) enfatiza que o estigma social e as percepções de gênero, frequentemente posicionada às mulheres como as principais responsáveis pelas tarefas domésticas e pelos cuidados familiares, perpetuando uma dinâmica de desigualdade de gênero. A necessidade de realizar as tarefas de casa e do trabalho coloca-a constantemente no limite dividindo-a entre as múltiplas tarefas.

Merla refletiu:

Às vezes, fico tão cansada que nem tenho tempo para descansar. Parece que o dia nunca acaba, e, mesmo quando finalmente consigo parar, a sensação de que há sempre algo mais a fazer não me deixa tranquila. Mas sinto que, se eu não fizer tudo sozinha, a casa vai virar um caos, e os meus filhos é que vão sofrer as consequências disso. Não posso me dar o luxo de descansar, porque sei que se eu não organizar tudo, ninguém mais vai fazer.

A organização da casa e da família são fundamentais para o funcionamento do dia a dia. Amado (2016), ao apontar que o estigma social e as percepções de gênero, que posicionam as mulheres como as principais responsáveis pelas tarefas domésticas e pelos cuidados familiares, perpetua a dinâmica de desigualdade de gênero.

Por outro lado, é importante considerar a perspectiva dos pais sobre a divisão das responsabilidades domésticas e o cuidado dos filhos.

Filipe, 39 anos, pai de dois filhos, compartilhou sua experiência:

Eu tento ajudar o máximo possível, mas admito que grande parte das tarefas acaba ficando para a minha esposa. No entanto, quando estou em casa, divido algumas responsabilidades, como ajudar as crianças nos estudos ou cozinhar de vez em quando. Acho que ainda temos uma cultura onde se espera que a mulher assuma a maioria das tarefas, mas eu acredito que precisamos mudar isso aos poucos.

No que se refere ao cuidado da família, Carlos, de 40 anos de idade, pai de uma filha, comentou:

Criar uma filha sozinho tem sido um desafio e tanto. Desde que me separei, passei a entender melhor o que as mulheres passam diariamente. Cuidar da casa, trabalhar e garantir que minha filha tenha tudo o que precisa é exaustivo. Acho que os homens deveriam ser mais envolvidos nas responsabilidades domésticas e na criação dos filhos desde sempre, para que a carga não fique apenas nas costas das mulheres.

O relato de Carlos reforça a importância de desconstruir a naturalização dos papéis atribuídos a homens e mulheres, pois ao assumir sozinho a criação da filha, este experimenta uma realidade que, historicamente, tem sido imposta às mulheres. Isso corrobora as análises de Scott (1995), quando argumenta que o gênero é uma categoria socialmente construída e usada para justificar desigualdades estruturais.

Em resumo, este subcapítulo mostrou que a divisão do trabalho doméstico e o cuidado dos filhos da parte dos pais e mães solo, refletem desigualdades de gênero profundamente enraizadas. A experiência das mães solo entrevistadas evidencia a sobrecarga que recai sobre as mulheres, que, além de gerenciar suas rotinas diárias e prover para os filhos, enfrentam desafios como a escassez de recursos, a exaustão física e emocional e a falta de apoio externo.

4.3. Percepções sobre as mães e pais solo

As percepções sobre as mães e pais solo na Matola-Gare destacam o estigma associado à sua condição solo que moldam, significativamente suas vidas cotidianas. Esses fatores influenciam suas interações com a comunidade e o acesso a recursos essenciais. Em diversas sociedades, a figura dos pais solo é frequentemente marginalizada, sendo vista como uma ruptura do modelo tradicional de família nuclear. Esse fenômeno reflete padrões culturais e estruturais que associam a parentalidade à presença de um parceiro, reforçando dinâmicas de desigualdade de gênero (Hochschild 1989).

Os pais solo enfrentam julgamentos severos devido à sua condição, impactando suas relações sociais e sua saúde emocional. O estigma social e a falta de reconhecimento de seu esforço geram um peso adicional às múltiplas responsabilidades que assumem. Como observado por Goffman (1963), o estigma social pode criar barreiras para a integração e aceitação de certos grupos sociais, afetando sua autoestima e acesso a redes de apoio.

Luísa, de 39 anos de idade, comentou:

Sempre que alguém fica sabendo que sou mãe solteira, começam a olhar de maneira diferente. Às vezes, me sinto julgada, como se eu fosse incapaz de cuidar bem dos meus filhos. O que mais me incomoda é que, mesmo me esforçando para dar o melhor para eles, a sociedade não vê isso. Muitas vezes, as pessoas não entendem que eu faço tudo sozinha, e isso me machuca, porque tento dar o melhor que posso para eles. Não é fácil, mas eu faço o possível, e ao invés de apoio, recebo olhares que me fazem sentir culpada.

Pode-se depreender que há uma série de questões socioeconômicas comuns entre os pais e mães solo, que tem a ver como o estigma, que de certa forma, retira o esforço dos pais e mães solo na criação dos filhos e na manutenção da família. A condição de mãe, mas também de pai solo está, frequentemente associada a estigma que reflete as normas estabelecidas nas sociedades (cf. Goffman 1963). O estigma associado à parentalidade solo pode levar a um isolamento social significativo, afetando diretamente a saúde mental e emocional dessas mulheres (Lima 2022).

Tereza, de 40 anos de idade, compartilhou:

Tenho um amigo que é pai solo e se dedica muito, mais do que muitos pais que têm companheiras ao lado, mas infelizmente ele sente o peso do estigma. As

peças questionam o fato de ele ser o cuidador principal, achando que um homem não pode desempenhar esse papel de forma adequada. Ele trabalha, cuida, ensina, se dedica como qualquer mãe, mas ainda assim é tratado com desconfiança. Algumas pessoas não reconhecem o esforço dele.

A crença de que a mulher tem a responsabilidade de cuidar da casa e dos filhos aumenta o estigma aos pais solo, especialmente quando se trata da ideia de que um homem não pode ser o cuidador principal dos filhos (Costa 2013). Outro entrevistado, Carlos, de 40 anos de idade, pai solo, relatou:

Ser pai sozinho é um desafio enorme, principalmente porque as pessoas acham que nós, homens, não somos capazes de cuidar dos filhos sozinhos. Muitas vezes, me questionam sobre onde está a mãe das crianças, como se eu precisasse de uma mulher ao lado para ser um bom pai. Eu trabalho, cozinho, ajudo nos estudos e tento dar a melhor educação possível, mas ainda assim sou visto com desconfiança. Isso é muito frustrante.

A experiência relatada por Carlos evidencia como a parentalidade solo é percebida numa situação de desvantagem, não valorizando a autonomia e resiliência dessas pessoas. Daniela, de 29 anos de idade, afirmou:

Às vezes, sinto que a sociedade pensa que sou fraca, que não tenho capacidade para educar meus filhos sozinha. As pessoas olham para mim e acham que não sou boa mãe porque não tenho um marido ao meu lado. Isso dói, porque sou eu quem levanto todos os dias e faço tudo o que posso para dar uma vida digna para os meus filhos. Eu sei que sou uma boa mãe, mas a sociedade não reconhece isso. Sempre que alguém me olha de forma estranha ou faz comentários, me sinto impotente. Me sinto como se estivesse falhando, e isso é um peso muito grande para carregar.

O depoimento de Daniela revelou um reflexo das dificuldades que várias mães solo enfrentam ao lidar com a pressão social e o estigma associado à sua condição. Essa visão reflete o ideal social de uma família nuclear tradicional, onde a presença de ambos os pais é considerada essencial para o bem-estar da criança.

Fonseca (2002) argumenta que a parentalidade solo não deve ser vista como uma falha dentro do sistema familiar, mas como uma adaptação a diferentes contextos sociais e econômicos.

No entanto, em muitas sociedades, a paternidade e a maternidade ainda são associadas a um ideal de cuidado compartilhado entre pai e mãe, o que coloca os pais solo sob um olhar crítico.

Em resumo, este subcapítulo enfatizou que as narrativas de mães e pais solo em Matola-Gare refletem as dificuldades impostas pelo estigma social relacionado à parentalidade solo, tanto em termos de percepção social quanto nas suas interações com a comunidade. Esses estigmas são profundamente enraizados em normas culturais e de gênero que associam a parentalidade ao modelo tradicional de família nuclear, onde a presença de ambos os pais é vista como essencial para o sucesso familiar. A pesquisa revela que mães solo frequentemente enfrentam julgamentos severos que questionam sua capacidade de prover e educar seus filhos, apesar dos seus esforços incansáveis para garantir uma vida digna para eles. Esses estigmas contribuem para o isolamento social e o impacto negativo na saúde emocional dessas mães, tornando-as vulneráveis a sentimentos de culpa e impotência.

De forma similar, pais solo, especialmente os homens, também enfrentam a desconfiança social, pois a sociedade tende a associar o papel de cuidador primário à figura materna. Essa visão marginaliza o esforço de pais solo, como evidenciado pelos relatos de Tereza e Carlos, que lidam com julgamentos baseados em estereótipos de gênero que limitam a visão de uma paternidade ativa e responsável.

4.4. Rede de apoio para mães e pais solo

A condição de mãe e pai solo coloca-os numa posição de vulnerabilidade frente a uma série de desafios, tanto sociais quanto económicos. A sobrecarga de responsabilidades que inclui a gestão do lar, o cuidado dos filhos e a busca de fontes de renda está frequentemente associada ao estigma social, que ainda persiste em várias culturas, mas especialmente em contextos onde a figura do chefe de família masculino é predominante. Para enfrentar essas dificuldades, as redes de apoio tornam-se fundamentais, podendo ser tanto formais, como programas governamentais e organizações não-governamentais (ONGs), quanto informais, compostas por parentes, amigos, vizinhos e grupos comunitários. Após a separação, Merla, de 31 anos de idade, enfrentou dificuldades para garantir o sustento da família sozinha.

Merla afirmou:

Quando fiquei sozinha com meus filhos, minha mãe e minha irmã mais velha foram as primeiras a me ajudar. Elas ficavam com as crianças enquanto eu trabalhava no mercado... até as vizinhas me ajudavam, emprestando pequenas coisas quando faltava em casa.

O depoimento de Merla mostrou que a primeira rede de apoio que teve foi de sua família e de alguns vizinhos. Para além do apoio da família e dos vizinhos, Merla tentou se inscrever em programas sociais do governo, mas a burocracia e a demora na resposta criaram dificuldade no acesso aos benefícios.

Barnes (1987) refere que a noção de redes sociais como sistemas dinâmicos de interação que conectam indivíduos por meio de laços de reciprocidade, obrigação e influência permite que essas redes funcionem de forma não fixa expandindo-se e contraindo-se conforme as necessidades e as circunstâncias dos atores envolvidos. O conceito de rede social mostra como diferentes atores (família e vizinhos) se mobilizam para oferecer suporte em momentos de crise. Além disso, a troca de favores, como o cuidado das crianças e o empréstimo de bens, reflete a ideia de que as redes sociais não operam apenas com base em laços afetivos, mas também por meio de um sistema de reciprocidade e solidariedade mútua.

As redes sociais desempenham um papel fundamental na vida cotidiana, especialmente em momentos de crise, entretanto, as experiências de pais solo também trazem desafios semelhantes, embora muitas vezes ignorados ou menos abordados. Paulo, de 37 anos, se viu sozinho quando sua parceira faleceu repentinamente, deixando-o com a responsabilidade de cuidar de seus dois filhos pequenos.

Paulo, 37 anos de idade, afirmou:

Quando minha esposa faleceu, eu não sabia por onde começar. O primeiro apoio que recebi foi da minha mãe e dos meus irmãos. No começo, eles me ajudavam com as crianças, mas eu sabia que precisava de mais do que isso. A luta era tentar equilibrar o trabalho com a paternidade, mas sempre que eu ficava cansado ou perdido, um amigo ou outro me dava aquele apoio emocional, que eu não sabia que precisava.

O suporte oferecido por familiares e amigos pode ser essencial para lidar com desafios como a perda de um ente querido e a reorganização da vida diante de novas responsabilidades. Sua

experiência demonstra que essas redes não se limitam a laços de sangue, mas envolvem também conexões informais que fornecem auxílio prático e emocional.

O relato também revela outro aspecto importante: os pais solo, muitas vezes, não têm acesso a redes de apoio tão amplas quanto as mães. A paternidade masculina e as expectativas sociais que colocam os pais como figuras distantes do cuidado doméstico podem fazer com que os homens enfrentem dificuldades para buscar apoio. Para os pais solo, o suporte emocional e as trocas simbólicas de ajuda familiar podem ser essenciais para sua sobrevivência psicológica e emocional. A falta de programas ou estruturas adequadas, como as que muitas mães solo têm, pode ser um obstáculo adicional para eles.

A partir da perspectiva de Barnes (1987), as redes sociais podem ser compreendidas como um conjunto de relações que conectam indivíduos em diferentes contextos e intensidades. Barnes argumenta que essas redes são dinâmicas e moldadas pelas necessidades dos indivíduos, podendo ser ativadas em momentos específicos para suprir demandas emergentes.

Por seu turno, o conceito de capital social de Bourdieu (1990), revela como o acesso a redes de apoio pode ser um fator determinante para a sobrevivência de indivíduos em situação de vulnerabilidade. Bourdieu argumenta que as redes de apoio comunitário são fundamentais para a construção de um capital social que facilita o acesso a recursos, informação e, principalmente, ao suporte emocional em momentos de crise. Fátima, de 38 anos de idade, relatou:

Eu já tentei pedir ajuda em uma organização aqui no bairro, mas disseram que só atendem casos de emergência. Agora, conto mais com o grupo de mulheres na igreja, que se juntam para recolher contribuições de comida e roupas.

A exclusão das redes formais, seja pela burocracia ou pela falta de acessibilidade, leva vários pais e mães solo a buscar refúgio em redes informais de apoio, como grupos comunitários, igrejas ou vizinhos, que, além do apoio material, oferecem também uma rede de apoio emocional fundamental.

Uma reflexão que enfatiza o apoio emocional como um dos pilares essenciais para o enfrentamento da rotina desgastante de uma mãe solo, pode-se notar em Maria, de 30 anos de idade, que compartilhou:

Às vezes, o que eu preciso não é dinheiro ou comida, mas alguém para me ouvir. As mulheres do grupo comunitário têm sido como irmãs para mim. Elas entendem o que estou a passar.

O depoimento de Maria revelou a necessidade implícita de apoio emocional e compreensão, um sentimento que transcende o aspecto material das dificuldades que ela enfrenta como mãe solo. A presença de um grupo de apoio, como o de mulheres na comunidade, oferece não apenas suporte material, mas também um espaço de escuta e acolhimento, onde ela se sente compreendida e menos sozinha. O fato de ela perceber essas mulheres como irmãs sugere uma construção de vínculos afetivos e de solidariedade que são essenciais para o enfrentamento dos desafios diários de ser uma mãe solo.

Essa necessidade de escuta e apoio emocional também é vivenciada por muitos pais solo. Carlos, de 40 anos de idade, sublinhou:

O que mais me ajuda, além das crianças, é poder desabafar com outros pais que estão na mesma situação. O trabalho é pesado, e às vezes me sinto sozinho. Mas quando converso com eles, percebo que não estou sozinho nessa luta.

O depoimento de Carlos e Maria se complementam, mostrando que a necessidade de apoio emocional também é sentida por pais solo, embora possam, por vezes, ter menos espaços para expressar suas emoções. O fato de Carlos encontrar apoio em outros pais que estão na mesma situação ilustra o alívio que a partilha de experiências pode proporcionar.

Geertz (1973) refere que as redes sociais são elementos essenciais para a construção de significado e identidade em culturas diversas. Em situações de sofrimento, como as vivenciadas por pais e mães solo, as redes de apoio não apenas ajudam na resolução de problemas materiais, mas também atuam como espaços de ressignificação, onde as experiências individuais podem ser compartilhadas e processadas dentro de um contexto de solidariedade mútua. No caso de pais solo, essas redes informais proporcionam a construção de um mundo social de apoio e resiliência.

Em resumo, este subcapítulo destaca como a condição de mãe e pai solo os coloca em uma situação de vulnerabilidade, enfrentando desafios sociais e econômicos significativos. A sobrecarga de responsabilidades, que inclui a gestão do lar, o cuidado dos filhos e a busca por sustento, é agravada pelo estigma social, especialmente em contextos onde a figura do chefe de família masculino predomina. Para mitigar essas dificuldades, as redes de apoio emergem

como um recurso essencial, podendo ser tanto formais (programas governamentais e ONGs) quanto informais (família, amigos, vizinhos e comunidades).

4.5. Desafios das mães e pais solo

A realidade de mães e pais solo, como os depoimentos de Maria, Fátima, Daniela e Carlos ilustram, revela um cenário de constante luta pela sobrevivência em um sistema econômico que marginaliza muitas famílias. As dificuldades enfrentadas por esses indivíduos não se restringem à falta de recursos materiais, mas envolvem também sobrecarga emocional, instabilidade e a constante busca por formas de equilibrar as demandas familiares e profissionais.

A experiência de ser mãe solo no contexto da economia informal, sua rotina de trabalho reflete uma estratégia de multiplicidade de fontes de renda para garantir o básico para sua família, como Maria, de 30 anos de idade, afirmou:

Para garantir o sustento da minha família, eu tenho que me dividir em várias tarefas. Trabalho como vendedeira no mercado pela manhã, e à tarde faço serviços domésticos para outras famílias. O dinheiro nunca é suficiente, mas vamos desenrascando. Quando um cliente não aparece, já sei que vou ficar sem o necessário para o mês. Não posso nem imaginar o que faria sem esse trabalho extra.

A sobrecarga de trabalho e a insegurança financeira caracterizam a vida de muitas mães solo. Isso não é diferente de Maria, que vive num ciclo de incerteza, onde a busca por fontes alternativas de renda se torna uma adaptação à instabilidade do mercado de trabalho informal. Kinna e Raffaelli (2020) advogam que a instabilidade no trabalho informal afeta diretamente as mulheres, especialmente as mães solo, que dependem de múltiplas fontes de renda para garantir a segurança financeira de suas famílias, muitas vezes em um cenário de precariedade e falta de garantias legais.

Maria tem uma filha, sua vida, como a de muitas mães solo é uma constante busca por equilíbrio entre as responsabilidades de cuidar da casa, da filha e as suas próprias necessidades. Maria desabafou: "As vezes, o que eu preciso não é dinheiro ou comida, mas alguém para me ouvir", refletindo sobre as pressões que sente no seu cotidiano. O peso de ser mãe solo, de lidar com os desafios diários e, muitas vezes, de enfrentar a vida sozinha, é

algo que esta carrega com resiliência, mas também com a consciência de que precisa de apoio emocional para seguir em frente.

Contudo, esta encontrou uma rede de apoio, que mudou a sua vida, no grupo comunitário local. As mulheres desse grupo se tornaram algo mais do que simples colegas de actividade; estas passaram a ser como irmãs. Maria disse: "*As mulheres do grupo comunitário têm sido como irmãs para mim*", com um sorriso suave, mas carregado de gratidão. Estas têm sido uma fonte de apoio emocional constante, entendendo suas dificuldades e oferecendo o conforto de um ouvido atento sempre que necessário.

Para Maria, esse grupo é um alicerce durante os momentos de maior fragilidade. Maria sublinha: "*Elas entendem o que estou a passar*", com uma sensação de alívio. Cada conversa, cada encontro, é uma oportunidade para partilhar suas angústias, dúvidas e até suas pequenas vitórias, coisas que esta sabe que não pode carregar sozinha. O apoio dessas mulheres vai além das palavras; é uma rede de solidariedade e compreensão que tem sido vital para a sua saúde emocional e bem-estar.

O depoimento de Maria revelou uma necessidade de apoio psicossocial e compreensão, um sentimento que transcende o aspecto material das dificuldades que esta enfrenta como mãe solo. A presença de um grupo de apoio, como o de mulheres na comunidade, oferece não apenas suporte material, mas também um espaço de escuta e acolhimento, onde esta se sente compreendida e menos sozinha. O fato de esta perceber essas mulheres como irmãs sugere a construção de vínculos afetivos e de solidariedade essenciais para o enfrentamento dos desafios diários de ser uma mãe solo. Fátima, de 38 anos de idade, expressou:

Eu tento de tudo para fazer dinheiro, faço comida e vendo, mas isso não dá o suficiente para cobrir tudo. Quando tenho que pagar as contas, fico contando os centavos, mas se não fizer isso, como vou dar o mínimo para meus filhos? Não tenho escolha.

Nota-se uma vida marcada pela necessidade de realizar múltiplos trabalhos informais. A falta de alternativas viáveis no mercado formal a força a buscar soluções temporárias, como a venda de comida, que, apesar de essenciais para sua sobrevivência, não resolvem os problemas financeiros a longo prazo. Esta está presa num ciclo de precariedade, onde a luta por sustento se torna uma constante (cf. Paulo 2011, 2007). Todavia, Araújo (2014) sublinha como essa luta é internalizada pelas mulheres, que, ao não encontrarem alternativas dentro do mercado de trabalho formal, aceitam a precariedade como parte de sua realidade. A falta de

políticas públicas que ofereçam uma educação de qualidade, capacitação profissional ou uma rede de proteção social, mantém essas mulheres em um estado de vulnerabilidade, perpetuando a desigualdade.

A experiência de uma mãe solo ilustra a instabilidade contínua do setor informal. Inicialmente, esta vendia arroz e feijão na porta de sua casa, as dificuldades financeiras não diminuíram, diversificou suas atividades para a venda de roupas, mas ainda assim, a instabilidade financeira persistiram. Daniela, de 29 anos de idade, contou:

No começo eu só vendia arroz e feijão na porta de casa, mas o dinheiro não dava. Eu estava sempre no vermelho. Depois comecei a vender roupa calamidade, até que percebi que a venda de calamidade era melhor, mas também não resolve. Em umas semanas, fico sem saber como vou pagar o transporte dos meninos para a escola.

A venda de roupas, uma forma de comércio de produtos segunda ou de baixo custo representa uma tentativa de Daniela adaptar-se às suas limitações de entrar num mercado formal, aliado ao facto de as mulheres serem a camada da população que menos educação formal tem, apesar destas serem a maioria em Moçambique e no mundo.

Castells e Portes (1989) argumentam que o sector informal, embora essencial para a sobrevivência de muitas famílias, não proporciona estabilidade financeira e coloca os indivíduos, principalmente mulheres numa posição de fragilidade e vulnerabilidade.

O peso de ser pai solo, também é vivenciado por Carlos, embora as dificuldades a possam ser diferentes das apresentadas pelas mães solo, este tem cuidado das filhas após a sua separação, e compartilha o apoio que encontra em outros pais na mesma situação. Carlos, de 40 anos de idade, explicou:

O que mais me ajuda, além das crianças, é poder desabafar com outros pais que estão na mesma situação. O trabalho é pesado, e às vezes me sinto sozinho. Mas quando converso com eles, percebo que não estou sozinho nessa luta.

Embora as dificuldades enfrentadas por pais solo como sejam, frequentemente subestimadas ou invisíveis, Carlos mostrou que a necessidade de ter apoio emocional de outros pais, que compartilham da mesma experiência, pois ajuda a aliviar a sensação de isolamento e solidão, algo que é comum entre pais solo, muitas vezes negligenciados no debate sobre as famílias.

O relato de Carlos ilustra também o que é discutido por Moreira e Costa (2021), que afirmam que a configuração de apoio entre pais solo, em especial quando compartilhada entre homens, ainda é algo que se desenvolve de maneira mais gradual em comparação ao apoio que as mães solo recebem. Isso se deve, em parte, à construção cultural de masculinidade, que tende a desvalorizar o envolvimento emocional e a expressão de vulnerabilidade por parte dos homens. Para Carlos, esse apoio não é apenas uma troca de experiências, mas também um recurso para aliviar o estigma que muitas vezes envolve a paternidade solo masculina.

O peso da paternidade e das responsabilidades que carrega já não são novidades para este, mas a cada dia os desafios se tornam evidentes. A rotina de trabalho de Carlos é exaustiva, e a constante pressão para equilibrar as necessidades da família com as suas próprias não é fácil. Carlos disse: "*O trabalho é pesado, e às vezes me sinto sozinho*", com um tom que mistura cansaço e resignação. Este não está sozinho em casa, mas muitas vezes sente que está em uma luta silenciosa, enfrentando os problemas da vida sem um apoio real para ajudá-lo a lidar com a sobrecarga.

A sua filha, que é sua prioridade, traz-lhe alegria, mas também exige muito de sua energia e atenção. Este se vê tentando encontrar tempo para brincar, educar e cuidar dela, enquanto ainda precisa dar conta das suas obrigações no trabalho, onde os dias são longos e muitas vezes imprevisíveis. É nesse contexto de pressão constante que ele encontrou algo que tem sido fundamental para sua saúde mental: o apoio de outros pais que compartilham de sua situação. Carlos sublinhou: "*O que mais me ajuda, além das crianças, é poder desabafar com outros pais que estão na mesma situação*", com um sorriso que reflete alívio. Os encontros com os outros pais têm sido uma válvula de escape, uma oportunidade para trocar experiências, desabafar e, sobretudo, perceber que não está sozinho. Estes se reúnem com certa frequência, seja para compartilhar dificuldades ou até mesmo para dar risada sobre as pequenas situações cotidianas que se tornam desafios quando se é pai. Carlos confessou: "*Quando converso com eles, percebo que não estou sozinho nessa luta*", sentindo-se fortalecido ao saber que os outros homens também enfrentam dilemas similares.

Apesar da rede de apoio formada por esses pais ser informal, esta tem sido fundamental, pois oferece a sensação de pertencimento a um grupo que entende sua realidade, um alicerce emocional que não encontra em outros lugares, se sente compreendido e, muitas vezes, um simples diálogo com outro pai solo torna-se suficiente para que a carga emocional se torne suave.

Silva e Martins (2022) afirma que a figura do pai solo ainda é um estigma em muitas culturas, e o apoio emocional de outros pais na mesma situação é uma estratégia importante para lidar com a solidão e os desafios diários. Esse apoio pode proporcionar um espaço de identificação e alívio da pressão psicológica vivida por pais em contextos familiares complicados. Das estratégias utilizadas para lidar com a instabilidade e manter o equilíbrio entre o trabalho e a família, Paulo, de 37 anos de idade, comentou:

A única estratégia que consigo é me dividir entre os dois tipos de trabalho e tentar ser organizado. Mas, como disse, a insegurança financeira é constante, e às vezes não dá para cumprir todas as obrigações familiares. Tento conversar com outros colegas de trabalho, porque, no fundo, somos todos uma comunidade e isso ajuda a aliviar um pouco a pressão emocional. Às vezes, o apoio de quem entende o que estou passando é o que me dá forças para continuar.

O desafio contínuo de equilibrar as demandas do trabalho e as responsabilidades familiares, uma realidade que muitos pais solos enfrentam. A instabilidade da economia informal é uma das maiores dificuldades, o que reflete a vulnerabilidade e precariedade do trabalho nesse setor. A flexibilidade do trabalho, embora pareça vantajosa, também gera uma constante incerteza sobre o rendimento e a capacidade de cumprir com as necessidades da família, algo que impacta diretamente o bem-estar psicológico do trabalhador.

Além disso, a estratégia de Paulo de buscar apoio emocional em outros pais solos é uma resposta comum à sensação de isolamento que muitos pais experimentam. Silva e Martins (2022) enfatiza o apoio social de indivíduos com experiências semelhantes tem um papel fundamental na mitigação dos efeitos negativos da pressão emocional e financeira. Ao se conectar com outros pais, Paulo pode encontrar um espaço de compreensão mútua, o que pode aliviar a carga emocional associada à sua responsabilidade como pai solo.

Pai solo de dois filhos, Paulo acima apresentado tomou um rumo de vida inesperado quando sua esposa faleceu, deixando-o com a responsabilidade de cuidar sozinho das crianças. Paulo disse: "*Quando minha esposa faleceu, eu não sabia por onde começar*", a dor ainda presente nas suas palavras. A perda da esposa foi um golpe profundo na vida de Paulo, e o impacto emocional de ser agora o único responsável pela criação dos filhos o deixou sem rumo por algum tempo.

Nos primeiros dias após o falecimento de sua esposa, o apoio veio de sua mãe e dos seus irmãos. Paulo explicou: "*O primeiro apoio que recebi foi da minha mãe e dos meus irmãos*", compartilha com gratidão evidente. Estes o ajudaram com as crianças, cuidando delas quando precisava de descanso ou de se organizar, mas, com o tempo, este sabia que precisava de algo mais do que o apoio inicial. A responsabilidade de equilibrar o trabalho com a paternidade foi um desafio imenso. Paulo comentou: "*Havia o cansaço físico e emocional, a falta de tempo para mim mesmo e a constante sensação de que algo estava sempre faltando. Eu sabia que precisava de mais do que isso*", olhando para o passado com um misto de nostalgia e alívio. Paulo encontrou ao longo dessa jornada, porém, apoio inesperado de amigos. Paulo confessou: "*Sempre que eu ficava cansado ou perdido, um amigo ou outro me dava aquele apoio emocional, que eu não sabia que precisava*", com uma leveza que reflete o quanto a amizade tem sido essencial para este. Esses amigos apareceram nos momentos mais difíceis, seja com palavras de encorajamento ou simplesmente com a presença silenciosa, mostrando que ele não estava sozinho.

O apoio emocional se mostrou crucial para Paulo, pois aprendeu, com o tempo, a não ter vergonha de pedir ajuda, de reconhecer que a dor da perda e o peso da paternidade exigem mais do que ele mesmo pode carregar. A ajuda de seus amigos, combinada com o apoio familiar, foi a base que o sustentou enquanto ele aprendia a ser pai sozinho. E, mesmo com os desafios diários. Paulo encontrou força no apoio da sua rede, que foi se tornando cada vez mais essencial para que ele não se perdesse no turbilhão de responsabilidades e sentimentos que a vida lhe impôs.

O relato de Paulo ilustra como o suporte oferecido por familiares e amigos pode ser essencial para lidar com desafios como a perda de um ente querido e a reorganização da vida diante de novas responsabilidades. Sua experiência demonstra que essas redes não se limitam a laços de sangue, mas envolvem também conexões informais que fornecem auxílio prático e emocional.

Em resumo, este subcapítulo mostrou que as dificuldades enfrentadas por mães e pais solo são complexas e multifacetadas, envolvendo não apenas a luta por sobrevivência econômica, mas também o impacto emocional e psicológico de gerenciar as responsabilidades familiares em um sistema econômico instável. A precariedade do trabalho informal e a falta de alternativas viáveis no mercado formal afetam suas vidas das mães solo.

Embora as dificuldades dos pais solo ser diferentes das enfrentadas pelas mães solo, ambos enfrentam desafios significativos, como a necessidade de apoio emocional. Assim, pode-se destacar a importância de compartilhar experiências com outros pais solos para aliviar o estigma social e a sensação de isolamento.

5. Considerações finais

Este estudo buscou compreender os desafios e perspectivas das mães e pais solo em contextos urbanos, com ênfase na gestão doméstica, percepções sociais, redes de apoio e dificuldades enfrentadas. Os resultados do estudo evidenciaram que a parentalidade solo está fortemente atravessada por questões de gênero, vulnerabilidade econômica e estigma social.

A gestão doméstica e o cuidado dos filhos pelas mães e pais solo refletem as desigualdades de gênero profundamente enraizadas na sociedade. As mães e pais solo enfrentaram uma sobrecarga emocional, financeira significativa, desconfianças e estereótipos que desafiam as suas capacidades de exercer a paternidade e maternidade ativa. Amado (2016) sublinha que o estigma social e as percepções de gênero posicionam, frequentemente as mulheres como as principais responsáveis pelas tarefas domésticas e pelos cuidados familiares, perpetuando uma dinâmica desigual.

As percepções sobre mães e pais solo na Matola-Gare indicam que o estigma afeta suas interações sociais e acesso a recursos essenciais. Hochschild (1989) argumenta que a figura dos pais solo é, frequentemente marginalizada por romper com o modelo tradicional de família nuclear. O estudo confirmou que as mães solo são, frequentemente julgadas como incapazes de prover para seus filhos, enquanto os pais solo enfrentam desconfiança quanto ao seu papel como cuidadores primários (Costa 2013). Segundo Goffman (1963), o estigma social pode criar barreiras para a integração de certos grupos, afetando sua autoestima e inserção social. Assim, o preconceito enfrentado pelos pais solo amplia suas dificuldades, tornando fundamental a existência de redes de apoio.

As redes de apoio emergem como um elemento crucial para a mitigação das dificuldades enfrentadas por pais e mães solo. Segundo Barnes (1987), as redes sociais funcionam como sistemas dinâmicos de interação que conectam indivíduos por meio de laços de reciprocidade, obrigação e influência. No contexto da pesquisa, identificou-se que as redes informais, compostas por familiares, vizinhos e amigos, desempenham um papel essencial no suporte emocional e material. Geertz (1973) refere que as redes sociais são fundamentais para a construção de significado e identidade, ajudando na ressignificação das experiências individuais.

No que diz respeito aos desafios enfrentados por mães e pais solo, a precariedade econômica é um dos principais fatores que impactam suas vidas. O trabalho informal é uma alternativa frequente, especialmente para as mães solo, mas não garante estabilidade financeira (Castells

& Portes, 1989). Kinna e Raffaelli (2020) afirmam que a dependência do setor informal limita as oportunidades econômicas das mulheres, exacerbando sua vulnerabilidade. Já os pais solo, além dos desafios econômicos, enfrentam dificuldades emocionais, sendo essencial o compartilhamento de experiências com outros pais para aliviar o isolamento e o estigma social (Silva & Martins, 2022).

Portanto, os desafios vivenciados por mães e pais solo em contextos urbanos exigem uma abordagem multidimensional que considere as dinâmicas de gênero, os estigmas sociais e as condições socioeconômicas. A parentalidade solo não deve ser vista como uma anomalia dentro do sistema familiar, mas como uma forma de adaptação às realidades contemporâneas (Fonseca, 2002). É necessário um esforço coletivo para desconstruir os estereótipos de gênero, promover o acesso a redes de apoio e criar políticas inclusivas que garantam condições dignas para esses indivíduos.

Referências Bibliográficas

- Almeida, M. (2009). A construção social da maternidade e a experiência da mulher na sociedade contemporânea. *Revista de Estudos Sociais*, 16(4): 217-230.
- Amado, M. C. (2016). Representações e vivências de mulheres solteiras sem filhos: O Estigma da solteirona na sociedade portuguesa. (Dissertação de Mestrado em Antropologia Social). Lisboa: Instituto Universitário de Lisboa.
- Araújo, H. (2024) “Como mães solo quebram estigmas na Coreia do Sul.” Disponível em: <https://www.opovo.com.br> (Acesso em: 19 de Fevereiro de 2025).
- Araújo, S. (2014). Género, trabalho e violência doméstica: Reflexões sobre as transformações sociais e suas implicações nas relações de poder. In: Silva, T. (Org.) *Género e Trabalho em Contextos Urbanos*, pp. 58-74.
- Armstrong, K. (2023) “Mães solo: as mudanças que estão permitindo a mais mulheres criarem filhos sem pais por perto na China.” Disponível em: <https://www.bbc.com> (Acesso em: 19 de Fevereiro de 2025).
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70.
- Barnes, J. A. (1987) “Redes sociais e processo político”, in Feldman-Bianco, B. (ed.) *Antropologia das sociedades contemporâneas: métodos*. São Paulo: Global, pp. 159-189.
- Bokene, A. (2019). *Solo Parenthood and Women's Empowerment in Southern Africa: Structural Challenges and Pathways to Emancipation*. Lilongwe: Social Press.
- Bourdieu, P. (1990). *A Distinção: Crítica Social do Julgamento*. São Paulo: Ed. Vozes.
- Bourdieu, P. (2002). *A dominação masculina*. Rio de Janeiro: Bertrand.
- Castells, M. & Portes, A. (1989). *World Underneath: The Origins, Dynamics, and Effects of the Informal Economy*. In: Portes, A. (Org.) *The Informal Economy: Studies in Advanced and Less Developed Countries*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Costa, A. B. (2006). Urbanos e rurais: circulação e mobilidade nas famílias da periferia de Maputo. *Lusotopie*, XIII (1): 1-17.
- Costa, A. B. (2013). Famílias e estratégias de sobrevivência no contexto urbano de Maputo. *Revista de Estudos Africanos*, 21(1): 48-61.

- Dixon, P. (2023). “Mães Solteiras e Acesso aos Cuidados de Saúde em Moçambique.”, *Revista Africana de Saúde*, 29 (1): 45-58.
- Dlamini, M. (2024) ‘Parental Absence and Child Development in Eswatini’, *Eswatini Journal of Child and Family Studies*, 22(3): 110-122.
- Fonseca, C. L. W. (2002). Mãe é uma só: reflexões em torno de alguns casos brasileiros. *Revista da USP*, 13(2): 49-68.
- Geertz, Clifford. (1973). *A Interpretação das Culturas*. Rio de Janeiro: LTC.
- Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Hochschild, A. R. (1989). *O Segundo Turno: A Dupla Jornada da Mulher Trabalhadora*. São Paulo: Ed. Brasiliense.
- Jones, A. and Taylor, R. (2022) “Single Parenthood and Child Well-being in Europe”, *European Journal of Family Studies*, 16(4): 112-128.
- Khama, P. (2022) “Father Absence and Its Impact on Family Life in Botswana”, *Botswana Journal of Family Studies*, 29(2): 98-105.
- Kinna, R., & Raffaelli, R. E. (2020). “The informal economy: Gender, precarious work, and social reproduction”. *Journal of Gender Studies*, 29(3): 349-364.
- Lakatos, Eva Maria e Marconi, Marina de Andrade. 2003. *Fundamentos de Metodologia Científica*. São Paulo: Atlas.
- Langa, P. 2024. “Desafios no Emprego para Pais e Mães Solo em Moçambique”, *Revista Moçambicana de Trabalho e Sociedade*, 12 (3): 115-129.
- Lévi-Strauss, C. (1982). *O Pensamento Selvagem*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Lima, F. (2022). “O impacto do estigma sobre as mães no contexto urbano”. *Revista de Estudos Socioculturais*, 37(1): 65-79.
- Massango, R. (2021). “Impacto da Maternidade Solo no Desenvolvimento Infantil em Moçambique.” *Revista de Desenvolvimento Infantil em África*, 18 (4): 112-124.
- Matola Gare. 2025. *Matola Gare, Cidade da Matola* [Mapa]. Disponível em: <https://encurtador.com.br/AAoQg> (Acesso em: 2 de março de 2025).

- Matais, H. (2024) “Mãe solo: apoio financeiro e rotina são os principais desafios”, [online] Available at: <https://www.uol.com.br> (Acesso em: 19 de Fevereiro de 2025).
- Mauss, M. (2003). *Ensaio sobre a Dádiva: Forma e Razão da Troca nas Sociedades Arcaicas*. Lisboa: Edições 70.
- Miller, D. (2016). *Social Media in an English Village: Or How to Keep People at Just the Right Distance*. Berkeley: University of California Press.
- Moreira, N. & Costa, A. (2021). “Paternidade e masculinidades: Desafios emocionais e culturais”. *Gender and Family Dynamics*, 39(4): 317-330.
- Moyo, F. (2025) “Social Stigma and Single Parenthood in Southern Africa”, *Southern African Journal of Social Issues*, 31(1): 45-58.
- Moyo, T. (2021) “Single Mothers in South Africa: Motherhood, Poverty and the Law”, *South African Journal of Social Development*, 37(1): 67-81.
- Paulo, Margarida; Rosário, Carmeliza & Tvedten, Inge. (2007). “Xiculungo” Relações Sociais da Pobreza Urbana Em Maputo, Moçambique. Bergen: CMI CHR. MICHELSEN INSTITUTE.
- Paulo, Margarida; Rosário, Carmeliza & Tvedten, Inge. (2011). ‘Xiculungo’ Revisitado. *Avaliando as Implicações do PARPA II em Maputo 2007-2010*. Bergen: CMI CHR. MICHELSEN INSTITUTE.
- Prodanov, C. C; Freitas, E. C. 2013. *Metodologia do trabalho científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico*. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale.
- Santos, B. de S. (2012). *A crítica da razão indolente: Contra o desperdício da experiência*. São Paulo: Ed. Cortez.
- Scott, Joan. (1995). *Gender and the Politics of History*. New York: Columbia University Press.
- Silva, J. P., & Martins, R. (2022). A paternidade masculina: Estigmas, desafios e apoio social. *Journal of Family Studies*, 28(1): 102-118.
- Sitoe, M. (2020). ‘Parentalidade Solo em Moçambique: Desafios Socioeconômicos e Estratégias de Enfrentamento.’ *Revista Moçambicana de Pesquisa Social*, 14 (2): 35-50.

Smith, J. (2021) “Solo Parents’ Economic Hardships in the U.S.: A Comparative Study”, *Journal of Social Policy*, 45(3): 232-245.

Zavala, M. (2022). “Percepções Socioculturais sobre Pais Solteiros em Moçambique.” *Revista Moçambicana de Género e Sociedade*, 9 (2): 81-94.

Apêndices

Anexo 1: Guião de Entrevista

Parte 1: Contexto Pessoal e Familiar

1. Quantos filhos você tem e qual é a sua idade?
2. Como foi sua trajetória para chegar a ser um/a pai/mãe solo? (Por exemplo, separação, viuvez, decisão pessoal, etc.)
3. Quais são as principais responsabilidades que você assume no cuidado dos seus filhos?
4. Qual é a sua principal fonte de rendimento e como ela influencia sua vida diária e sua capacidade de cuidar dos seus filhos?

Parte 2: Gestão Doméstica

1. Como você organiza sua rotina diária de cuidado com os filhos, trabalho e outras responsabilidades?
2. Quais são as maiores dificuldades que você enfrenta ao tentar equilibrar o trabalho, as tarefas domésticas e o cuidado com os filhos?
3. Existe alguma estratégia que você utiliza para garantir que seus filhos tenham tudo o que precisam no dia-a-dia?

Parte 3: Percepções Sociais e Estigma

1. Como você percebe a visão da comunidade sobre famílias chefiadas por pais ou mães solo?
2. Já se deparou com algum tipo de estigma social ou julgamento por ser um/a pai/mãe solo? Como isso afeta o seu dia-a-dia?
3. Quais atitudes ou comportamentos você acha que são mais comuns em relação a você como pai/mãe solo?

Parte 4: Redes de Apoio

1. Você tem apoio de familiares, amigos ou vizinhos? Se sim, como esse apoio se manifesta no seu cotidiano?
2. Existe alguma rede formal de apoio (organizações, grupos comunitários, etc.) com a qual você tenha contato? Como ela tem ajudado na sua gestão doméstica e/ou emocional?
3. Como você se sente em relação à disponibilidade e à qualidade das redes de apoio para pais e mães solo em Matola-Gare?

Parte 5: Desafios e Perspectivas

1. Quais são os maiores desafios que você enfrenta como pai/mãe solo?
2. Como você vê as políticas públicas e o apoio institucional para famílias como a sua?
3. Quais mudanças você gostaria de ver no futuro para melhorar a vida de pais e mães solo em sua comunidade?

Anexo 2: Perfil dos participantes da pesquisa

Nome	Idade	Nível Acadêmico	Profissão	Proveniência
Daniela	29 Anos	7ª Classe	Comerciante	Gaza
Maria	30 Anos	7ª Classe	Comerciante	Gaza
Merla	31 Anos	7ª Classe	Comerciante	Inhambane
Fátima	38 Anos	7ª Classe	Comerciante	Inhambane
Luísa	39 Anos	7ª Classe	Comerciante	Inhambane
Tereza	40 Anos	7ª Classe	Diarista	Magude
Juliana	40 Anos	7ª Classe	Diarista	Maputo
Luizete	40 Anos	12ª Classe	Diarista	Maputo
Paulo	37 Anos	12ª Classe	Motorista	Maputo
Filipe	39 Anos	12ª Classe	Vendedor ambulante	Manhiça
Carlos	40 Anos	Técnico médio	Pedreiro	Maputo